

Научная статья

УДК 159.9.072.432

<https://doi.org/10.21702/rpj.2021.1.5>

Психологические особенности адаптации психологов к онлайн-консультированию во время пандемии COVID-19

София И. Скипор¹, Анастасия Е. Воробьева²✉

¹ Московский гуманитарный университет, г. Москва, Российская Федерация

² Институт психологии Российской академии наук, г. Москва, Российская Федерация

¹ Skipor.sofia@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-2252-0296>

² aeVorobieva@yandex.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0002-1080-0816>

Аннотация

Введение. Вынужденный переход консультирующих психологов на онлайн-консультирование потребовал от специалистов адаптации к новым условиям. Данных об адаптации российских практиков к онлайн-консультированию на фоне пандемии не обнаружено, информации об инновативности психологов недостаточно. Цель: выявить факторы адаптации психологов к интернет-консультированию в условиях пандемии. Основная гипотеза: выраженность инновативных качеств психолога связана с успешностью его адаптации к онлайн-консультированию во время пандемии COVID-19. Дополнительные: успешность адаптации психологов к онлайн-консультированию связана со стажем работы, регионом проживания, модальностью консультирования, положительным отношением к работе из дома. Новизна исследования: анализ факторов адаптации психологов к онлайн-консультированию на фоне пандемии COVID-19.

Методы. Выборка: 312 практикующих психологов из России. Для изучения адаптации и инновативных качеств применялись авторская анкета и «Методика исследования отношения личности к инновациям» (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко). Применены процедуры описательной статистики, критерии хи-квадрат и V Крамера.

Результаты. Психологи показали высокий уровень развития инновативных качеств и средний уровень готовности идти на риск ради успеха. Инновативные качества психолога связаны с успешностью адаптации к онлайн-консультированию. Связи между адаптацией и стажем работы, регионом проживания психолога обнаружено не было. Лучше всего к онлайн-формату адаптировались гештальт-терапевты, хуже – когнитивно-поведенческие психологи; предположение о связи модальности консультирования и адаптации подтвердилось. Положительное отношение к работе из дома в целом было связано с успешной адаптацией психологов. Нравилось работать из дома практикам, у которых не было проблемы с размытием границ «работа – дом».

Обсуждение результатов. Большинство психологов адаптировались к интернет-консультированию во время пандемии COVID-19, в том числе благодаря развитым инновативным качествам, возможностям для комфортной работы из дома, особенностям модальности,

в которой они работают. Обсуждены ограничения работы. Даны рекомендации для будущих исследований.

Ключевые слова

интернет-консультирование, онлайн-консультирование, психологическое консультирование, психолог, адаптация, инновативные качества, инновативность личности, COVID-19, самоизоляция, работа из дома

Основные положения

- психологи отличаются сильной выраженностью инновативных качеств, они в высокой степени креативны и ориентированы на будущее, в средней степени готовы идти на риск ради успеха;
- инновативные качества связаны с успешной адаптацией психолога к онлайн-формату консультирования;
- стаж и регион проживания не связаны с адаптацией к интернет-консультированию;
- модальность консультирования, желание и возможность работать из дома, умение выдерживать границы «работа – дом» связаны с адаптацией психологов-консультантов к удаленному формату работы.

Благодарности

Работа выполняется по Государственному заданию 0138-2021-0010 «Социально-психологические факторы поведения личности и группы в условиях глобальных изменений».

Авторы выражают глубокую признательность и благодарность Профессиональной Психотерапевтической Лиге и лично В. В. Макарову за помощь в сборе данных и информационную поддержку. Также авторы благодарны администрациям сервиса онлайн-занятий с психологами «Zigmund. Online» и онлайн-сервиса для предоставления психологических услуг и дистанционных тренингов «BrainBild», Международной Профессиональной Ассоциации Психологов (МПАП) и магазину «Психологическая книга» за открытость к сотрудничеству и активное содействие сбору эмпирических данных. Без помощи всех перечисленных организаций данное исследование не состоялось бы.

Для цитирования

Скипор, С. И. и Воробьева, А. Е. (2021). Психологические особенности адаптации психологов к онлайн-консультированию во время пандемии COVID-19. *Российский психологический журнал*, 18(1), 61–73. <https://doi.org/10.21702/rpj.2021.1.5>

Введение

Пандемия коронавируса COVID-19 стала глобальным вызовом для всех сфер социальной жизни. Стремительная трансформация организации труда не в последнюю очередь коснулась практикующих психологов: увеличившаяся потребность в психологической помощи (Крахмалева, Кузьмина и Ермолова, 2020), невозможность работы в очном формате, неопределенные перспективы возвращения к привычному формату офлайн потребовали от консультантов новых форм работы.

Неспособность практикующего специалиста адаптироваться в подобной нестабильной среде может означать для него сокращение практики, а иногда и вовсе ее завершение. В период

пандемии одним из главных «вызовов» для психолога стало онлайн-консультирование, отношение к которому у многих академических и практических психологов было чаще негативным или настроженным (Glueskauf et al., 2018; Torooco et al., 2017).

Способность изменять свое поведение в ситуации неопределенности, творчески подходить к решению новых задач в подобное время обретает особое значение для консультирующего психолога, т. к. позволяет успешно адаптироваться к изменениям среды. «Инновационные качества», или «инновативные качества», или «инновационный потенциал» являются комплексными терминами для объединения качеств креативности, открытости новому опыту, гибкости, проактивности личности и, на наш взгляд, должны быть изучены у практикующих психологов в условиях адаптации к онлайн-консультированию.

Постановка проблемы

Склонность личности к инновациям является психологической характеристикой, которая детерминирует готовность индивида воспринимать новое и приспосабливаться к изменяющейся окружающей действительности. Инновационные качества личности изучаются авторами на протяжении длительного времени, признаваясь центральными для прогнозирования отношения индивида к инновациям, а также его способности к новаторству (Журавлев, 1993; Ключко и Галажинский, 2009; Ключко и Краснорядцева, 2010; Лебедева и Татарко, 2009; Советова, 2000; Терехова и Попов, 2015; Шемелина и Быкова, 2019; Aldahdouh, Korhonen, & Nokelainen, 2019; Aldahdouh, Nokelainen, & Korhonen, 2018; Ali, 2019; Nisula & Kianto, 2016; Wisdom, Chor, Hoagwood, & Horwitz, 2014). Некоторые авторы выделяют свою структуру данного комплексного феномена, обозначая такие ключевые составляющие, как «готовность к инновациям», «инновационная деятельность» и «инновационный потенциал» личности (Загашев, 2010; Ключко и Краснорядцева, 2010; Нестеров, 2007).

Изучение инновационных качеств практикующего психолога представляется одним из важных направлений исследования, т. к. психологическая практика сама по себе является процессом творчества (Махлова, 2012), в котором остается много места для неопределенности, креативности, умения и желания принимать решения в условиях недостаточности информации. Как и любой процесс модернизации, процесс консультирования клиента включает в себя первоначальное творческое понимание и осмысление проблемы, обнаружение ресурса и метода решения задачи, а также дальнейшую отработку новых решений и возможную корректировку метода в процессе. Для успешного выполнения данных шагов консультанту необходимо обладать рядом личностных характеристик. Так, зарубежный обзор более ста эмпирических исследований показал, что успешность психологической помощи консультанта связана с его индивидуальной адаптацией и креативностью в решении проблем (Beutler et al., 2004).

По результатам анализа литературы можно говорить о том, что консультирующие психологи отличаются высоким уровнем креативности (Костригин, 2014) и открыты новому опыту (Аверьянов, 2018). Однако данных об инновативности, инновационном потенциале консультирующих специалистов как об интегративной характеристике личности – отношению к нововведениям, способности и готовности внедрять и развивать инновации (Терехова и Попов, 2015), к настоящему моменту накоплено недостаточно (напр., Ikiz & Asici, 2017).

В изменяющихся условиях жизнедеятельности все более остро встает вопрос о способности меняться, преобразовывать среду, адаптироваться в новых условиях именно для практических психологов, т. к. они одни из первых, кто сталкивается с актуальными психическими феноменами

в обществе. При условии, что главные запросы клиентов теперь связаны в первую очередь с преодолением тревоги на фоне пандемии, вопросами формирования новых смыслов, форм и стратегий поведения на фоне изменившегося мира (Ефремова, 2020), инновативные качества психолога, адаптация его самого к трансформирующимся условиям жизни в данном контексте приобретают ключевое значение.

Таким образом, целью нашего исследования стало выявление факторов адаптации практикующих психологов к онлайн-формату работы во время пандемии COVID-19.

Исходя из факта связи инновативных качеств с открытостью новому опыту (Клочко и Галажинский, 2009; Терехова и Попов, 2015), нашей основной гипотезой (1) стало предположение о том, инновационные качества психолога-практика обуславливают успешность его адаптации к консультированию в онлайн-формате во время всеобщей самоизоляции.

На основании данных последних зарубежных исследований о вынужденном онлайн-консультировании во время пандемии (Békés & Aafjes-van Doorn, 2020) мы выдвинули дополнительную гипотезу (2) о том, что адаптация психологов к онлайн-формату связана с регионом их проживания и стажем работы.

Свидетельства того, что представители различных модальностей психотерапии по-разному приспособляются и относятся к интернет-консультированию, полученные на зарубежной выборке (Békés & Aafjes-van Doorn, 2020; Perle et al., 2013), позволили нам выдвинуть дополнительную гипотезу (3) о том, что внутренняя оценка успешности адаптации к онлайн-работе психолога связана с модальностью консультирования.

Наконец, на основании того, что «любовь» к работе из дома являлась одним из наиболее надежных предикторов позитивного отношения педагогов высшей школы к дистанционному формату образовательного процесса (Рогозин, 2020), мы выдвинули еще одну частную гипотезу (4) о связи положительного отношения к работе из дома в целом и адаптации к онлайн-консультированию практикующих психологов.

Методы

В исследовании приняли участие 312 психологов, практикующих на территории России и являющихся представителями следующих сообществ: Профессиональная Психотерапевтическая Лига (ППЛ), сервис онлайн-занятий с психологами «Zigmund. Online», онлайн-сервис для предоставления психологических услуг и дистанционных тренингов «BrainBild», Международная Профессиональная Ассоциация Психологов (МПАП). Опрос был проведен при информационной поддержке магазина «Психологическая книга».

Основному этапу сбора данных предшествовал пилотажный опрос практикующих психологов МПАП (n = 23) в мае 2020 г. На его основании была изменена структура анкеты и переформулирован ряд вопросов. Основной этап исследования проводился летом 2020 г. посредством Google Форм, оно было анонимным и добровольным. Материальное вознаграждение за участие в опросе участникам не предлагалось.

В связи с действующими коронавирусными ограничениями во время проведения исследования, а также технической сложностью измерения инновационного потенциала и адаптированности к интернет-консультированию психологов удаленно, нами было принято решение использовать самооценочные методики, легко реализуемые посредством онлайн-опроса. Для изучения инновационных диспозиций специалистов мы использовали «Методику исследования отношения личности к инновациям» (Лебедева и Татарко, 2009). Данная методика

была выбрана нами в связи с ее надежностью и согласованностью шкал, а также небольшим количеством вопросов для респондентов, что в случае интернет-опросов является критичным. Шкала самооценки инновативных качеств личности представляет собой 12 утверждений – характеристик человека, с которыми респонденту необходимо соотнести себя путем выбора ответов: «совсем не похож на меня», «мало похож на меня», «немного похож на меня», «похож на меня», «очень похож на меня». Каждое утверждение может относиться к одной из трех шкал: «креативность», «риск ради успеха», «ориентация на будущее». По ключу считается среднее арифметическое каждой шкалы и общего индекса инновативности личности (среднее арифметическое трех шкал). Полученные значения могут варьировать от 1 до 5.

Дополнительно мы составили авторскую анкету, которая содержала вопросы о месте жительства консультанта, его стаже, специализации, опыте интернет-консультирования до и во время всеобщей самоизоляции, отношении к подобной форме работы, сложностях, с которыми столкнулись психологи, а также о том, адаптировались ли практики к формату работы онлайн, и что им в этом помогло, об особенностях консультирования в период пандемии: конкуренции среди психологов, желании клиентов консультироваться онлайн. В данной работе представлена часть полученных результатов.

Результаты

Часть опрошенных психологов 42 % (n = 131) проживали в Москве или области, 39,4 % (n = 123) – в других регионах Российской Федерации, 18,6 % (n = 58) респондентов проживали в г. Санкт-Петербурге и Ленинградской области. Иная социодемографическая информация о респондентах нами не собиралась.

Большинство консультантов осуществляли частную практику (67,3%; n = 210) и специализировались на индивидуальном консультировании (41,35%; n = 129). Психологи чаще всего на момент исследования практиковали от 6 до 15 лет (39,7%; n = 124) или имели стаж до 5 лет (39,1%; n = 122).

Треть психологов (32%; n = 99) отметили, что практикуют в интегративном или эклектичном подходе, еще по 16 % специализируются на когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) или гештальтпсихотерапии.

Большинство опрошенных специалистов имели какой-то опыт консультирования онлайн до пандемии (82,4%; n = 257) и стали чаще работать в таком формате на всеобщей самоизоляции (75,6%; n = 236). При этом половина респондентов хорошо относились к онлайн-консультированию до пандемии (49,7%; n = 155) и либо не изменили своего мнения с началом пандемии (53,5%; n = 167), либо стали относиться к консультированию онлайн даже лучше (39,4%; n = 123). Если же психологи испытывали сложности в процессе онлайн-консультирования, то они обращались за помощью к коллегам (72,4%; n = 226).

Значительная часть практикующих психологов считали, что адаптировались к онлайн-формату работы (80,8%; n = 252), 14,1 % (n = 44) затруднились с ответом, еще 5,1 % (n = 16) не адаптировались. Больше половины опрошенных специалистов (57%; n = 178) не чувствуют себя «более вымотанными» после интернет-консультирования, 30,5 % (n = 95) отметили для себя такую особенность, 12,5 % (n = 39) затруднились ответить. У респондентов во время пандемии в целом не было проблем с тайм-менеджментом: так, 79 % (n = 246) опрошенных не заметили проблем со структурированием своего времени в связи с переходом работы в онлайн.

Интересно, что мнения психологов о размытии границ «работа – дом» в условиях онлайн-консультирования из дома разделились: около 59 % (n = 184) отметили, что не сталкивались

с такой сложностью, однако 35 % (n = 109) респондентов отмечают такую проблему, еще 6 % (n = 19) затруднились ответить. На вопрос, любят ли они в целом работать из дома, 69,2 % (n = 216) психологов ответили утвердительно.

В среднем опрошенные психологи показали высокий уровень развитости инновационных качеств (M = 3,74). Более половины респондентов (54,2 %; n = 169) обладали высоким уровнем инновативности, 44,5 % (n = 139) – средним, еще 1,3 % (n = 4) – низким. Респонденты также показали высокий уровень креативности (M = 3,95) и ориентации на будущее (M = 3,85), оказались в средней степени готовыми идти на риск ради успеха (M = 3,4).

Для проверки гипотезы о том, что инновативные качества психологов связаны с их адаптацией к онлайн-консультированию, мы составили таблицу сопряженности и применили критерий хи-квадрат с поправкой на непрерывность Йетса; для определения силы связи использовали V Крамера. Здесь и далее группа психологов, затруднившихся с ответом на вопрос об адаптации, рассматривалась нами как группа «неадаптированных» психологов, т. к. неопределенность в данном вопросе, на наш взгляд, скорее означает, что специалист не вполне адаптировался. Данные группы респондентов были далее совмещены для удобства статистической обработки.

Полученные результаты (df = 1; $\chi^2 = 6,732$; p < 0,01; V Крамера = 0,155) указывают на наличие связи (Akoglu, 2018) между уровнем выраженности инновационных качеств личности психолога и его ощущением адаптированности к онлайн-формату работы (табл. 1).

Адаптация	Уровень выраженности инновационных качеств		Значимость	
	Высокий	Средний/низкий	χ^2	V Крамера
Адаптировались	146 / 86,4 %	106 / 74,1 %	6,732	0,155
Не адаптировались	23 / 13,6 %	37 / 25,9 %		
Общее	169 / 100 %	143 / 100 %		

Также нами был проведен анализ связи факта успешной адаптации специалиста и региона его проживания (df = 2; $\chi^2 = 2,512$), стажа его работы (df = 2; $\chi^2 = 0,564$), а также наличия обсуждений проблем онлайн-консультирования с коллегами (df = 1; $\chi^2 = 0,221$). Во всех перечисленных случаях статистически значимой связи между переменными обнаружено не было.

Как видно в таблице 2, между адаптацией психологов и модальностью консультирования была обнаружена значимая взаимосвязь (df = 5; $\chi^2 = 11,171$; p < 0,05; V Крамера = 0,189). Чаще всего адаптировались к работе онлайн представители гештальт-подхода, реже всего – психологи, работающие в когнитивно-поведенческой парадигме.

Таблица 2

Взаимосвязь адаптации к онлайн-консультированию и модальности консультирования

<u>Модальность</u>	<u>Адаптация</u>		<u>Общее</u>
	Адаптировались	Не адаптировались	
Гештальт	46 / 90,2%	5 / 9,8%	51 / 100%
КПТ	33 / 66%	17 / 34%	50 / 100%
Системный	27 / 87,1%	4 / 12,9%	31 / 100%
Эклектичный/интегративный	79 / 79,8%	20 / 20,2%	99 / 100%
Другое	34 / 81%	8 / 19%	42 / 100%
Психоанализ	33 / 84,6%	6 / 15,4%	39 / 100%
χ^2	11,171		

В таблице 3 отображены данные о связи адаптации специалистов и их отношения к работе из дома в целом. Был обнаружен статистически значимый результат ($df = 2$; $\chi^2 = 70,538$; $p < 0,01$; V Крамера = 0,475).

Таблица 3

Взаимосвязь адаптации к онлайн-консультированию и отношения к работе из дома

<u>Положительное отношение</u> к работе из дома	<u>Адаптация</u>		<u>Общее</u>
	Адаптировались	Не адаптировались	
Да	200 / 92,6%	16 / 7,4%	216 / 100%
Нет	28 / 45,9%	33 / 54,1%	61 / 100%
Затрудняюсь ответить	24 / 68,6%	11 / 31,4%	35 / 100%
χ^2	70,538		

Далее мы выяснили (табл. 4), что факт адаптации к онлайн-работе также связан с переживанием практикующим психологом размытия или сохранения границ «работа – дом» в связи с переходом на интернет-консультирование из дома ($df = 2$; $\chi^2 = 28,819$; $p < 0,01$; V Крамера = 0,304).

Таблица 4
Взаимосвязь адаптации к онлайн-консультированию и ощущения размытости границ «работа – дом»

Размытие границ «работа – дом»	Адаптация		Общее
	Адаптировались	Не адаптировались	
Да	76 / 69,7%	33 / 30,3%	109 / 100%
Нет	166 / 90,2%	18 / 9,8%	184 / 100%
Затрудняюсь ответить	10 / 52,6%	9 / 47,4%	19 / 100%
χ^2	28,819		

Примечательно, что зачастую позитивное мнение о работе из дома имели психологи, которые не чувствовали размытие границ «работа – дом» в связи с удаленным форматом (табл. 5). Статистическая проверка данного наблюдения обнаружила значимую взаимосвязь между вышеуказанными параметрами ($df = 4$; $\chi^2 = 47,539$; $p < 0,01$; V Крамера = 0,276).

Таблица 5
Взаимосвязь положительного отношения психологов к работе из дома и ощущения размытости границ «работа – дом»

Положительное отношение к работе из дома	Размытие границ «работа – дом»			Значимость	
	Да	Нет	Затрудняюсь ответить	χ^2	V Крамера
Да	55 / 50,5%	154 / 83,7%	7 / 36,8%	47,539	0,276
Нет	19 / 8,4%	10 / 5,4%	6 / 31,6%		
Затрудняюсь ответить	35 / 32,1%	20 / 10,9%	6 / 31,6%		
Общее	109 / 100%	184 / 100%	19 / 100%		

Обсуждение результатов

Опрошенные нами психологи зачастую уже имели некоторый опыт онлайн-консультирования до пандемии и, безусловно, стали чаще работать таким образом во время всеобщей самоизоляции. Примечательно, что около половины респондентов в целом положительно относились к такому формату консультирования до пандемии и не изменили своего мнения с наступлением самоизоляции, что не соотносится с некоторыми исследованиями прошлых лет на зарубежной выборке (Glueckauf et al., 2018; Stoll, Müller, & Trachsel, 2020; Torroco et al., 2017). Полученные нами результаты требуют дальнейшей проверки на больших и более разнообразных выборках практикующих психологов.

Данные о том, что большинство специалистов считали, что адаптировались к онлайн-формату, а если и возникали какие-либо сложности с онлайн-форматом – обращались за помощью к коллегам, могут быть также обусловлены особенностями нашей выборки. Значительная часть опрошенных психологов состояла в профессиональных сообществах с развитой системой супервизий, интервизий и группового профессионального обучения, что формирует надежные профессиональные связи с коллегами и могло помочь практикам в адаптации. При этом статистически значимой связи между данными факторами найдено не было.

Несмотря на распространенность упоминания другими исследователями феноменов повышенной усталости и напряжения от работы онлайн у психологов (Stoll et al., 2020), в нашем исследовании только треть консультантов была подвержена этому. Также у большинства респондентов не было проблем со структурированием своего времени во время работы из дома. Возможно, это связано с тем, что значительная часть опрошенных психологов ранее уже пробовала консультировать онлайн, что отчасти позволило им избежать некоторых сложностей с приходом пандемии и повсеместной онлайн-работы. На полученные результаты также могли оказать влияние практикуемые респондентами виды и формы онлайн-консультирования, которые широко представлены на рынке психологических услуг в настоящее время (Cooper & Neal, 2015). Можно предположить, что видео- и аудиоконференции могут вызывать большую усталость по сравнению, например, с консультированием посредством переписки на онлайн-портале или в социальной сети, мессенджере. Данный фактор требует дальнейшего уточнения в будущих исследованиях.

Гипотеза о том, что положительное отношение к работе из дома в целом связано с лучшей адаптацией к онлайн-консультированию, была подтверждена. Более того, мы выяснили, что положительное отношение к работе из дома отрицательно коррелирует с переживанием размытости границ между домом и работой. То есть практикующие психологи, которые успешно переключаются между ролями специалиста и семьянина, не испытывают трудностей при проведении онлайн-консультаций не в условиях арендованного кабинета, а в домашней обстановке. Как именно им удается переключаться между этими ролями, представляет интерес для дальнейших исследований в первую очередь с практической точки зрения. Можно предположить, что адаптироваться к онлайн-формату некоторым психологам мешает отсутствие условий для работы из дома или недостаток самоорганизации для выдерживания границ профессиональных ролей, что, в свою очередь, приводит к тому, что специалисты в целом не хотят работать таким образом. Также на основании полученных взаимосвязей можно сделать вывод, что специалисты, нуждающиеся для переключения ролей в смене обстановки, испытывают трудности, вынужденно работая из дома.

Интересно, что большая часть консультантов не столкнулась с проблемой в вопросе о размытии границ «работа – дом» в связи с переходом на онлайн-работу, при том, что всё же больше трети респондентов почувствовали сложности в данном аспекте. Подобные результаты могут быть обусловлены различными семейными и жилищными условиями опрошенных специалистов. Так, представляется, что респондент, проживающий в семье с ребенком дошкольного возраста или с пожилыми родственниками в стесненных жилищных условиях, имеющий объективные сложности в выделении отдельного рабочего кабинета и соблюдении тишины во время консультаций в помещении, будет испытывать значительно больше неудобств с точки зрения поддержания сеттинга, обеспечения безопасности консультативного процесса, соблюдения границ и пребывания в профессиональной роли в течение рабочего дня, в отличие от специалиста, имеющего отдельный кабинет дома и/или не имеющего детей младшего возраста, совместно проживающих пожилых родственников. Дополнительное влияние на положительное отношение к работе из дома и соблюдение границ между работой и семьей мог оказывать также пол респондентов: по статистике, женщины в нашей стране несут на себе существенно большую родительскую и домашнюю нагрузку (Макаренцева, Бирюкова и Третьякова, 2017), что могло вызвать повышенное давление на женщин-психологов во время всеобщей самоизоляции, а также снизить их желание и возможности работать из дома.

Гипотезы о связи региона проживания и стажа работы с адаптацией к онлайн-консультированию не подтвердились. Полученные результаты отличаются от данных зарубежных коллег (Békés & Aafjes-van Doorn, 2020), которые обнаружили, что опыт и регион проживания влияют на отношение к онлайн-консультированию, его принятие. Такие различия, вероятно, связаны с тем, что авторы исследования опрашивали психологов из стран Северной Америки и Европы, где социально-культурные и экономические условия могут быть различными. Мы, в свою очередь, проводили исследование среди специалистов, проживающих и практикующих исключительно на территории России, что, безусловно, дало более гомогенную картину условий проживания и практики психологов.

Интересны результаты о наличии связи между подходом, в котором работает консультант, и успешностью его адаптации к онлайн-форме работы. Зарубежные исследования об адаптации консультантов к онлайн-формату во время пандемии показали похожий результат (Békés & Aafjes-van Doorn, 2020). Однако в нашем исследовании хуже всего адаптировались представители КПТ, а лучше всего – гештальттерапевты, что отличается от ранее полученных результатов некоторых авторов о том, что когнитивно-поведенческие терапевты лучше всего относятся и адаптируются к онлайн-формату (Perle et al., 2013). Кроме того, что представители гештальтподхода чаще считали себя адаптировавшимися к формату онлайн, они реже остальных затруднялись с ответом, что может быть объяснено особенностями данного подхода: повышенное внимание к своим эмоциональным и телесным реакциям, холистическое восприятие личности, практика концентрации на настоящем (Перлз, 2004) при постоянной практике могли привести, с одной стороны, к лучшей адаптации в изменившихся условиях, а с другой – к лучшей осведомленности о своем эмоциональном состоянии и ощущениях.

Практикующие психологи показали высокий инновационный потенциал, отличаясь высоким уровнем креативности и ориентации на будущее, а также средним уровнем готовности к риску ради успеха, что соотносится с результатами других авторов (Ikiz & Asici, 2017). Наша гипотеза о том, что инновационные качества личности психолога связаны с успешностью адаптации к формату работы онлайн, подтвердилась. Стоит заметить, что подобные результаты

в том числе могут быть обусловлены самоотбором респондентов: принять участие в исследовании отношения к онлайн-консультированию в условиях пандемии без материального вознаграждения могли иметь желание изначально более открытые к новому и активные респонденты.

Заключение

Таким образом, психологи России в целом безболезненно пережили вынужденный переход работы в онлайн-формат, показав высокий уровень развития инновационных качеств. Способность адаптироваться к изменившимся условиям работы у них была главным образом связана с инновационными диспозициями личности, возможностями организовать удаленный рабочий процесс и желанием работать из дома, а также с модальностью психологического консультирования.

Полученные нами данные могут быть использованы для разработки методических материалов и рекомендаций по организации работы психологов в онлайн-формате, а также для тренингов развития креативности, гибкости, инновативности в сообществе психологов-практиков.

Ограничения нашей работы связаны в первую очередь с небольшим размером выборки, применением самоотчетной формы опроса, а также недостатком социодемографической информации об опрошенных психологах.

Дальнейшие исследования могут быть сосредоточены на изучении инновационного потенциала, способности психологов к адаптации в быстро изменяющихся условиях современного цифрового мира, как в разрезе онлайн-консультирования, так и других средств и способов работы, на более обширных и разнообразных выборках специалистов.

Литература

- Аверьянов, А. И. (2018). Личностные качества экзистенциального терапевта: зарубежный опыт. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика*, 8(2), 139–151. <https://doi.org/10.21638/11701/spbu16.2018.203>
- Ефремова, Д. Н. (2020). Дыхание коронавируса: об осуществлении дистанционной психологической помощи в период пандемии. *Вестник Московского государственного областного университета*, 2, 229–235. <https://doi.org/10.18384/2224-0209-2020-2-1004>
- Журавлев, А. Л. (1993). Социальная психология личности и малых групп: некоторые итоги исследования. *Психологический журнал*, 14(4), 4–15.
- Загашев, И. О. (2010). Психологическая готовность к инновациям как условие эффективности внедрения системы управления качеством. *Известия Самарского научного центра Российской академии наук*, 12(5–2), 418–420.
- Клочко, В. Е. и Галажинский, Э. В. (2009). Исследование инновационного потенциала личности: концептуальные основания. *Сибирский психологический журнал*, 33, 6–12.
- Клочко, В. Е. и Краснорядцева, О. М. (2010). Особенности операционализации понятия «инновационный потенциал личности». *Вестник Томского государственного университета*, 339, 151–154.
- Костригин, А. А. (2014). Личность психолога-консультанта: теоретико-эмпирическая модель ключевых компетенций. *Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского*, 1–2, 445–451.
- Крахмалева, О. Е., Кузьмина, К. Н. и Ермолова, И. М. (2020). Дистантная медико-психологическая

- помощь в условиях вынужденной изоляции. *Омский психиатрический журнал*, 2-15, 11–15. <https://doi.org/10.24411/2412-8805-2020-10202>
- Лебедева, Н. М. и Татарко, А. Н. (2009). Методика исследования отношения личности к инновациям. *Альманах современной науки и образования*, 4–2, 89–96.
- Макаренцева, А. О., Бирюкова, С. С. и Третьякова, Е. А. (2017). Представления мужчин и женщин о затратах времени на работу по дому. *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, 2, 97–114. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2017.2.06>
- Махлова, О. А. (2012). Психологическая практика как творчество. *Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал)*, 10.
- Нестеров, А. В. (2007). Инновации: системный подход. *Компетентность*, 6, 3–13.
- Перлз, Ф. (2004). *Теория гештальттерапии*. Москва: Институт Общегуманитарных Исследований.
- Рогозин, Д. М. (2020). Преподаватели российских вузов о развитии онлайн-среды в условиях пандемии. *Мониторинг экономической ситуации в России: тенденции и вызовы социально-экономического развития*, 14, 36–44.
- Советова, О. С. (2000). *Основы социальной психологии инноваций*. Санкт-Петербург: Изд-во Санкт-Петербургского университета.
- Терехова, Т. А. и Попов, С. А. (2015). Уточненная модель инновационной активности личности. *Психология в экономике и управлении*, 7(2), 144–152.
- Шемелина, О. С. и Быкова, Е. С. (2019). Социально-психологический тренинг как инструмент развития инновативных качеств личности. *Профессиональное образование в современном мире*, 2, 2814–2822. <https://doi.org/10.15372/PEMW20190218>
- Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine*, 18(3), 91–93. <https://doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001>
- Aldahdouh, T. Z., Korhonen, V., & Nokelainen, P. (2019). What contributes to individual innovativeness? A multilevel perspective. *International Journal of Innovation Studies*, 3(2), 23–39. <https://doi.org/10.1016/j.ijis.2019.06.001>
- Aldahdouh, T. Z., Nokelainen, P., & Korhonen, V. (2018). Innovativeness of staff in higher education: Do implicit theories and goal orientations matter? *International Journal of Higher Education*, 7(2), 43–57. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v7n2p43>
- Ali, I. (2019). Personality traits, individual innovativeness and satisfaction with life. *Journal of Innovation & Knowledge*, 4(1), 38–46. <https://doi.org/10.1016/j.jik.2017.11.002>
- Békés, V., & Aafjes-van Doorn, K. (2020). Psychotherapists' attitudes toward online therapy during the COVID-19 pandemic. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 238–247. <http://dx.doi.org/10.1037/int0000214>
- Beutler, L. E., Malik, M., Alimohamed, S., Harwood, T. M., Talebi, H., Noble, S., & Wong, E. (2004). Therapist variables. In M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (5th ed., pp. 227–306). New York: Wiley.
- Cooper, S. E., & Neal, C. (2015). Consultants' use of telepractice: Practitioner survey, issues, and resources. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 67(2), 85–99. <http://dx.doi.org/10.1037/cpb0000015>
- Glueckauf, R. L., Maheu, M. M., Drude, K. P., Wells, B. A., Wang, Y., Gustafson, D. J., & Nelson, E. L. (2018). Survey of psychologists' telebehavioral health practices: Technology use, ethical issues, and training needs. *Professional Psychology: Research and Practice*, 49(3), 205–219. <https://doi.org/10.1037/pro0000188>

- Ikiz, F. E., & Asici, E. (2017). The relationship between individual innovativeness and psychological well-being: The example of Turkish counselor trainees. *International Journal of Progressive Education*, 13(1), 52–63.
- Nisula, A.-M., & Kianto, A. (2016). The antecedents of individual innovative behaviour in temporary group innovation. *Creativity and Innovation Management*, 25(4), 431–444. <https://doi.org/10.1111/caim.12163>
- Perle, J. G., Langsam, L. C., Randel, A., Lutchman, S., Levine, A. B., Odland, A. P., ... Marker, C. D. (2013). Attitudes toward psychological telehealth: Current and future clinical psychologists' opinions of internet-based interventions. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 100–113. <https://doi.org/10.1002/jclp.21912>
- Stoll, J., Müller, J. A., & Trachsel, M. (2020). Ethical issues in online psychotherapy: A narrative review. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 993. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00993>
- Topooco, N., Riper, H., Araya, R., Berking, M., Brunn, M., Chevreur, K., ... Andersson, G. (2017). Attitudes towards digital treatment for depression: A European stakeholder survey. *Internet Interventions*, 8, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2017.01.001>
- Wisdom, J. P., Chor, K. H. B., Hoagwood, K. E., & Horwitz, S. M. (2014). Innovation adoption: A review of theories and constructs. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 41, 480–502. <https://doi.org/10.1007/s10488-013-0486-4>

Дата получения рукописи: 16.10.2020

Дата окончания рецензирования: 08.02.2021

Дата принятия к публикации: 10.02.2021

Информация об авторах

София Ильинична Скипор – выпускник факультета психологии, педагогики и социологии, АНО ВО «Московский гуманитарный Университет», г. Москва, Российская Федерация; SPIN-код: 1023-6270.

Анастасия Евгеньевна Воробьева – кандидат психологических наук, ФГБУН Институт психологии РАН, г. Москва, Российская Федерация; ResearcherID: M-2160-2016, SPIN-код: 9743-1030.

Заявленный вклад авторов

София Ильинична Скипор – разработка программы исследования, проведение исследования, анализ результатов исследования, работа с источниками, написание обзорной части.

Анастасия Евгеньевна Воробьева – разработка программы исследования, интерпретация результатов, написание обсуждения результатов, критический пересмотр содержания статьи.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.