

УДК 159.9

ГРНТИ 15.81.29

**СОЦИАЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ
ОТНОСИТЕЛЬНО ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ОНЛАЙН-ПОМОЩИ
У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК¹**

©2025 г. В.В. Соколовская*, Н.В. Солнцева**, Е.Ю. Коржова***

*Магистрант, Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена; г. Санкт-Петербург, Россия
e-mail: eusto.mau@gmail.com

**Кандидат психологических наук, доцент, Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена; г. Санкт-Петербург, Россия
e-mail: natalia-sun@inbox.ru

***Доктор психологических наук, профессор, Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена; г. Санкт-Петербург, Россия
e-mail: elenakorjova@gmail.com

Психологическая онлайн-помощь становится все более востребованной у молодежи. Но отношение к данному формату остается неоднозначным. Наблюдается более частая обращаемость к онлайн-помощи у представителей женского пола. В большинстве работ описаны отдельные компоненты отношения к онлайн-помощи, но недостаточно изучены социальные установки относительно данного формата у юношей и девушек. Целью исследования стало изучение социальных установок относительно психологической онлайн-помощи у девушек и юношей. Согласно гипотезе, компоненты установок относительно психологической онлайн-помощи у женщин имеют качественную специфику, которая определяет большую предрасположенность женщин к психологической помощи онлайн-формата. Изучались когнитивный, аффективный и конативный компоненты социальных установок относительно психологической онлайн-помощи у юношей и девушек. Использовался кластерный анализ, контент-анализ с

¹ Исследование выполнено за счет внутреннего гранта РГПУ им. А. И. Герцена (проект № 83 ВГ).

последующим применением углового преобразования Фишера, непараметрический U-критерий Манна-Уитни. Выборку составили студенты РГПУ им. А.И. Герцена численностью 183 человека (77% девушки, 23% юноши) от 18 до 24 лет ($M=19,4$). Применялись психодиагностические методики: «Опросник отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья», «Символический анализатор мира» А. М. Парачева, «Незаконченные предложения» (модификация). В результате исследования выявлено, что когнитивный и аффективный компоненты социальных установок относительно онлайн-помощи у юношей и девушек не различаются. Когнитивный компонент содержит позитивный образ психологической помощи, на аффективном уровне онлайн-помощь ощущается как пассивный процесс. У юношей конативный компонент является амбивалентным. У девушек существует умеренная готовность обратиться за онлайн-помощью. Таким образом, существует рассогласованность в когнитивном и аффективном компоненте социальных установок относительно психологической-онлайн помощи. Готовность к обращению за психологической помощью имеет ярко выраженные половые различия.

Ключевые слова: психологическая онлайн-помощь, установки относительно психологической онлайн-помощи, цифровое поколение, образ психологической помощи у молодежи, готовность к психологической помощи.

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы постоянно растет спрос на психологическую помощь: наблюдается ежегодный прирост обращений и увеличение количества психологических сессий. Запрос на профессиональную психологическую помощь высказывает каждый пятый житель России.

Наравне с очным форматом все более востребованной становится дистанционная психологическая помощь (Скипор, Воробьева, 2022). Возросшая актуальность частично связана с пандемией COVID-19, в период которой возникла необходимость перехода на дистанционное общение и произошло обострение ряда психологических проблем, связанных с переживанием одиночества и нарушением чувства безопасности. Это повысило интерес к онлайн-формату психологической помощи, как наиболее удобному и доступному. Несмотря на окончание пандемии, распространность онлайн-помощи увеличивается.

Онлайн-помощь имеет свои преимущества и недостатки. Из основных преимуществ можно отметить экономию пространственного и временного ресурса, доступность, анонимность, снижение психологического и социального риска в общении, повышение роли клиента в онлайн консультировании (Полянский, Быковская, 2019). Недостатки связаны с ограниченностью неверbalного общения, лимитированием круга проблем, с которыми можно работать дистанционно, трудностью в оценке квалифицированности и компетентности психологов-консультантов.

Психологическая помощь наиболее востребована у молодежи (Бузин, Бузина, 1922; Есипов, Нестерова, 2022). Пользователями онлайн-услуг психолога также в большей степени является молодежь или представители сетевого поколения. В.И. Пищик определяет поколение как социальную группу людей, родившихся в один и тот же промежуток времени, объединенных одним типом ментальности и общей культурно-исторической ситуацией развития (Пищик, 2015). К сетевому поколению (поколению Z по зарубежной классификации W. Strauss, N. Howe) принадлежит общность людей, рожденных в период с 2000 по 2018 год, для которой информационные технологии становятся агентом социализации. Несмотря на то, что большая часть жизни современной молодежи опосредована сетевым взаимодействием, онлайн-среда не является для них более предпочтаемой формой взаимодействия в процессе психологической помощи (Антонова и др., 2021). Отношение к онлайн-помощи у молодежи на сегодняшний день остается неоднозначным (Соколовская, 2023).

Результаты социологических и психологических исследований говорят о большей обращаемости женщин за психологической помощью, в сравнении с мужчинами (Антонова и др., 2021; Shapovalov, Kolpachnikov, 2022). Для представителей мужского пола характерно скорее негативное отношение к профессиональной психологической помощи, и отрицание ее необходимости даже в тяжелых ситуациях (Шаповалов, 2022; Shapovalov, Kolpachnikov, 2022). На основании всего выше сказанного можно предположить, что у девушек и юношей сетевого поколения существуют качественные

различия в установках относительно психологической онлайн-помощи. На это указывает ряд исследований (Антонова и др., 2021). Но в большинстве существующих работ по данному вопросу изучались лишь отдельные компоненты отношения к психологической онлайн-помощи, в то время как проблема социальных установок относительно данной формы помощи остается недостаточно изученной. Так, актуальность данного исследования связана с активным распространением онлайн-формата психологической помощи и недостаточной разработанностью проблемы социальных установок относительно данного вида помощи у девушек и юношей. Решение данной задачи позволит расширить возможности оказания профессиональной психологической онлайн-помощи, оптимизировать ее процесс с учетом представителей разного пола и формата использования.

Целью настоящего исследования стало изучение социальных установок относительно психологической онлайн-помощи у девушек и юношей.

Социальная установка или (аттитюд) — это механизм регуляции социального поведения личности, которая обеспечивает предрасположенность человека воспринимать, оценивать, осознавать и, как итог, действовать относительно данного социального объекта определенным образом. В структуре социальной установки выделяют три компонента: когнитивный (образ объекта социальной установки), аффективный (эмоции и переживания, связанные с объектом), конативный компонент (потенциальная готовность личности реализовать определенное поведение). Также необходимо упомянуть о проблеме частого несоответствия социальных установок и реального поведения личности.

ПРОГРАММА ИССЛЕДОВАНИЯ

Схема проведения исследования. Респонденты заполняли опросные и проективные методики для определения социальных установок относительно психологической онлайн-помощи.

Выборка исследования. Выборку составили 183 респондента, обучающиеся в Санкт-Петербурге в РГПУ им. А.И. Герцена, имеющие разные профили обучения (23% юноши и 77% девушки), от 18 до 24 лет, средний возраст 19,4. Среди девушек 59% имеют опыт очной психологической помощи, 32% имеют опыт психологической онлайн-помощи. Среди юношей 40% имеют опыт очной психологической помощи, 7% имеют опыт психологической онлайн-помощи.

Методы исследования. Для достижения поставленных целей использовалась методика «Опросник отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья» («Inventory of Attitudes toward Seeking Mental Health Services», IASMHS) C. Mackenzie et al. в адаптации С. В. Вайнштейна, М. В. Бурдина, Е. Ю. Шабалина (Вайнштейн, 2025); цвето-ассоциативная методика «Символический анализатор мира» А. М. Парачева (Парачев, 1985); и модификация методики «Незаконченные предложения».

Рассмотрим подробнее цвето-ассоциативную методику «Символический анализатор мира» А. М. Парачева. Данная методика представляет собой модифицированный вариант «Цветового теста отношений» Е. Ф. Бажина и А. М. Эткинда. Она построена на проецировании предъявляемых респонденту понятий на алфавит индексов — цветовые карточки теста М. Люшера с последующим ранжированием респондентами цветового ряда предпочтений. Для достижения поставленной цели были выбраны 48 понятий с учетом метакатегорий (события, отношения, эмоциональные состояния, стратегии действия), а также включены такие понятия как «психолог», «очная психологическая помощь» и «психологическая онлайн-помощь». «Символический анализатор мира» А. М. Парачева позволяет увидеть «миры» испытуемых в трех проекциях: символической, ценностной/ ранговой и функциональной.

Когнитивный компонент установки изучался на основе ценностной/ ранговой проекции. Было выполнено ранжирование цветового ряда предпочтений респондентов, и

для каждого понятия произведена соответствующая подстановка ранга на место цвета.

Понятия в ценностной / ранговой проекции были подвергнуты кластерному анализу.

Для изучения аффективного компонента установки на основе символической или цветовой проекции были составлены люшер-портреты понятий «психолог», «психологическая онлайн-помощь» и «очная психологическая помощь» для женской и мужской выборки, и рассчитаны для этих понятий коэффициенты комфортности, активности, автономности и работоспособности.

Коэффициент комфортности рассчитывается как соотношение «чистых» (синий, зеленый, красный, желтый) и «грязных» (коричневый, черный, серый) цветов в люшер-портрете понятия и характеризует степень его комфортности, то есть принятия-отвержения для изучаемой выборки. Понятия, имеющие коэффициент ниже 1,3 являются отвергаемыми, с ними связано состояние дискомфорта. Понятия, имеющие коэффициент выше 1,3, являются комфортными. Чем выше значение коэффициента, тем более комфортным / принимаемым для респондентов являются понятия.

Коэффициент активности рассчитывается как соотношение «активных» (зеленый, красный) и «пассивных» (синий, желтый) цветов в люшер-портрете изучаемого понятия. Понятия, имеющие коэффициент ниже 1, связаны с состоянием покоя и пассивностью. Понятия, имеющие коэффициент выше 1, связаны с состоянием активации и поисковой активности.

Коэффициент автономности рассчитывается как соотношение «автономных» (синий, зеленый) и «гетерономных» (красный, желтый) цветов в люшер-портрете изучаемого понятия. Понятия, имеющие коэффициент ниже 1, являются гетерономными, связаны с потребностью в зависимости и объединении. Понятия, имеющие коэффициент выше 1, являются автономными, связаны со стремлением действовать независимо.

Коэффициент работоспособности рассчитывается как соотношение «рабочих» (зеленый, красный, желтый) и «связанных с утомлением» (коричневый, серый) цветов в люшер-портрете изучаемого понятия. Понятия, имеющие коэффициент ниже 1,5,

связаны с потерей энергии и потребностью в отдыхе. Понятия, имеющие коэффициент выше 1,5, связаны с наличием энергии и готовностью активно работать.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Анализ смысловых связей ранговых показателей методики «Символический анализатор мира» А. М. Парачева проводился с помощью кластерного анализа (Ward-Method, Манхэттенское (city-block) расстояние). Обработка методики «Незаконченные предложения» включала в себя контент-анализ с последующим применением углового преобразования Фишера. Для статистической проверки достоверности различий у юношей и девушек по результатам «Опросника отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья» применялся непараметрический U-критерий Манна-Уитни. Расчет производился с помощью программы STATISTICA.

Когнитивный компонент установки

Результаты применения методики «Символический анализатор мира» А. М. Парачева. Рассмотрим кластеры, в которые попали понятия, связанные с оказанием психологической помощи. Эти кластеры были условно названы «Образ психологической помощи».

У юношей в кластер «Образ психологической помощи» вошли следующие виды психологической помощи: *психологическая онлайн-помощь, очная психологическая помощь*; также в кластер вошла *профессиональная помощь*; субъекты взаимодействия: *психолог, профессионал, отец*; стратегии поведения; *решение проблем и принятие ответственности*; ценности; *уважение и время*. Можно видеть, что у юношей психологическая помощь не разделяется на очный или онлайн-формат. Оба вида психологической помощи соотносятся с профессиональной помощью. Оказывающий эту помощь психолог семантически близок образу профессионала и отца. Процесс оказания помощи связан с решением существующих проблем, принятием ответственности и проявлением уважения.

У девушек в кластер «Образ психологической помощи» вошли следующие виды психологической помощи: *очная психологическая помощь, психологическая онлайн-помощь; субъекты взаимодействия; психолог, я; стратегии поведения: решение проблем, поддержка; ценности: доверие, понимание, безопасность, независимость.* То есть у девушек онлайн и офлайн психологическая помощь также, как и у юношей не разделяются. Доверие, понимание, безопасность, сохранение независимости выступают как условия необходимые для успешной работы с психологом, когда решение проблем происходит в ситуации поддержки со стороны психолога, а также в условиях благоприятной психологической атмосферы взаимодействия.

Результаты применения методики «Незаконченные предложения» представлены в табл. 1.

Таблица 1

Наиболее значимые показатели в ответах девушек и юношей в методике «Незаконченные предложения» (когнитивный аспект) *

Категория	Юноши	Девушки	$\Phi^*_{\text{эмп}}$	Р-уровень
<i>Я воспринимаю психолога как...</i>				
Помощник	53%	61%		
Доверенное лицо/ друг	5%	16%	2.63	0,01
Профессионал	14%	30%	2.772	0,01
Опора и поддержка в решении проблем	29%	4%	5.19	0,01
<i>Самое главное для меня в процессе психологической консультации...</i>				
Результат (интегративная категория)	71%	38%	4.78	0,01
Продуктивность: идентификация проблемы и получение ответов на вопросы	28%	6%	4.384	0,01
Процесс: открытое обсуждение	10%	1%	3.14	0,01
Процесс: комфорт/ безопасность	5%	25%	4.214	0,01

Примечание: * Здесь и далее: содержание ответов респондентов могло относиться к нескольким категориям, поэтому суммарный процент ответов может быть больше 100%.

Наиболее часто и юноши, и девушки воспринимают психолога как помощника, в процессе работы, с которым достигается значимый для них результат.

Для юношей психолог достоверно чаще воспринимается как *опора и поддержка в решении проблем*, в процессе консультации достоверно чаще указывается значимость

достижения *результата*, особенно в отношении *идентификации проблем и получения ответов* на задаваемые вопросы, а также *открытых обсуждений в процессе работы*. То есть психолог воспринимается как помощник в ситуации необходимости поддержки и опоры из вне, в процессе открытого обсуждения с которым происходит определяющее существующих проблем и достижение конкретных результатов.

Девушки достоверно чаще воспринимают психолога как *профессионала* и как *доверенное лицо или друга*; в процессе получения психологической помощи достоверно чаще указывается значимость *комфортного и безопасного процесса работы*. То есть психолог воспринимается как дружественно настроенный профессионал, помогающий достигнуть результата в процессе комфорtnого, поддерживающего взаимодействия.

И у девушек, и у юношей можно видеть согласованность образов психолога и психологической помощи, полученных с помощью вербальной и цвето-ассоциативной проективных методик. Полученные образы имеют общие и гендерно-специфичные черты.

Аффективный компонент установки

Рассмотрим данные применения методики «Символический анализатор мира» А. М. Парачева. В табл. 2 представлены коэффициенты комфортности, активности, автономности и работоспособности для понятий «психолог», «психологическая онлайн-помощь» и «очная психологическая помощь».

Таблица 2

Коэффициенты понятий «психолог», «психологическая онлайн-помощь», «очная психологическая помощь» у юношей и девушек

Коэффициенты	Психолог		Психологическая онлайн-помощь		Очная психологическая помощь	
	Юноши	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши	Девушки
Коэффициент комфортности	2,4	4,16	2,3	4,7	5,3	7,7
Коэффициент активности	0,3	0,7	0,47	0,8	1,3	1,4
Коэффициент автономности	1	3	1,6	2	2,83	2,5

Коэффициент работоспособности	1,77	2,95	1,8	1,9	4	6,5
-------------------------------	------	------	-----	-----	---	-----

Аффективная составляющая образа очной и онлайн психологической помощи у юношей и девушек практически не различается. «*Очная психологическая помощь*» является комфортной; связана с обретением или осознанием зрелой независимости; требует личной активности и готовности быть включенным в процесс; а также достаточной работоспособности. «*Психологическая онлайн-помощь*» является умеренно комфортной; связана с обретением или осознанием независимости; связана с большей пассивностью, обращение к онлайн-помощи происходит в ситуации ограниченности личностных ресурсов.

Аффективная составляющая образа *психолога* у юношей и девушек имеет значительные различия. Для юношей «*Психолог*» является умеренно комфортным понятием; обращение к психологу происходит в ситуации потери ресурсов или же является достаточно ресурсозатратным; связано с состоянием собственной пассивности, невозможности активных действий или в состоянии выраженной беспомощности. Для девушек «*Психолог*» является достаточно комфортным понятием; обращение к психологу происходит в состоянии затруднения активных действий; связано с обретением или осознанием независимости и восстановлением своего ресурса.

Результаты применения методики «Незаконченные предложения» представлены в табл. 3.

Таблица 3

Наиболее значимые показатели в ответах девушек и юношей в методике «Незаконченные предложения» (аффективный компонент)

Категория	Юноши	Девушки	Ф [*] эмп	Р-уровень
<i>Комфортное общение с психологом должно быть...</i>				
Должно быть	24%	28%		
Поддерживающее/ принимающее	15%	30%	2,574	0,01
Открытое	29%	11%	3,26	0,01
<i>На консультации у психолога люди чувствуют...</i>				
Дискомфорт (страх, стыд, неловкость, уязвимость,	45%	47%		

одиночество, недоверие)				
Облегчение	24%	21%		
Принятие / поддержка / включенность специалиста / индивидуальный подход	30%	61%	4,483	0,01

Четверть респондентов и мужского и женского пола считают, что ощущение комфорта при общении с психологом — это основа, которая обязательно должна присутствовать. Для юношей ощущение комфорта достоверно больше связано с переживанием открытости, для девушек — с переживанием принятия и поддержки.

В процессе консультации, клиенты испытывают дискомфорт — так считает практически половина респондентов как мужского, так и женского пола. Также четверть всех респондентов говорит о состоянии облегчения. Еще одно важное переживание в процессе консультации, отмечаемое всеми респондентами, это чувство поддержки и принятия, но девушки его отмечают достоверно чаще.

Можно видеть, что состояния и переживания, выявленные с помощью вербальной и цвето-ассоциативной проективных методик, являются непротиворечащими и взаимодополняющими друг друга.

Конативный компонент установки

Результаты методики «Незаконченные предложения» представлены в табл. 4.

Таблица 4

Наиболее значимые показатели в ответах девушек и юношей в методике «Незаконченные предложения» (конативный компонент)

Категория	Юноши	Девушки	Ф [*] ЭМП	ρ-уровень
<i>Я скорее выберу онлайн помощь...</i>				
Нет, не выберу	71%	21%	4,420	0,01
Это неживое общение	24%	0%		
Только в крайнем случае	5%	29%	4,851	0,01
Ради удобства / экономии времени и денег	19%	42%	3,592	0,01
<i>Я скорее выберу очную помощь...</i>				
Да, это так	67%	85%	3,026	0,01
Из-за возможности личного общения	38%	39%		
В крайнем случае	19%	2%	4,37	0,01

Готовность выбрать психологическую онлайн-помощь имеет ярко выраженную гендерную специфику. Юноши достоверно чаще говорят об *отказе обращения* к психологу в онлайн-формате, определяя онлайн-общение как *неживое*. Девушки достоверно чаще говорят о своей готовности выбрать онлайн-формат только *в крайнем случае*. Но при этом и юноши, и девушки готовы выбрать онлайн-помощь ради *удобства или выгоды*, причем у девушек такой ответ встречается достоверно чаще.

Готовность выбрать очную психологическую помощь подтвердили большинство юношей и девушек, причем у девушек данный ответ встречается достоверно чаще. Это выбор и юношами, и девушками объясняется *возможностью личного общения*. Но при этом 19% юношей указывают о своей готовности выбрать онлайн-формат только *в крайнем случае*, у девушек такой ответ практически не встречается.

Анализ результатов «Опросника отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья» показал, что *«Отношение (аттитюд) к обращению за профессиональной психологической помощью»*, *«Преодоление приоритета самопомощи»* и *«Безразличие к стигме»* достоверно не отличаются у юношей и девушек. У девушек выявлены достоверно более высокие показатели по шкалам *«Готовность обсуждать проблемы со специалистом»* (девушки – 13,3, юноши – 12, $U = 857$, $p=0,047$) и *«Склонность к поиску помощи»* (девушки – 25,2, юноши – 22,1, $U=735,5$, $p=0,006$). Можно видеть, что особенности готовности обратиться за психологической помощью, выявленные с помощью вербальной проективной и опросной методиками, являются непротиворечащими и взаимодополняющими друг друга.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Когнитивный компонент установки

Когнитивный компонент установки у юношей и девушек содержит позитивный образ психологической помощи, в котором психологическая онлайн-помощь и очная психологическая помощь не разделяются и направлены на решение проблем. Психолог воспринимается, прежде всего, как помощник, в процессе работы с которым достигается

значимый результат. То есть на когнитивном уровне психологическая онлайн-помощь воспринимается как «полноправный» формат, а не полу-помощь. Подтверждение данному факту можно увидеть в ряде исследований (Пищик, 2015).

У юношей образ психолога отождествляется с ролями профессионала, отца, опоры в трудной ситуации, связан с проявлением уважения, что может рассматриваться как образ наставника или более старшой по рангу фигуры. Процесс оказания помощи связан с категорией времени, определяющим и решением существующих проблем в процессе открытого обсуждения, с достижением конкретных результатов. Можно предположить, что психологическая помощь рассматривается юношами как краткосрочная проблемно-ориентированная, направляемая специалистом. Подтверждение данного факта можно видеть в публикациях (Богатушина, Ковалева, 2016).

У девушек образ психолога отождествляется с дружественно настроенным профессионалом, который помогает достичнуть результата в процессе комфортного, безопасного поддерживающего доверительного взаимодействия, позволяющего сохранить или ощутить свою независимость. То есть для девушек процесс поддерживающего безопасного взаимодействия является условием достижения результата, и, возможно, даже целью обращения к психологу.

Аффективный компонент установки

Аффективный компонент установки в отношении очной и онлайн-помощи различается. Очная психологическая помощь является комфортной, связана с личной активностью и включением в процесс консультирования, требует большей работоспособности. Для юношей комфорт в процессе консультации связан с возможностью открытого общения. Для девушек комфортное общение с психологом должно быть поддерживающим и принимающим.

Психологическая онлайн-помощь является менее комфортной, ощущается как пассивный процесс с меньшими трудозатратами и меньшей «отдачей». Можно предположить, что на эмоциональном уровне онлайн-помощь воспринимается как

неполноценный вариант психологической помощи или полу-помощь в связи с ограниченными возможностями удовлетворения значимых потребностей.

Можно видеть, что у девушек и юношей существует согласованность когнитивного и аффективного компонентов социальной установки в отношении очной психологической помощи, и рассогласованность их в отношении психологической онлайн-помощи.

Аффективный компонент установки в отношении взаимодействия с психологом у юношей и девушек различается. Для юношей обращение к психологу является умеренно комфортным, связано с состоянием собственной пассивности, беспомощности, переживанием различных негативных эмоций личного характера, хотя ожидается состояние комфорта и облегчения, происходит в ситуации ограниченности собственных ресурсов. То есть на эмоциональном уровне обращение к психологу — это экстраординарная ситуация, что согласуется с когнитивным компонентом установки в отношении быстрого поиска решений в процессе проблемно-ориентированной консультации. Можно предположить, что переживание дискомфорта, беспомощности и утраты собственной активной позиции усиливается восприятием психолога в качестве «старшего» по рангу фигуры — отца, наставника, профессионала, которому отводится ведущая роль. То есть имеющийся когнитивный образ психолога как наставника может быть препятствием обращения за психологической помощью, вызывая непродуктивные эмоциональные переживания.

Для девушек обращение к психологу является комфортным, происходит в состоянии затруднения активных действий, связано с обретением независимости и восстановлением своего ресурса. Комфорт консультационного процесса связан с ощущением принятия, поддержки и включенности специалиста. То есть можно видеть полную согласованность когнитивного и аффективного компонентов социальной установки относительно психолога и взаимодействия с ним в процессе психологической консультации.

Конативный компонент установки

Готовность обращаться за психологической онлайн-помощью имеет ярко выраженную гендерную специфику.

Девушки готовы обращаться за психологической помощью в любом формате (онлайн и офлайн), хотя очный формат является более предпочтительным. Готовность обсуждать проблемы с психологом и склонность к поиску поддержки и установления безопасных и доверительных отношений полностью согласуются с выявленными когнитивным и аффективным компонентами установки в отношении очной помощи. Умеренная готовность обратиться за онлайн-помощью, вероятно, является «средним арифметическим» рассогласования когнитивного и аффективного компонентов установки. Онлайн-помощь является менее предпочтаемой, но более легко реализуемой. Данный результат соответствует актуальной статистике, согласно которой, женщины в целом чаще обращаются за психологической помощью и сравнительно чаще выбирают онлайн формат, чем мужчины (ВЦИОМ, 2022).

У юношей полученный результат является противоречивым: с одной стороны, существует явное предпочтение в выборе очной психологической помощи, но, при этом, часть юношей готова обратиться к психологу очно исключительно в крайнем случае, что может говорить об уязвимости и являться следствием стереотипа о недопустимости проявления поведения, которое не считаются мужественным (Shapovalov, Kolpachnikov, 2022). Часть юношей готова обращаться к психологу в онлайн среде ради удобства или выгоды, при этом данный формат является отвергаемым в силу «неживого общения». То есть у юношей можно видеть амбивалентность в готовности обращаться за психологической помощью, как в отношении онлайн-формата, где есть рассогласование когнитивного и аффективного компонентов установки, так и в отношении очной помощи, где когнитивный и аффективный компоненты согласованы, но имеющийся когнитивный образ может быть препятствием обращения, вызывая непродуктивные эмоциональные переживания. Сопоставляя выявленные социальные установки с реальным поведением,

можно видеть, что почти половина юношей имеют опыт обращения за психологической помощью, причем преобладает опыт очной помощи, а опыт обращения за онлайн-помощью практически отсутствует. То есть реализуется поведение, в отношении которого между всеми компонентами установки существует наибольшая согласованность.

ВЫВОДЫ

- Социальные установки относительно **психолога** и взаимодействия с ним имеют выраженную гендерную специфику. Общим у юношей и девушек является только часть содержания когнитивного компонента: психолог воспринимается как помощник, позволяющий достигнуть необходимого результата. У юношей на когнитивном уровне психолог воспринимается как наставник (отец, профессионал), а взаимодействие с ним является краткосрочным и проблемно-ориентированным. На аффективном уровне обращение к психологу является умеренно комфортным, связано с состоянием собственной пассивности, беспомощности, происходит в ситуации ограниченности собственных ресурсов, что согласуется с когнитивным компонентом установки в отношении быстрого поиска решений. У девушек на когнитивном уровне психолог отождествляется с дружественно настроенным профессионалом, который помогает достигнуть результата в процессе комфорtnого, поддерживающего доверительного взаимодействия, позволяющего сохранить или ощутить свою независимость. На аффективном уровне обращение к психологу является комфортным, происходит в состоянии затруднения активных действий, связано ощущением независимости и ресурсным состоянием. Так, когнитивные и аффективные компоненты полностью согласуются.
- Установки относительно **очной психологической помощи** у юношей и девушек не различаются на когнитивном и аффективном уровне. Когнитивный компонент установки содержит позитивный образ психологической помощи, в котором очный и онлайн-формат не разделяются и направлены на решение проблем. На аффективном уровне очная психологическая помощь ощущается как комфортная, связанная с личной

активностью и включением в процесс консультирования, требует большей работоспособности. У юношей конативный компонент является противоречивым: с одной стороны, существует явное предпочтение в выборе очной психологической помощи, но при этом, часть юношей готова обратиться к психологу очно только в крайнем случае, что может быть связано не столько с установками относительно очной психологической помощи, сколько с установками относительно взаимодействия с психологом. На уровне реального поведения, если юноши обращаются за психологической помощью, то они выбирают очный формат. Девушки готовы обращаться за психологической помощью в любом формате, но очный формат является более предпочтительным. Готовность обсуждать проблемы с психологом и склонность к поиску поддержки и установления безопасных и доверительных отношений согласуются с выявленными когнитивным и аффективным компонентами. На уровне реального поведения девушки обращаются как к очной, так и к онлайн-помощи.

- Установки относительно психологической **онлайн-помощи** у юношей и девушек не различаются на когнитивном и аффективном уровне. Когнитивный компонент установки у юношей и девушек содержит позитивный образ психологической помощи, в котором психологическая очный и онлайн-форматы не разделяются и направлены на решение проблем. Но на аффективном уровне онлайн-помощь является умеренно комфортной, ощущается как пассивный процесс с меньшими трудозатратами и меньшей «отдачей». У юношей конативный компонент является амбивалентным: часть юношей готова обращаться к психологу в онлайн среде ради удобства или выгоды, но большинство отвергает возможность обращения к данному формату «неживого общения». На уровне реального поведения юноши практически не выбирают онлайн-помощь. У девушек существует умеренная готовность обратиться за онлайн-помощью. Реальное поведение соотносится с имеющейся установкой: онлайн-помощь выбирается реже в сравнении с очной помощью.

- Выявленные различия в социальных установках юношей и девушек позволяют более точно учитывать половую специфику при построении консультативного контакта. Так, для девушек значимыми оказываются эмоциональная поддержка и атмосфера доверия, что согласуется с данными о большей склонности женщин к поиску психологической помощи. Для молодых мужчин важно создание условий, снижающих переживание беспомощности и уязвимости, а также акцент на структурированности и проблемно-ориентированности процесса помощи.

ЛИТЕРАТУРА

Антонова Н.А. Запрос на психологическую помощь студентов педагогического вуза / Н.А. Антонова, К.Ю. Ерицян, Л.А. Цветкова [Электронный ресурс] // Психология человека в образовании. 2021. Т. 3, № 2. С. 208-217. DOI: 10.33910/2686-9527-2021-3-2-208-217

Богатушина Я.В., Ковалева Ю.Л. Представления о психологической помощи в связи с субъективным запросом личностными особенностями [Электронный ресурс] // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. 2016. Т. 4. С. 32-38.

Бронфман С.А., Киященко Л.П., Майленова Ф.Г., Иванова Л.П., Голованова Д.И. Трансфер знаний и практик в системе психотерапия - общество: представления о психотерапии у врачей и пациентов [Электронный ресурс] // Международная конференция по консультативной психологии и психотерапии, посвященная памяти Ф.Е. Василюка: Сборник материалов. Электронное издание, Москва, 07–09 ноября 2018 года / Под редакцией В.В. Архангельской, А.А. Голзицкой, Н.В. Кисельниковой, Е.А. Семеновой. Москва: Психологический институт Российской академии образования, 2018. С. 34-39.

Бузин В.Н., Бузина Т.С. Оценка населением доступности психологической помощи: социологическое исследование [Электронный ресурс] // Социальные аспекты здоровья населения. 2022. Т. 68, № 1. С. 1-13. DOI: 10.21045/2071-5021-2022-68-1-13

Вайнштейн С.В., Бурдин М.В., Шабалин Е.Ю. Опросник отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья (iasmhs): результаты психометрического анализа русскоязычной версии // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2015. №3. С. 81-96.

ВЦИОМ. В поисках психологической помощи [Электронный ресурс]. 2022. URL:
<https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psikhologicheskoi-pomoshchi> (дата обращения: 14.04.2024).

Говоров С.В. Специфика организации и особенности управления специализированным
психологическим центром [Электронный ресурс] // Современная наука:
актуальные проблемы теории и практики. Серия: Экономика и право. 2021. № 2.
С. 9–15. DOI: 10.37882/2223-2974.2021.02.04

Есипов М.А., Нестерова А.А. Социально-психологические факторы отношения
студенческой молодежи к психологической помощи [Электронный ресурс] //
Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2022.
Т. 41. С. 21–34. DOI: 10.26516/2304-1226.2022.41.21

Парачев А.М. Цветоассоциативное измерение эмоциональных значений // Материалы
VIII Всесоюзного симпозиума по психолингвистике и теории коммуникации:
Тезисы докладов. Москва: Институт лингвистики АН СССР. 1985. С. 154-155.

Пищук В.И. Психологические особенности поколений в культурном контексте //
Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. № 4. С. 1-5.

Полянский А.И., Быковская Л.И. Актуальность психологической помощи в сети
Интернет // Высшее образование для XXI века: роль гуманитарного образования
в контексте технологических и социокультурных изменений : XV Международная
научная конференция. Доклады и материалы. В 2-х частях, Москва, 14–16
ноября 2019 года / Под общей редакцией И.М. Ильинского. Том Часть 2.
Москва: Московский гуманитарный университет, 2019. С. 368-374.

Ржанова И.Е., Алексеева О.С. Ценности мужчин и женщин в разных поколениях
[Электронный ресурс] // Новые психологические исследования. 2021. № 4. С.
91–108. DOI: 10.51217/npsyresearch_2021_01_04_05

Скипор С.И., Воробьева А.Е. Психологические особенности адаптации психологов к
онлайн-консультированию во время пандемии COVID-19 [Электронный ресурс]
// Российский психологический журнал. 2021. Т. 18. № 1. С. 61–73.
DOI: 10.21702/rpj.2021.1.5

Соколовская В. В. Образ онлайн и оффлайн психологической помощи в картине мира
респондентов, имеющих и не имеющих опыт обращения к психологу
[Электронный ресурс] // Материалы Международного молодежного научного
форума «ЛОМОНОСОВ-2023» / Отв. ред. И.А. Алешковский, А.В.
Андрянов, Е.А. Антипов, Е.И. Зимакова. [Электронный ресурс]. М.: МАКС
Пресс, 2023. С. 1–3. URL: https://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2023/data/section_1.htm (дата обращения:
14.04.2025).

Шаповалов Р.А. Психологические факторы обращения мужчин за профессиональной
психологической помощью // Психологические исследования. 2022. Т. 15. № 81.
С. 1–7. DOI: 10.54359/ps.v15i81.1057

Shapovalov R.A., Kolpachnikov V.V. Manifestations of psychological maturity and
immaturity in men's attitudes toward seeking professional psychological help // Person-
Centered and Experiential Psychotherapies. 2022. Vol. 21. No. 4. P. 367-384.
DOI: 10.1080/14779757.2022.2100811

Статья поступила в редакцию: 05.11.2025. Статья опубликована: 17.12.2025.

SOCIAL ATTITUDES REGARDING ONLINE PSYCHOLOGICAL HELP FOR BOYS AND GIRLS

© 2025 V.V. Sokolovskaya*, N.V. Solntseva**, E.Yu. Korjova***

*Master's student, the Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg,
Russian Federation
e-mail: eusto.mau@gmail.com

**Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, the Herzen Russian State
Pedagogical University, Saint Petersburg, Russian Federation
e-mail: natalia-sun@inbox.ru

***Doctor of Psychological Sciences, Professor, the Herzen Russian State Pedagogical
University, Saint Petersburg, Russian Federation
e-mail: elenakorjova@gmail.com

Relevance: online psychological help is becoming more and more in demand among young people. But the attitude towards this format remains ambiguous. There is a high demand for online help from female representatives. Most of the works describe individual components of attitudes towards online help, but the social attitudes towards this format among boys and girls have not been sufficiently studied. Purpose: to study social attitudes regarding online psychological help among girls and boys. Hypothesis: the components of attitudes regarding online psychological assistance in women have qualitative specifics that determine a greater predisposition of women to online psychological assistance. Research design: the work examined the cognitive, affective and conative components of social attitudes towards online psychological help in boys and girls. Cluster analysis, content analysis followed by the application of the Fisher angular transformation, and the nonparametric Mann-Whitney U-test were used. The sample consisted of 183 students (77% girls, 23% boys) from 18 to 24 years old ($M = 19.4$) from the Herzen Russian State Pedagogical University. Research methods and techniques: "Questionnaire of attitudes towards seeking services in the field of mental health", "Symbolic analyzer of the world" by A.M. Parachev, "Unfinished sentences" (modification). Results: the cognitive and affective components of social attitudes towards online help do not differ between boys and girls. The cognitive component contains a positive image of psychological help; on an affective level, online help feels like a passive process. In young men, the conative component is ambivalent. Girls have a moderate willingness to seek online help. Conclusion: there is a

discrepancy in the cognitive and affective components of social attitudes towards online psychological help. Willingness to seek psychological help has a pronounced gender specificity.

Key words: psychological online help, attitudes regarding online psychological help; network generation; readiness to psychological help.

REFERENCES

- Antonova, N.A., Ericyan, K.Yu., & Tsvetkova, L.A. (2021). Zapros na psikhologicheskuyu pomoshch' studentov pedagogicheskogo vuza [Request for psychological assistance to students of a pedagogical university]. *Psikhologiya cheloveka v obrazovanii* [Psychology in Education], 3(2), 208–217. (in Russian). DOI: 10.33910/2686-9527-2021-3-2-208-217
- Bogatushina, Ya.V., & Kovaleva, Yu.L. (2016). Predstavleniya o psikhologicheskoy pomoshchi v svyazi s sub"ektivnym zaprosom i lichnostnymi osobennostyami [Ideas about psychological assistance in connection with subjective requests and personal characteristics]. *Nauchnye issledovaniya vypusknikov fakul'teta psichologii SPbGU* [Scientific Research of Graduates of the Faculty of Psychology of SPbSU], 4, 32–38. (in Russian).
- Bronfman, S.A., Kiyashchenko, L.P., Majlenova, F.G., Ivanova, L.P., & Golovanova, D.I. (2018). Transfer znanij i praktik v sisteme psikhoterapiya — obshchestvo: predstavleniya o psikhoterapii u vrachej i patsientov [Transfer of knowledge and practices in the psychotherapy—society system: ideas about psychotherapy among doctors and patients]. Proceedings from Counseling psychology and psychotherapy. *Mezhdunarodnaja konferencija posvjashchennaja pamjati F.E. Vasiljuka (Moskva, 07–09 nojabrja 2018 goda)* [International conference dedicated to the memory of F.E. Vasilyuk (Moscow, 07–09 November 2018)] (pp. 34–39). Moscow: Psikhologicheskij institut Rossijskoj akademii obrazovaniya Publ. (in Russian).
- Buzin, V.N., & Buzina, T.S. (2022). Ocenka naseleniem dostupnosti psikhologicheskoy pomoshchi: sociologicheskoe issledovanie [Assessment of psychological care availability by the population: a sociological study]. *Sotsialnye aspekty zdorov'ya naseleniya* [Social Aspects of Population Health], 68(1), 1–13. (in Russian). DOI: 10.21045/2071-5021-2022-68-1-13
- Vajnshtejn, S.V., Burdin, M.V., & Shabalin, E.Yu. (2015). Oprosnik otnosheniya k obrashcheniyu za uslugami v sfere psikhicheskogo zdorov'ya (IASMHS): rezul'taty psihometricheskogo analiza russkoyazychnoj versii [Questionnaire of attitudes towards seeking mental health services (IASMHS): results of psychometric analysis of the Russian version]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya* [Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology], (3), 81-96. (in Russian).

VCIOM. (2022). *V poiskakh psikhologicheskoy pomoshchi* [In search of psychological help].

Available at: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psikhologicheskoi-pomoshchi> (accessed 14.04.2024). (in Russian).

Govorov, S.V. (2021). Spetsifika organizatsii i osobennosti upravleniya spetsializirovannym psikhologicheskim tsentrom [Specifics of the organization and management of a specialized psychological center]. *Sovremennaya nauka: ekonomika i pravo* [Modern Science: Economics and Law], (2), 9–15. (in Russian). DOI: 10.37882/2223-2974.2021.02.04

Esipov, M.A., & Nesterova, A.A. (2022). Sotsial'no-psikhologicheskie faktory otnosheniya studencheskoj molodezhi k psikhologicheskoj pomoshchi [Socio-psychological factors of student attitudes toward psychological help]. *Izvestiya Irkutskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psichologiya* [Izvestiya of Irkutsk State University. Series: Psychology], 41, 21–34. (in Russian). DOI: 10.26516/2304-1226.2022.41.21

Parachev, A.M. (1985). Cvetoassotsiativnoe izmerenie emocional'nykh znachenij [Color-associative measurement of emotional meanings]. In: Yu.A. Sorokin (Ed.), *Materialy VIII Vsesoyuznogo simpoziuma po psikholingvistike i teorii kommunikatsii* [Proceedings of the 8th All-Union Symposium on Psycholinguistics and Communication Theory]. (pp. 154–155). Moscow: Institut lingvistiki AN SSSR Publ. (in Russian).

Pishchik, V.I. (2015). Psikhologicheskie osobennosti pokolenij v kul'turnom kontekste [Psychological features of generations in a cultural context]. *Koncept* [Concept], (4), 1–5. (in Russian).

Polyansky, A.I., & Bykovskaya, L.I. (2019). Aktual'nost' psikhologicheskoy pomoshchi v seti Internet [The relevance of psychological assistance on the Internet]. Proceedings from Higher Education for the 21st Century: Role of Humanities in the Context of Technological and Sociocultural Changes. *XV Mezhdunarodnaja nauchnaja konferencija (Moskva, 14–16 nojabrja 2019 goda)* [XV International Scientific Conference (Moscow, November 14–16, 2019)]. I.M. Ilyinsky (Ed.). V.2. (pp. 368–374). Moscow: Moscow University for the Humanities Publ. (in Russian).

Rzhanova, I.E., & Alekseeva, O.S. (2021). Tsennosti muzhchin i zhenshchin v raznykh pokoleniyakh [Values of men and women in different generations]. *Novye psikhologicheskie issledovaniya* [New Psychological Research], (4), 91–108. (in Russian). DOI: 10.51217/npsyresearch_2021_01_04_05

Skipor, S.I., & Vorob'eva, A.E. (2021). Psikhologicheskaya adaptatsiya psikhologov k onlajn-konsul'tirovaniyu vo vremya pandemii COVID-19 [Psychologists' adaptation to online counseling during the COVID-19 pandemic]. *Rossijskij psikhologicheskij*

zhurnal [Russian Psychological Journal], 18(1), 61–73. (in Russian). DOI: 10.21702/rpj.2021.1.5

Sokolovskaya, V.V. (2023). Obraz onlajn i offlajn psikhologicheskoy pomoshchi v kartine mira respondentov [The image of online and offline psychological help in respondents' worldview]. In: I.A. Aleshkovskiy, A.V. Andriyanov, E.A. Antipov, & E.I. Zimakova (Eds.). *Materialy Mezhdunarodnogo foruma «LOMONOSOV–2023» [Proceedings of the International Forum “LOMONOSOV–2023”]*. (pp. 1–3). [Online]. Available at: https://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2023/data/section_1.htm (accessed 14.04.2025). (in Russian).

Shapovalov, R.A. (2022). Psikhologicheskie faktory obrashcheniya muzhchin za professional'noy pomoshch'yu [Psychological factors of men seeking professional psychological help]. *Psikhologicheskie issledovaniya [Psychological Studies]*, 15(81), 1–7. (in Russian). DOI: 10.54359/ps.v15i81.1057

Shapovalov, R.A., & Kolpachnikov, V.V. (2022). Manifestations of psychological maturity and immaturity in men's attitudes toward seeking professional psychological help. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 21(4), 367–384. DOI: 10.1080/14779757.2022.2100811

The article was received: 05.11.2025. Published online: 17.12.2025.

Библиографическая ссылка на статью:

Соколовская В.В., Солнцева Н.В., Коржова Е.Ю. Социальные установки относительно психологической онлайн-помощи у юношей и девушек // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2025. Т. 10. № 4. С. 54–77. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2025_37_4_003

Sokolovskaja, V.V., Solnceva, N.V., & Korzhova, E.Ju. (2025). Social'nye ustanovki otnositel'no psihologicheskoy onlajn-pomoshchi u jenoshej i devushek [Social attitudes regarding online psychological help for boys and girls]. Institut Psichologii Rossiyskoy Akademii Nauk. Organizatsionnaya Psichologiya i Psichologiya Truda [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor]. 10(4). 54–77. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2025_37_4_003

Адрес ссылки <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document1172.pdf>