

Секция «28.11 Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

Терапевтические отношения в условиях видеозвонка

Научный руководитель – Буланова Ирина Сергеевна

Харламова Елена Дмитриевна

Студент (бакалавр)

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, Москва, Россия

E-mail: edkharlamova@edu.hse.ru

В последние годы видеозвонок стал устойчивым форматом психологического консультирования. В центре научной дискуссии находится вопрос о том, изменяет ли медиализированная коммуникация качество терапевтического альянса. Терапевтический альянс, согласно Г.В. Орешиной и М.А. Жуковой (2023) — это эмоциональной связи и согласованности целей и задач терапии. В обзоре S. Simpson и C. Reid (2014) проанализированы эмпирические исследования видеоконференц-психотерапии; авторы фиксируют, что показатели альянса, измеренные с помощью стандартизированных шкал (в частности, Working Alliance Inventory), в ряде работ не уступают очному формату, однако клиницисты отмечают феномены «сниженной телесной сонастроенности» и ограниченной невербальной экспрессии. В систематическом обзоре M. Sucala и соавт. (2012), включившем исследования различных форм e-therapy, подчеркивается, что субъективное ощущение близости формируется даже при отсутствии физического присутствия, однако механизмы этого формирования недостаточно описаны. Более поздний количественный анализ C. Eichenberg и соавт. (2022), сравнивающий онлайн- и очные сессии, демонстрирует отсутствие статистически значимых различий по средним показателям альянса при переходе клиентов между форматами, однако указывает на влияние предшествующего очного контакта на устойчивость альянса в онлайн-среде. Таким образом, проблема заключается не в принципиальной невозможности формирования альянса через экран, а в уточнении тех коммуникативных условий, при которых он поддерживается или ослабляется.

Настоящая работа представляет собой теоретический анализ эмпирических исследований, посвящённых терапевтическим отношениям в формате видеозвонка. В качестве источников отобраны публикации, в которых предметом изучения выступал именно альянс, а не общая удовлетворенность терапией. Анализ строился по следующим основаниям: используемая методика измерения альянса, характеристики выборки, контекст (индивидуальная или групповая терапия), а также выявленные факторы влияния. В исследовании Simpson и Reid (2014) обобщены данные о клиентах из сельских и удалённых регионов; авторы подчеркивают, что ключевым фактором выступает структурированность коммуникации и явная вербализация эмпатии со стороны терапевта. В работе Sucala и соавт. (2012) показано, что клиенты нередко описывают онлайн-контакт как менее «интенсивный», но одновременно более контролируемый, что снижает тревожность и способствует раскрытию. В исследовании Eichenberg и соавт. (2022) применялся сравнительный статистический анализ средних значений шкал альянса; выявлено, что значимых различий между форматами нет, однако вариативность оценок выше в онлайн-группе. Отдельного внимания заслуживает работа A. Lopez и соавт. (2020), посвящённая групповым форматам через видеоконференцию: авторы фиксируют, что групповая сплоченность формируется медленнее, чем в очной терапии, и требует активного фасилитирования.

Анализ представленных данных позволяет обобщить имеющиеся сведения о проблеме. Во-первых, ограничение невербальных каналов действительно изменяет структуру взаимодействия, но компенсируется усиленной вербализацией чувств и намерений. Во-вторых,

технологические факторы (задержка сигнала, прерывания связи) описываются как моменты «разрыва» альянса, требующие дополнительной работы по его восстановлению; в количественных исследованиях они коррелируют со снижением субъективной оценки контакта. В-третьих, опыт предшествующих очных встреч усиливает устойчивость альянса при переходе в онлайн-формат. При этом большинство работ основывается на самоотчетах клиентов и краткосрочных измерениях, что оставляет открытым вопрос о долгосрочной динамике отношений и о различиях между терапевтическими подходами. Недостаточно изучены также культурные и возрастные различия в восприятии медиированной коммуникации. Перспективы дальнейших исследований связаны с продольным анализом изменений альянса в гибридных форматах терапии, а также с более детальным изучением микропроцессов коммуникации (паузы, взгляд в камеру, синхронность речи) как факторов поддержания эмоциональной связи.

Источники и литература

- 1) Орешина Г. В., Жукова М. А. История развития и современные исследования альянса в психотерапии и консультировании // Клиническая и специальная психология. 2023. Т. 12. № 3. С. 30–56.
- 2) Eichenberg C., Hübner L., Knaevelsrud C. Therapeutic alliance in psychotherapy across online and face-to-face settings: a quantitative analysis // Journal of Clinical Psychology. 2022. Vol. 78. No. 9. P. 1–15.
- 3) Lopez A., Rothberg B., Reaser E., Schwenk S., Griffin R. Therapeutic groups via video teleconferencing and group cohesion // mHealth. 2020. Vol. 6. P. 1–9.
- 4) Simpson S., Reid C. Therapeutic alliance in videoconferencing psychotherapy: a review // Australian Journal of Rural Health. 2014. Vol. 22. No. 6. P. 280–299.
- 5) Sucala M., Schnur J., Brackman E., Constantino M., Montgomery G. The therapeutic relationship in e-therapy for mental health: a systematic review // Journal of Medical Internet Research. 2012. Vol. 14. No. 4. P. e110.