

За последний год число обращений россиян к психологам и психотерапевтам в телемедицине увеличилось почти в 5 раз. К таким выводам пришли «АльфаСтрахование» и медтехкомпания «Доктор Рядом», проанализировав обезличенные и обобщенные данные телемедицинских консультаций и онлайн-записей пациентов.

Пиковыми по частоте обращений к психологам и психотерапевтам стали периоды март – апрель, октябрь – декабрь прошлого года.

Большая часть пациентов 83% – это женщины, а средний возраст обратившихся составляет 25–35 лет.

Чаще всего к психологической помощи онлайн прибегают жители Москвы и Московской области, что обусловлено более высоким уровнем цифровизации населения.

Среднее количество обращений на одного пациента составляет 2-3 консультации. К консультациям на постоянной основе (от 10 раз) в 2022 г. прибегали 11% пациентов. Примечательно, что число людей, нацеленных на прохождение долгосрочной терапии у психологов и психотерапевтов, по отношению к 2021 г. выросло на 59%.

Среди наиболее популярных причин обращений к психологам – межличностные отношения (36%), эмоциональное выгорание (16%), непростая экономическая ситуация в стране (13%), апатия (7%), депрессивные состояния (6%), стресс (7%), проблемы на работе (7%) и в семье (8%).

Межличностные отношения и эмоциональное выгорание сильнее сказываются не только на личной жизни, но и на эффективности в работе. Человеку сложно бывает

отделить внутреннее давление личных убеждений от внешнего воздействия на него коллег или близких людей, он оказывается в сильном стрессе, без сил и мотивации. Порой помочь человеку снова вернуться к продуктивной работе может только специалист. вернуться к продуктивной работе человеку может только специалист.

«Удаленные консультации психолога стали крайне востребованы среди наших клиентов еще со времен пандемии, а в 2022 г. интерес к ним возрос в разы. Мы наблюдаем этот тренд по всем программам ДМС, где в том или ином виде реализована возможность получения психологической поддержки – будь то сервис телемедицины или обращение на линию психологической поддержки. Люди часто отмечают в своих обращениях падение общего эмоционального фона, апатию, возросший уровень стресса, что неизбежно отражается на всех сферах жизни, в том числе на результатах на работе. И возможность получить консультацию психолога онлайн на сегодняшний момент – важный атрибут соцпакета для сотрудников», – говорит Александр Лапунов, директор департамента андеррайтинга и методологии ДМС «АльфаСтрахование».

«С начала пандемии мы фиксируем рост запросов на расширение ДМС за счет услуг психолога/психотерапевта. В периоды социально-экономических потрясений число таких запросов, как правило, начинает расти. Ответственные работодатели заботятся о благополучии своих сотрудников, микроклимате в коллективе, дополняя программы ДМС психологическими услугами. Это, в свою очередь, позитивно влияет как на развитие HR-бренда компании, так и на её коммерческие показатели», — рассказал директор по продажам медтехкомпания «Доктор рядом» Арсен Широян.

***Википедия страхования***