

Социокультурные аспекты предпринимательской деятельности / Socio-cultural aspects of entrepreneurial activity

<https://doi.org/10.24182/2073-9885-2025-18-4-79-88>



Обзорная статья / Review article
УДК 159.9

Перспективные направления психологии: потребительские предпочтения, тренды, прогноз развития

Н. В. Филоненко

Кандидат педагогических наук, доцент

Nvfilonenko.67@mail.ru

*Московский международный университет,
Москва, Россия*

Аннотация: В статье отмечается, что психологические услуги стали неотъемлемой частью российского здравоохранения и социального обеспечения. Обосновываются причины, негативно влияющие на психическое здоровье людей, излагается тенденция усугубления проблем, касающихся профессионального выгорания, цифровой усталости, гаджетозависимости детей и подростков, психоэмоционального состояния жизни людей, проживающих в городах-миллионниках. Прослеживается логика причинно-следственной связи появления психологических проблем, существующих потребительских предпочтений, трендов и прогноза развития психологических услуг. Предоставляется прогноз развития таких направлений психологии как корпоративная, позитивная, экологическая, киберпсихология, а также гаджетозависимость детей и подростков. Предполагается, что гибридный формат (онлайн и офлайн) станет преобладающим во взаимодействии психологов с клиентами. Ожидается слияние психологии, медицины, педагогики и менеджмента, востребованность «нишевых» узкопрофильных психологов, ориентированных в своей работе на определенные социально-демографические группы, людей конкретных профессий, секторы определенного бизнеса, сферу государственного управления.

Ключевые слова: психологические услуги, прогноз развития, потребительские предпочтения, корпоративная, позитивная, экологическая психология, киберпсихология, гаджетозависимость детей и подростков.

Для цитирования: Филоненко Н. В. Перспективные направления психологии: потребительские предпочтения, тренды, прогноз развития. Путеводитель предпринимателя. 2025. Т. 18. № 4. С. 79–88. <https://doi.org/10.24182/2073-9885-2023-16-4-79-88>.

Promising areas of psychology: consumer preferences, trends, and development forecasts

N. V. Filonenko

Cand. Sci. (Pedagog.), Assoc. Prof.

Nvfilonenko.67@mail.ru

*Moscow International University,
Moscow, Russia*

© Филоненко Н. В., 2025
© Filonenko N. V., 2025

Abstract: The article notes that psychological services have become an integral part of Russian healthcare and social security. It explains the factors negatively impacting mental health, outlining the growing trend of problems related to professional burnout, digital fatigue, gadget addiction in children and adolescents, and the psycho-emotional state of people living in cities with over a million inhabitants. It traces the cause-and-effect relationship between the emergence of psychological problems, existing consumer preferences, trends, and forecasts for the development of psychological services. It also provides a forecast for the development of such areas of psychology as corporate, positive, environmental, and cyberpsychology, as well as gadget addiction in children and adolescents. It is expected that a hybrid format (online and offline) will become predominant in the interactions between psychologists and clients. A confluence of psychology, medicine, pedagogy, and management is expected, along with a demand for niche, highly specialized psychologists focused on specific socio-demographic groups, individuals in specific professions, specific business sectors, and public administration.

Keywords: psychological services, development forecast, consumer preferences, corporate, positive, environmental psychology, cyberpsychology, gadget addiction in children and adolescents.

For citation: Filonenko N.V. Promising areas of psychology: consumer preferences, trends, and development forecasts. *Entrepreneur's Guide*. 2025. T. 18. № 4. P. 79–88. <https://doi.org/10.24182/2073-9885-2023-16-4-79-88>.

Сегодня услуги психологического консультирования являются одной из основных частей медицинской системы и социальной поддержки населения во многих развитых странах мира, не составляет исключения и Россия¹. В настоящее время на рынке психологических услуг можно увидеть их разнообразное множество: они отличаются друг от друга средствами, методами (техниками), формами предоставления и направлениями психологии.² Как ни прискорбно, но надо признать, что сегодня мы все чаще и чаще слышим слова «стресс», «профессиональное выгорание», «психотерапия», «тяжелый психологический климат», «психоэмоциональное напряжение». Причин этому много. Ниже рассматриваются только некоторые из них, которые, по мнению автора статьи, заслуживают особого внимания.

В первую очередь хотелось бы отметить причину стремительного развития научно-технического прогресса, в особенности цифровизации, робототехники, искусственного интеллекта (ИИ)³, вследствие чего на выходе мы получаем не только плюсы, но и минусы, отрицательно влияющие на психическое и физическое здоровье людей⁴.

¹ Бочаров В.В., Шишкова А.М., Дубинина Е.А., Щелкова О.Ю., Незнанов Н.Г. Роль медицинского психолога в современной системе здравоохранения. *Национальное здравоохранение*. 2023. № 4(1). С. 12–22; Шимовонян К.Т. Значение психологических знаний в практической медицине. *Молодой ученый*. 2017. № 13.2 (147.2). С. 28–30; Орлова Л.В. Организация психологической помощи пожилым пациентам в России и в мире. *Научное обозрение. Медицинские науки*. 2016. № 3. С. 99–104; Ульянина О.А., Гаязова Л.А., Файзуллина К.А., Никифорова Е.А., Семенова К.Г. Отечественный и зарубежный опыт оказания экстренной психологической помощи населению. *Современная зарубежная психология*. 2022. Т. 11. № 3. С. 114–126.

² Ребрикова Н.В. Исследование рынка платных психологических услуг: краткий обзор. *Лидерство и менеджмент*. 2025. Т. 12. № 6. С. 1495–1510; Ребрикова Н.В. Факторы, формирующие доверие потребителей к услугам частных психологов. *Лидерство и менеджмент*. 2025. Т. 12. № 5. С. 1297–1310; Михайлова О.Р., Фомичева Е.В., Жасмин Жыргалбек Кызы. Факторы доверия цифровым платформам оказания психологической помощи: обзор литературы. *Журнал социологии и социальной антропологии*. 2024. № 27(2). С. 179–210.

³ Щурина С.В. Влияние цифровой революции на развитие искусственного интеллекта и внедрение технологий автоматизации роботизированных процессов в деятельность современной компании. *Экономика. Налоги. Право*. 2023. № 16(4). С. 65–75; Яковлева Е.А., Виноградов А.Н., Александрова Л.В., Филимонов А.П. Роль технологий искусственного интеллекта в цифровой трансформации экономики. *Вопросы инновационной экономики*. 2023. № 2. С. 707–726; Матюшок В.М., Красавина В.А., Матюшок С.В. Мировой рынок систем и технологий искусственного интеллекта: становление и тенденции развития. *Вестник РУДН. Серия: Экономика*. 2020. Т. 28. № 3. С. 505–521.

⁴ Есенин Р.А. Психологические вызовы цифровой реальности: искусственный интеллект сегодня и в перспективе. *Профессиональное образование и рынок труда*. 2023. Т. 11. № 2. С. 121–128; Уварова Л.Н., Лысенкова А.С. Влияние цифровизации и искусственного интеллекта на учебную деятельность и психическое развитие учащихся. *Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал*. 2025. № 04(105). Режим доступа: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/vliyanie-tsifrovizatsii-i-iskusstvennogo-intellekta-na-uchebnuyu-deyatelnost-i-psikhicheskoe-razvitie-uchashchikhsya.html>; Исследование: ИИ на рабочем месте, роботы и трекеры плохо сказываются на качестве жизни. Режим доступа: <https://incrusia.ru/news/issledovanie-ii-na-rabochem-meste-roboty-i-trekery-ploho-skazyvayutsya-na-kachestve-zhizni/>. Дата публикации: 15.03.2024.

Кроме того современная российская реальность создает обстоятельства, в которых людям приходится жить в среде периодически повторяющихся социально-экономических кризисов и быстро развивающихся цифровых инноваций. Зачастую к этим кризисным явлениям человеческому организму трудно адаптироваться здесь и сейчас, из-за чего появляются тревожность, беспокойство, депрессия, невроз и другие психологические расстройства⁵.

Также важно подчеркнуть факт того, что в последнее время наблюдается тенденция осознания людьми заботы о своем психическом здоровье. Немаловажную роль здесь играют медицинские учреждения, социальные службы, образовательные учреждения, осуществляющие профилактическую работу с населением и выполняющие образовательную функцию для поднятия уровня психологической грамотности.⁶

Помимо этого услуги психологов в онлайн-формате и мобильные приложения для отслеживания психического здоровья сделали их материально более доступными для широких слоев населения.⁷ Учитывая вышеназванные причины, можно предположить, что спрос на психологические услуги будет увеличиваться. Остается только выяснить, на какие узкоспециализированные психологические услуги будет спрос и на какой сегмент населения ориентироваться при планировании маркетинговой стратегии.

Надо признать, что в настоящее время в научной литературе по психологии можно увидеть немало публикаций, в которых затрагивается тема спроса и прогноза развития психологических услуг.⁸ Но, по мнению автора, в опубликованных материалах нечетко прослеживается логика причинно-следственной связи происходящих изменений и закономерностей, что натолкнуло на мысль посредством глубокого теоретического анализа выявить пробелы в опубликованных научных исследованиях, сфокусировать и систематизировать несколько «размытый» в научных трудах материал в одно целое в рамках научной статьи.

В связи с вышеизложенными обстоятельствами **целью исследования** является выявление перспективных направлений психологии, потребительских предпочтений, трендов и прогнозирования развития психологических услуг.

Результаты исследования. «С 1 января 2022 года Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) официально включила эмоциональное выгорание в 11-ю Международную классификацию болез-

⁵ Журавлев А.Л., Нестик Т.А. Социально-психологические последствия внедрения новых технологий: перспективные направления исследований. Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 5. С. 35–47; Соколов Ю.И. Риски человека в цифровую эпоху. Проблемы анализа риска. 2021. Т. 18. № 2. С. 72–87; Виноградова Г.А. Субъективное благополучие и развитие адаптационных способностей взрослых людей в условиях социально-экономического кризиса. Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология. 2016. № 2. С. 83–85; Жалагина Т.А. Психологические особенности развития субъекта труда в условиях социально-экономического кризиса. Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2024. № 1(66). С. 71–76.

⁶ Незнанов Н.Г., Дутов В.Б., Скрипов В.С., Лидова А.В. Охрана психического здоровья в первичном звене здравоохранения: медико-социальная эффективность. Профилактическая медицина. 2024. № 27(10). С. 29–35; Незнанов Н.Г., Семенова Н.В., Гончаренко А.Ю., Шамрей В.К. Популяционная психопрофилактика и информационная психогигиена: основные направления. Национальное здравоохранение. 2023. № 4(1). С. 40–47; Сингх В., Кумар А. и Гупта С. (2022) Профилактика и укрепление психического здоровья — обзорная статья. Front. Психиатрия 13:898009. doi: 10.3389/fpsy.2022.898009.

⁷ Розанов В.А., Самерханова К.М. Мобильные приложения для поддержания психического здоровья: обзор оценок пользователей. Телемедицина и электронное здравоохранение. 2022. № 8(2). С. 7–20; Самый преданный слушатель. В мире бум ИИ-психотерапевтов: заменят ли боты живых специалистов. Режим доступа: <https://incruasia.ru/understand/samyj-predannyj-slushatel-v-mire-bum-ii-psihoterapevtov-zamenyat-li-boty-zhivykh-spetsialistov/> Дата публикации: 09.06.2025; Иванец Н.Н., Кинкулькина М.А., Тихонова Ю.Г. Цифровые технологии в сфере психического здоровья: проблемы и перспективы. Национальное здравоохранение. 2023. № 4(2). С. 5–14.

⁸ Жильцова М.С., Кузнецова О.А., Пикалов В.А., Бабешко Д.А. Анализ рынка услуг психологов: тенденции и перспективы развития. Вестник Академии знаний. 2024. № 1 (60). С. 149–154; Петров В.Е., Мальцева Т.В. Проблема востребованности психологических услуг у сотрудников органов внутренних дел и населения. Прикладная психология и педагогика. 2017. №. 3. С. 37–43; Российский рынок психологических услуг: рекордный рост и трансформация спроса. Режим доступа: <https://marketing.rbc.ru/articles/15657/> Дата публикации: 25.03.2025; Меновщиков В.Ю. Интернет-психотерапия — главный тренд современности. Психологическая газета. Режим доступа: <https://psy.su/feed/12039/> Дата публикации: 07.03.2024.

ней (МКБ-11)».⁹ Согласно определению изложенного в коде QD85, «эмоциональное выгорание — это синдром, возникающий в результате хронического стресса на рабочем месте, с которым не удалось справиться. Выгорание относится конкретно к явлениям в профессиональном контексте и не должно применяться для описания опыта в других сферах жизни». Здесь хотелось бы пояснить, что некоторые специалисты разделяют понятия «профессиональное выгорание» и «эмоциональное выгорание»: первое, по их мнению, относится к выгоранию на работе, второе — к личной жизни. Другие рассматривают их синонимично. Исходя из определения, процитированного из МКБ-11 QD8, «эмоциональное выгорание» относится к профессиональной сфере, в связи с чем, по мнению автора, будет уместным употреблять термин «профессиональное выгорание» применительно к профессиональной деятельности трудящихся. В данном контексте повествуется о клиническом синдроме, появляющемся в результате хронического стресса на работе, с которым человек не может самостоятельно справиться.

Психологи разделяют причины профессионального выгорания на внешние и внутренние. К внутренним причинам относится перфекционизм, иными словами — желание довести работу до идеала, не имея права на ошибку. Неумение сказать «нет», в случае просьбы коллег выполнять работу вне рабочего времени, пренебрегая своей личной жизнью, то есть отсутствие умения ставить границы между личным и рабочим временем. Трудоголизм, а именно нарушение баланса режима дня и отдыха, смещение в сторону работы, отстранение от досуга и личной жизни.

К внешним причинам профессионального выгорания относятся большая загруженность, многозадачность, дедлайны, выполнение существенного объема работы при отсутствии возможности для полноценного отдыха, восстановления жизненных сил и энергии. Жесткие правила на работе, невозможность участия в процессе принятия решений, иными словами — отстранение от проблем, обесценивание приводит к снижению мотивации. Игнорирование заслуг, достижений сотрудников, тяжелый психологический климат в коллективе, низкая зарплата, неэффективные методы морального и материального стимулирования.¹⁰

По данным проведенного исследования Американского института общественного мнения Гэллапа (American Institute of Public Opinion), «сотрудники, испытывающие профессиональное выгорание, чаще обращаются за медицинской помощью: 63% из них с большей вероятностью берут больничный, в 2 раза реже обсуждают с руководителем достижение поставленных целей, на 13% меньше уверены в своей работе и в 2,6 раза чаще расстаются с текущей компанией».¹¹ Очевидно, что для создания благоприятного психологического климата в коллективе, разработки эффективной программы морального и материального стимулирования и, как следствие этого, повышения мотивации работников к плодотворному труду и предотвращения утечки кадров нужен специалист, которого сегодня называют корпоративным психологом.

В последнее время менеджеры все чаще осознают, что нормальное психоэмоциональное состояние работников напрямую сказывается на повышении их работоспособности, соответственно, производительности труда, также на предотвращении утечки кадров, а значит, на снижении существенных издержек, связанных с наймом, обучением и адаптацией новых сотрудников. В связи с чем сегодня на рынке труда наблюдается спрос со стороны работодателей как государственных, так и частных структур, в особенности сфер «человек — человек» на корпоративных психологов, который, по вышеизложенным причинам и опубликованным исследованиям, будет иметь тенденцию к увеличению.¹²

⁹ Профессиональное выгорание: синдром, включенный в МКБ-11. Режим доступа: https://www.b17.ru/article/professional_burnout_11/.

¹⁰ Четвергова С.А. Причины профессионального выгорания работников. Теория и практика современной науки. 2019. № 6(48). С. 512–514; Вохрина А.В. Феномен эмоционального выгорания в психологических исследованиях. Вестник науки. 2022. Т. 4. № 3(48). С. 222–230.

¹¹ Что такое эмоциональное выгорание и почему оно может стоить вам работы. Режим доступа: <https://hh.ru/article/28063> Дата публикации 21.01.2021.

¹² Спрос на корпоративных психологов вырос в Петербурге в 2,5 раза. Режим доступа: https://www.rbc.ru/spb_sz/26/12/2022/63a93c589a79472ff10fa54d?ysclid=mh84t2hlp60263000 Дата публикации 26.12.2022; Здоровая атмосфера: спрос на корпоративных психологов в РТ вырос в 6 раз. Режим доступа: <https://rt.rbc.ru/tatarstan/26/02/2025/67bdb5e19a794717a3b717af> Дата публикации 26.02.2025.

Современный человек все чаще использует цифровые технологии для удобства в профессиональной и учебной деятельности¹³, а также для необходимого общения. Ежедневное применение симбиоза этого информационного потока приводит «к синдрому цифровой усталости пользователей, к цифровому выгоранию»¹⁴, для которого характерны проблемы в физическом здоровье: появление головных болей, мышечного напряжения, боли в шейном и грудном отделах позвоночника, сухость, раздражение глаз, ухудшение зрения; а также в психическом здоровье: проявление нервозности, стрессов, раздражительности, бессонницы; в когнитивной части: снижение внимания, мотивации и памяти¹⁵. Негативные последствия от чрезмерного использования цифровых технологий коснулись не только взрослого контингента населения, но и детско-подросткового. Гаджетозависимость (интернет-зависимость) у детей и подростков также как и у взрослых приводит к серьезным проблемам, связанным с физическим, психическим здоровьем, а также социальным развитием. В этой связи можно предположить, что из-за тенденции стремительного развития цифровых технологий, в том числе ИИ, в будущем будут востребованы услуги аддиктологов, иными словами, психологов, работающих с детско-подростковым сегментом населения по проблемам гаджетозависимости. Также спрос будет увеличиваться на психологические услуги киберпсихологов, работающих со взрослым контингентом населения, имеющим психические расстройства по причине цифровой усталости (цифрового выгорания).

В последние годы прослеживается рост интереса клиентов к позитивному направлению психологии. Прогнозируется устойчивое повышение спроса на это направление, что обосновывается необходимостью смещения фокуса с патологической части психологии к положительной стороне личности, благополучию и счастью. Это будет способствовать поднятию настроения, улучшению самочувствия и повышению жизненной энергии. Планируется интеграция позитивной психологии с общепринятыми методиками психотерапии, ИИ, нейронаукой, медициной¹⁶, образованием и ее практическое применение в различных секторах бизнеса посредством внедрения некоторых элементов в коучинг¹⁷. Например, когда руководители внимательно слушают подопечного, задают наводящие уточняющие вопросы и мотивируют, а не строго отдают приказы. Коучи посредством позитивной психологии способствуют нахождению смысла в работе сотрудников, соединению личностных жизненных принципов с целями организации, что усиливает мотивацию и помогает созданию сплоченного, дружного коллектива. Также, учитывая конструктивную критику, ожидается проведение научных исследований для нахождения баланса между негативными и положительными эмоциями.¹⁸

Еще один тренд современности — это экологическая психология. В ее основе заложено оздоровительное воздействие природы на психику человека, а также уменьшение отрицательных последствий неблагоприятного влияния городской среды на психическое здоровье граждан. Сегодня российские психологи признают существование «восстановительного эффекта контактов с природой»¹⁹, который рассматривается как средство для восстановления равновесия, спокойствия, умиротворения, снятия тревожности, стрессов и в целом улучшения психического здоровья человека.

¹³ Ионов А.Ю., Ким Ю.Х. Цифровая усталость в реалиях современного образования. Современное педагогическое образование. 2025. № 6. С. 203–205.

¹⁴ Ромеро-Родригес Х.М., Инохо-Лусена Ф.Дж., Копецкий К., Гарсия-Гонсалес А. (2023). Цифровая усталость студентов вузов как следствие онлайн-обучения во время пандемии Covid-19. Educacion XX1, 26(2), 165–184. <https://doi.org/10.5944/educxx1.34530>.

¹⁵ Жилин И.С. Синдром информационной усталости как следствие глобальных трансформационных процессов. Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. 2020. № 2(18). С. 59–71.

¹⁶ Мэтьюз С.М. Позитивная психология и изменение поведения в отношении здоровья в медицине образа жизни: повествовательный обзор. Am J Lifestyle Med. 2025 Aug 25;15598276251367691. DOI: 10.1177/15598276251367691. Epub перед печатью. PMID: 40881258; PMCID: PMC12380745.

¹⁷ Улановский А.М. Коучинг с оглядкой на науку: практики позитивной жизни. Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 4. С. 59–80.

¹⁸ Поддьяков А.Н. Позитивная психология и проблема зла. Психологические исследования. 2012. № 2(22). С. 1; Van Zyl L.E., Salanova M., eds. (2022). Future Perspectives on Positive Psychology: A Research Agenda. Lausanne: Frontiers Media SA. doi: 10.3389/978-2-88976-661-.

¹⁹ Шаталова О.В. Психологическое восстановление и связь с природой с точки зрения «восходящего» и «нисходящего» подходов к пониманию взаимодействия с природой. Культурно-историческая психология. 2023. № 19(4). С. 109–118.

Когнитивный эффект от применения элементов экологической психологии обосновывается тем, что контакт с природой способствует восстановлению внимания. В психологии это явление известно как «теория восстановления внимания».²⁰ Соприкосновение с природой, будь это пешая прогулка в лесопарковой зоне или вид на нее из окна, успокаивает нервную систему, нормализует артериальное давление и работу сердечно-сосудистой системы.

Сейчас экологическая психология является составляющей проектирования зданий, пространств на рабочих местах и городских территорий. Дизайнеры создают ландшафты для озеленения офисов, в городах-миллионниках местные органы власти возводят парки, формируют зеленые зоны²¹.

Стоит также отметить, что понимание сущности и значения экологической психологии благотворно влияет на уменьшение «экологической тревоги», например связанной с экологическими катастрофическими бедствиями.

На сегодняшний день экопсихология является недостаточно изученным направлением психологии. Вместе с тем стоит подчеркнуть, что повышенное внимание общества к экологическим проблемам свидетельствует об увеличении спроса на услуги экопсихологов. В будущем, в связи с осознанием людьми взаимосвязи между своим психическим состоянием (поведением, мышлением, эмоциями), а также работодателями — необходимости создания уютного «зеленого» рабочего пространства, потребность в экологических психологах будет только увеличиваться²² (см. табл.).

Таблица

Перспективные направления психологии: задачи, целевая аудитория психолога²³

| Направление психологии, область применения | Основные задачи | Целевая аудитория психолога |
|--|--|---|
| <i>Корпоративная психология.</i> Область применения: государственные структуры, бизнес, сфера профессиональной деятельности «человек-человек». | 1. Понижение уровня стресса и предупреждение профессионального выгорания. 2. Создание благоприятного психологического климата в коллективе организации. 3. Предотвращение утечки кадров, «удержание» квалифицированных сотрудников. 4. Уменьшение производственных конфликтов. 5. Формирование программ мотивации, развития и адаптации персонала. | Врачи, преподаватели, тренеры, юристы, социальные работники, руководители, HR-менеджеры, парикмахеры, мастера маникюра, бортпроводники, актеры и т. п. |
| <i>Психология зависимого поведения (гаджетозависимость). Киберпсихология.</i> Область применения: образование, социальные сети, ИИ, бизнес. | Задачи гаджетозависимости: изучение причин, по которым дети и подростки привязываются к гаджетам и с большим трудом от них отказываются, анализ последствий; формирование программы методов лечения, профилактики и коррекции; психолого-педагогическая работа с родителями (опекунами). | Родители (опекуны) детей и подростков. IT-специалисты, специалисты диджитал-маркетинга, банковской сферы, журналисты, аналитики, преподаватели, офисные работники, менеджеры. |

²⁰ The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. By Kaplan S. in Journal of Environmental Psychology. 1995. V. 15. P. 169–182.

²¹ Бурганов И.А. Реализация идей экопсихологии в городской среде. Экопозис: экогуманитарные теория и практика. 2020. Т. 1, № 1. Режим доступа: https://ecopoiesis.ru/novosti/news_post/realizaciya-idej-ekopsihologii-v-gorodskoj-srede.

²² Панов В.И. Экологическая психология: направления и тенденции. Экопозис: экогуманитарные теория и практика. 2020. № 1. С. 36–44.

²³ Составлено автором.

Продолжение таблицы

| Направление психологии, область применения | Основные задачи | Целевая аудитория психолога |
|---|---|---|
| | Задачи киберпсихологии: 1) диагностика уровня цифровой усталости (цифрового выгорания) посредством опросников, шкал, тестов; 2) формирование психотерапевтических программ для профилактики и предотвращения цифровой усталости. | |
| <i>Позитивная психология.</i> Область применения: средние общеобразовательные школы, бизнес, государственные бюджетные социально ориентированные организации. | 1. Выявление и применение сильных сторон человека для повышения качества жизни, самореализации, самостоятельного преодоления стрессов и трудных жизненных ситуаций. 2. Позитивный настрой сотрудников организации, сплоченность коллектива. | Широкий слой населения, коучи, менеджеры, врачи, педагоги, социальные работники. |
| <i>Экологическая психология.</i> Область применения: здравоохранение, образование, агентства по охране окружающей среды, архитектурный и дизайнерский секторы бизнеса, НИИ. | 1. Разработка программ, в основе которых заложены методы экотерапии для лечения психологических расстройств. 2. Формирование экологической культуры. 3. Анализ влияния городской среды (урбанизации) на когнитивное и эмоциональное состояние человека. | Жители городов-миллионников, родители (опекуны), имеющие детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, дизайнеры, архитекторы, преподаватели, специалисты здравоохранения, представители органов власти. |

Вдобавок к вышеизложенным перспективным направлениям психологии нельзя оставить без внимания метод когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), востребованный сегодня как клиентами, так и психологами. И надо признать, для этого есть существенные основания. В рекомендациях по лечению психических расстройств «ВОЗ рекомендует КПТ как эффективный метод при работе с депрессией, тревожными расстройствами и другими проблемами»²⁴, что свидетельствует о научно доказанной эффективности.

Кроме того, метод КПТ — это краткосрочная и структурированная терапия. В среднем для получения положительного результата достаточно 10–12 сессий, что намного меньше по сравнению с другими методами, например, с психоанализом или с техниками экзистенциальной психотерапии. Это вполне устраивает как корпоративных, так и индивидуальных клиентов и психологов. Кроме того, КПТ используется в разных форматах: индивидуальное консультирование, работа в группах, онлайн, офлайн, посредством приложений для самостоятельного выполнения заданий, что делает этот метод интересным и доступным для широкого круга потребителей. Помимо этого, психолог, применяющий в практике КПТ, учит клиентов не только справляться с психологическими проблемами в настоящем времени, но и предоставляет конкретные инструменты, которые они могут использовать в будущем для предвидения рецидивов, а также дает рекомендации по преодолению новых вызовов самостоятельно без помощи психолога. Таким образом, КПТ развивает навыки самопомощи, предоставляет людям действенные приемы для переформатирования своих мыслей и поведения, содействует клиенту в непосредственном участии в своем выздоровлении.

Заключение. Из вышеизложенного теоретического анализа можно резюмировать, что в настоящем и будущем в развитии психологических услуг прогнозируются следующие тенденции:

²⁴ Руководство по внедрению психологических вмешательств: интеграция научно обоснованных психологических вмешательств в существующие услуги. Режим доступа: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240087149>
Дата публикации 06.03.2024.

потребительские предпочтения клиентов будут отдаваться таким направлениям психологии как: корпоративная, позитивная, экологическая, а также киберпсихология и психология зависимого поведения, в частности гаджетозависимость, прежде всего в отношении детско-юношеского сегмента населения.

На рынке психологических услуг будут преобладать гибридные формы их реализации, в частности онлайн в сочетании с офлайн. Будет продолжаться интеграция, слияние нескольких сфер деятельности воедино — психологии, медицины, педагогики, менеджмента. Будут востребованы «нишевые» узкопрофильные специалисты-психологи, работающие с определенными социально-демографическими группами населения, людьми конкретных профессий, секторами определенного бизнеса, сферой государственного управления.

Список литературы

1. Бочаров В.В., Шишкова А.М., Дубинина Е.А., Щелкова О.Ю., Незнанов Н.Г. Роль медицинского психолога в современной системе здравоохранения. Национальное здравоохранение. 2023. № 4(1). С. 12–22.
2. Виноградова Г.А. Субъективное благополучие и развитие адаптационных способностей взрослых людей в условиях социально-экономического кризиса. Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология. 2016. № 2. С. 83–85.
3. Вохрина А.В. Феномен эмоционального выгорания в психологических исследованиях. Вестник науки. 2022. Т. 4. № 3(48). С. 222–230.
4. Есенин Р.А. Психологические вызовы цифровой реальности: искусственный интеллект сегодня и в перспективе. Профессиональное образование и рынок труда. 2023. Т. 11. № 2. С. 121–128.
5. Жалагина Т.А. Психологические особенности развития субъекта труда в условиях социально-экономического кризиса. Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2024. № 1(66). С. 71–76.
6. Жилин И.С. Синдром информационной усталости как следствие глобальных трансформационных процессов. Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. 2020. № 2(18). С. 59–71.
7. Жильцова М.С., Кузнецова О.А., Пикалов В.А., Бабешко Д.А. Анализ рынка услуг психологов: тенденции и перспективы развития. Вестник Академии знаний. 2024. № 1(60). С. 149–154.
8. Журавлев А.Л., Нестик Т.А. Социально-психологические последствия внедрения новых технологий: перспективные направления исследований. Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 5. С. 35–47.
9. Иванец Н.Н., Кинкулькина М.А., Тихонова Ю.Г. Цифровые технологии в сфере психического здоровья: проблемы и перспективы. Национальное здравоохранение. 2023. № 4(2). С. 5–14.
10. Ионов А.Ю., Ким Ю.Х. Цифровая усталость в реалиях современного образования. Современное педагогическое образование. 2025. № 6. С. 203–205.
11. Михайлова О.Р., Фомичева Е.В., Жасмин Жыргалбек Кызы. Факторы доверия цифровым платформам оказания психологической помощи: обзор литературы. Журнал социологии и социальной антропологии. 2024. № 27(2). С. 179–210.
12. Мэтьюз С.М. Позитивная психология и изменение поведения в отношении здоровья в медицине образа жизни: повествовательный обзор. Am J Lifestyle Med. 2025 Авг 25;15598276251367691. DOI: 10.1177/15598276251367691. Epub перед печатью. PMID: 40881258; PMCID: PMC12380745.
13. Незнанов Н.Г., Дутов В.Б., Скрипов В.С., Лидова А.В. Охрана психического здоровья в первичном звене здравоохранения: медико-социальная эффективность. Профилактическая медицина. 2024. № 27(10). С. 29–35.
14. Незнанов Н.Г., Семенова Н.В., Гончаренко А.Ю., Шамрей В.К. Популяционная психопрофилактика и информационная психогигиена: основные направления. Национальное здравоохранение. 2023. № 4(1). С. 40–47.
15. Орлова Л.В. Организация психологической помощи пожилым пациентам в России и в мире. Научное обозрение. Медицинские науки. 2016. № 3. С. 99–104.
16. Панов В.И. Экологическая психология: направления и тенденции. Экопозитив: экогуманитарные теории и практика. 2020. № 1. С. 36–44.
17. Подьяков А.Н. Позитивная психология и проблема зла. Психологические исследования. 2012. № 2(22). С. 1.

18. Ребрикова Н.В. Исследование рынка платных психологических услуг: краткий обзор. *Лидерство и менеджмент*. 2025. Т. 12. № 6. С. 1495–1510.
19. Ребрикова Н.В. Факторы, формирующие доверие потребителей к услугам частных психологов. *Лидерство и менеджмент*. 2025. Т. 12. № 5. С. 1297–1310.
20. Розанов В.А., Самерханова К.М. Мобильные приложения для поддержания психического здоровья: обзор оценок пользователей. *Телемедицина и электронное здравоохранение*. 2022. № 8(2). С. 7–20.
21. Ромеро-Родригес Х.М., Инохо-Лусена Ф.Дж., Копецкий К., Гарсия-Гонсалес А. (2023). Цифровая усталость студентов вузов как следствие онлайн-обучения во время пандемии Covid-19. *Educacion XX1*, 26(2), 165-184. <https://doi.org/10.5944/educxx1.34530>
22. Улановский А.М. Коучинг с оглядкой на науку: практики позитивной жизни. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2012. Т. 9. № 4. С. 59–80.
23. Ульянина О.А., Гаязова Л.А., Файзуллина К.А., Никифорова Е.А., Семенова К.Г. Отечественный и зарубежный опыт оказания экстренной психологической помощи населению. *Современная зарубежная психология*. 2022. Т. 11. № 3. С. 114–126.
24. Четвергова С.А. Причины профессионального выгорания работников. *Теория и практика современной науки*. 2019. № 6(48). С. 512–514.
25. Шаталова О.В. Психологическое восстановление и связь с природой с точки зрения «восходящего» и «нисходящего» подходов к пониманию взаимодействия с природой. *Культурно-историческая психология*. 2023. № 19(4). С. 109–118.
25. Шимовонян К.Т. Значение психологических знаний в практической медицине. *Молодой ученый*. 2017. № 13.2 (147.2). С. 28–30.
26. Щурина С.В. Влияние цифровой революции на развитие искусственного интеллекта и внедрение технологий автоматизации роботизированных процессов в деятельность современной компании. *Экономика. Налоги. Право*. 2023. № 16(4). С. 65–75.
27. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. By Kaplan S. in *Journal of Environmental Psychology*. 1995. V. 15. P. 169–182.

References

1. Bocharov V.V., Shishkova A.M., Dubinina E.A., Shchelkova O.Yu., Neznakov N.G. The Role of a Medical Psychologist in the Modern Healthcare System. *National Healthcare*. 2023. No. 4(1). P. 12–22.
2. Vinogradova G.A. Subjective Well-Being and Development of Adaptive Capacities of Adults in the Context of Socioeconomic Crisis. *Bulletin of Samara University. History, Pedagogy, Philology*. 2016. No. 2. P. 83–85.
3. Vokhrina A.V. The Phenomenon of Emotional Burnout in Psychological Research. *Herald of Science*. 2022. Vol. 4, No. 3(48). P. 222–230.
4. Yesenin R.A. Psychological Challenges of Digital Reality: Artificial Intelligence Today and in the Future. *Professional Education and the Labor Market*. 2023. Vol. 11. No. 2. P. 121–128.
5. Zhalagina T.A. Psychological Features of the Development of the Subject of Labor in the Context of the Socioeconomic Crisis. *Bulletin of Tver State University. Series: Pedagogy and Psychology*. 2024. No. 1 (66). P. 71–76.
6. Zhilin I.S. Information Fatigue Syndrome as a Consequence of Global Transformation Processes. *Philosophical Problems of Information Technology and Cyberspace*. 2020. No. 2 (18). P. 59–71.
7. Zhiltsova M.S., Kuznetsova O.A., Pikalov V.A., Babeshko D.A. Analysis of the market for psychological services: trends and development prospects. *Bulletin of the Academy of Knowledge*. 2024. No. 1 (60). P. 149–154.
8. Zhuravlev A.L., Nestik T.A. Socio-psychological consequences of the introduction of new technologies: promising areas of research. *Psychological Journal*. 2019. Vol. 40. No. 5 P. 35–47.
9. Ivanets N.N., Kinkulkina M.A., Tikhonova Yu.G. Digital technologies in mental health: problems and prospects. *National Health*. 2023. No. 4 (2). P. 5–14.
10. Ionov A.Yu., Kim Yu.H. Digital fatigue in the realities of modern education. *Modern pedagogical education*. 2025. No. 6. P. 203–205.
11. Mikhailova O.R., Fomicheva E.V., Jasmine Zhyrgalbek Kyzy Factors of trust in digital platforms for providing psychological assistance: A literature review. *Journal of Sociology and Social Anthropology*. 2024. No. 27(2). P. 179–210.
12. Matthews S.M. Positive psychology and health behavior change in lifestyle medicine: A narrative review. *Am J Lifestyle Med*. 2025 Aug 25;15598276251367691. DOI: 10.1177/15598276251367691. Epub ahead of print. PMID: 40881258; PMCID: PMC12380745.

13. Neznanov N.G., Dutov V.B., Skripov V.S., Lidova A. V. Mental health protection in primary health care: medical and social effectiveness. Preventive medicine. 2024. No. 27 (10). P. 29–35.
14. Neznanov N.G., Semenova N.V., Goncharenko A.Yu., Shamrey V.K. Population psychoprophylaxis and informational mental hygiene: main directions. National healthcare. 2023. No. 4 (1). P. 40–47.
15. Orlova L.V. Organization of psychological assistance to elderly patients in Russia and in the world. Scientific review. Medical Sciences. 2016. No. 3. P. 99–104.
16. Panov V.I. Ecological Psychology: Directions and Trends. Ecopoiesis: Eco-Humanitarian Theory and Practice. 2020. No. 1. P. 36–44.
17. Podyakov A.N. Positive Psychology and the Problem of Evil. Psychological Research. 2012. No. 2(22). P. 1.
18. Rebrikova N.V. Research of the Paid Psychological Services Market: A Brief Overview. Leadership and Management. 2025. Vol. 12. No. 6. P. 1495–1510.
19. Rebrikova N.V. Factors Shaping Consumer Trust in the Services of Private Psychologists. Leadership and Management. 2025. Vol. 12. No. 5. P. 1297–1310.
20. Rozanov V.A., Samerkhanova K.M. Mobile Applications for Mental Health Maintenance: A Review of User Assessments. Telemedicine and Electronic Health. 2022. No. 8(2). P. 7–20.
21. Romero-Rodriguez J.M., Injo-Lucena F.J., Kopecky K. and Garcia-Gonzalez A. (2023). Digital Fatigue of University Students as a Result of Online Learning during the Covid-19 Pandemic. Education XX1, 26(2), 165–184. <https://doi.org/10.5944/educxx1.34530>.
22. Ulanovsky A.M. Coaching with an Eye on Science: Positive Life Practices. Psychology. Journal of the Higher School of Economics. 2012. Vol. 9. No. 4. P. 59–80.
23. Ulyanina O.A., Gayazova L.A., Fayzullina K.A., Nikiforova E.A., Semenova K.G. Domestic and Foreign Experience in Providing Emergency Psychological Assistance to the Population. Modern Foreign Psychology. 2022. Vol. 11. No. 3. P. 114–126.
24. Chetvergova S.A. Causes of Professional Burnout of Employees. Theory and Practice of Modern Science. 2019. No. 6(48). P. 512–514.
25. Shatalova O.V. Psychological restoration and connection with nature from the perspective of «bottom-up» and «top-down» approaches to understanding interaction with nature. Cultural-historical psychology. 2023. No. 19 (4). P. 109–118.
25. Shimovonyan K.T. The importance of psychological knowledge in practical medicine. Young scientist. 2017. No. 13.2 (147.2). P. 28–30.
26. Shchurina S.V. The impact of the digital revolution on the development of artificial intelligence and the introduction of robotic process automation technologies in the activities of a modern company. Economy. Taxes. Law. 2023. No. 16 (4). P. 65–75.
27. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. By Kaplan S. in Journal of Environmental Psychology. 1995. V. 15. P. 169–182.

Статья поступила в редакцию 10.10.2025; одобрена после рецензирования 07.11.2025; принята к публикации 10.11.2025.

The article was submitted 10.10.2025; approved after reviewing 07.11.2025; accepted for publication 10.11.2025.