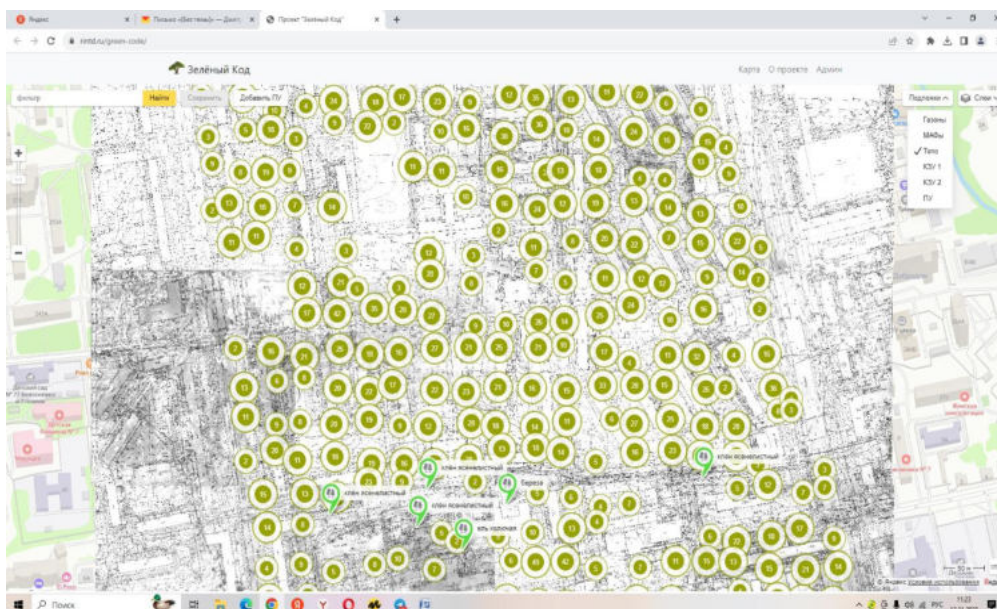




ЛИТЕРАТУРА

1. Бухарина, И.Л. Биоэкологические особенности хвойных растений в условиях городской среды/ Бухарина И.Л., Пашкова А.С., Ведерников К.Е., Ковальчук А.Г., Пашков Е.В. // монография. – Ижевск: «Удмуртский университет», 2015. – 152 с.
2. Бухарина, И.Л. Эколого-биологические особенности древесных растений в урбанизированной среде / Бухарина И.Л., Поварницина Т.М., Ведерников К.Е. // – Ижевск: ИЖГСХА, 2007.
3. Бухарина, И.Л. Атлас болезней и вредителей деревьев и кустарников г. Ижевска / Бухарина И.Л., Захарова Г.А., Ведерников К.Е., Журавлева А.Н.// Учебно-методическое пособие. – Ижевск: «Удмуртский университет», 2014.
4. Бухарина, И.Л. Городские насаждения: экологический аспект
5. монография / Бухарина И.Л., Журавлева А.Н., Большова О.Г. // – Ижевск: «Удмуртский университет», 2012.
6. Бухарина, И.Л. Биоэкологические особенности травянистых и древесных растений в городских насаждениях / Бухарина И.Л., Двоеглазова А.А.// – Ижевск: «Удмуртский университет», 2010.

МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ ПО ВЫБОРУ СПЕЦИАЛИСТА-ПСИХОЛОГА MOBILE APPLICATION FOR THE CHOICE OF A PSYCHOLOGIST SPECIALIST

А. Л. Карпей, Ю. О. Приходько
A. L. Karpei, J. O. Prikhodko

*Учреждение образования «Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета, МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ
г. Минск, Республика Беларусь
E-mail: kar_an@tut.by*

*International Sakharov Environmental Institute of Belarusian State University,
ISEI BSU, Minsk, the Republic of Belarus*

С использованием языка программирования Kotlin и среды разработки Android Studio разработано приложение для устройств с операционной системой Android по выбору специалиста-психолога. В приложении реализована связь между психологом и клиентом: психолог предоставляет данные о себе, образовании и специализации; клиенту же предоставлена возможность определить свой запрос для психотерапии, рассмотреть варианты специалистов и выбрать наиболее подходящего для эффективного оказания психологической помощи, а также вести записи о психологическом состоянии и прогрессе психотерапии.

Using the Kotlin programming language and the Android Studio development environment, an application for the choice of a psychologist for Android OS devices is developed. The application implements a connection between the psychologist and the client, i.e. the psychologist provides information about himself, his education and

specialization; the client is given the opportunity to determine his request for psychotherapy, consider options for specialists and choose the most suitable one for the effective provision of psychological assistance, as well as keep records of the psychological state and progress of psychotherapy.

Ключевые слова: мобильное приложение, психотерапия, выбор психолога, дневник эмоций, электронный дневник, психологическая гигиена.

Keywords: mobile application, psychotherapy, choice of a psychologist, diary of emotions, electronic diary, psychological hygiene.

<https://doi.org/10.46646/SAKH-2024-2-233-236>

Целью работы является создание мобильного приложения с простым и понятным интерфейсом и информационным наполнением, что позволит пользователю, заинтересованному в работе со специалистом-психологом, легко и быстро, без дополнительных знаний в области психологии выбрать психолога для дальнейшей работы. Основными задачами приложения являются: определение запроса пользователя для психотерапии, подбор наиболее подходящего специалиста под данный запрос и по указанным пользователем критериям. Дополнительные возможности приложения, помогающие повысить эффективность от занятий с психологом – личный дневник, включая дневник эмоций, дневник домашних заданий, статистика регулярности терапии. Приложение так же оповещает пользователя о приближающейся сессии и позволяет наглядно увидеть запланированные занятия с помощью календаря.

Психотерапия – это форма лечения, которая помогает людям разрешить эмоциональные, поведенческие и межличностные проблемы, улучшить качество жизни и достичь психологического благополучия. Психотерапия учит осознавать свои мысли и чувства, развивать стратегии преодоления симптомов расстройств и улучшать функционирование.

По данным широких эпидемиологических исследований, психическими расстройствами страдает около 10 % взрослого населения любой страны (в Беларуси – 700-800 тысяч человек) [1].

В мире 459 млн человек с психическими расстройствами, в т. ч. депрессией – 121 млн, алкогольной зависимостью – 70 млн, шизофренией – 24 млн (ВОЗ, 2001). В год от суицидов погибает 1 млн человек. Психические расстройства встречаются столь же часто, как болезни сердца, и в 3 раза чаще, чем злокачественные новообразования. Экономические последствия от них тяжелее, чем от составляющей онкопатологий среди всех заболеваний [1].

По своим социально-экономическим последствиям психические расстройства среди всех групп заболеваний занимают 2–3-е место. На них приходится 19 % потерь от всех болезней (ВОЗ, 2001) [2].

В Республике Беларусь на 2023 год под наблюдением в психиатрических и наркологических учреждениях состоит более 450 тысяч жителей, т. е. более 4,5% населения.

За 2023 год первичная заболеваемость психическими расстройствами только по Витебской области составила 379,8 случаев на 100 тыс. населения и снизилась к уровню 2022 года на 3% [3]. За психиатрической помощью в области ежегодно обращаются более 40000 человек (в том числе анонимно), из них больше всего по поводу органических заболеваний головного мозга (в том числе состояния слабоумия в пожилом возрасте). Затем по распространенности отмечается обращение людей, страдающих шизофренией и близкими к ней расстройствами. На третьем месте по распространенности обращений за помощью занимают пациенты с невротическими и связанными со стрессом расстройствами. На четвертом месте – это дети и подростки, страдающие психическими и поведенческими расстройствами.

За 9 месяцев 2023 года первичная заболеваемость наркологическими расстройствами составила 103,5 случая на 100 тыс. населения и выросла к уровню 2022 года на 14,5%. Заболеваемость зависимостями среди женского населения составила 53,6 случая на 100 тыс. женского населения и выросла к уровню 2022 года на 6,1%. Детей, употребляющих алкоголь и другие психоактивные вещества, за 9 месяцев 2023 года выявлено 81 человек, что выше на 6% от уровня 2022 года [3].

Статистика показывает рост числа психических патологий у населения в мире и Республике Беларусь, что однозначно указывает на необходимость повышения уровня информирования и осведомленности о психических проблемах и совершенствования механизма оказания психологической помощи людям.

Согласно проведенным исследованиям по всему миру, психотерапия является неотъемлемой частью поддержки психологического здоровья и повышения качества жизни [4]. Показания для психотерапии могут быть разнообразными и часто зависят от индивидуальных потребностей и проблем каждого человека.

Распространенными показаниями для психологической помощи являются:

- широкий спектр психических расстройств, включая депрессию, тревожные расстройства, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), расстройства пищевого поведения, биполярное расстройство и другие;
- межличностные проблемы, такие как конфликты в отношениях, проблемы с коммуникацией, низкая самооценка, одиночество или трудности в установлении и поддержании здоровых и удовлетворительных взаимоотношений. В данном случае психотерапия помогает людям развить навыки эффективной коммуникации, улучшить самооощение и научиться лучше понимать себя и других людей;

- проживание жизненных изменений или стрессов, таких как переезд, потеря работы, развод, смерть близкого человека или другие значимые события;
- желание к улучшению личностного потенциала, самопознания и саморазвития. Люди могут обратиться к психотерапевту для исследования своих ценностей, установления целей, развития личностных качеств, лучшего понимания себя и раскрытия своего потенциала.

На данный момент в обществе существует проблема поиска и выбора психолога. Она заключается в недостаточной осведомленности людей о наличии квалифицированных кадров в области психологии, правилах и требованиях при выборе психолога. Эта проблема важна, потому что психологическое благополучие и здоровье имеют огромное значение для нашего общего благополучия, а отсутствие своевременной и адекватной психологической помощи может иметь серьезные последствия.

С использованием языка программирования Kotlin и среды разработки Android Studio разработано приложение для устройств с операционной системой Android по выбору специалиста-психолога. Приложение предоставляет пользователю возможность определить свой запрос для психотерапии, рассмотреть варианты специалистов и выбрать наиболее подходящего для эффективного оказания психологической помощи, а также вести записи о психологическом состоянии и прогрессе психотерапии. Личные данные о психологах и клиентах, история записей и дневники, заметки хранятся в облачном хранилище Firebase в зашифрованном виде.

При первом запуске приложения пользователь видит окно, предлагающее ему выбрать цель использования приложения: предложить свои услуги в качестве специалиста или подобрать для себя психолога. Далее необходимо будет заполнить данные о себе: в случае со специалистом – образование, возраст, пол, методы работы и т. д. (рисунок 4) и пол, возраст, местонахождение в случае клиента. Указав свои данные, пользователь получает доступ к основным функциям приложения, которые различаются в зависимости от цели использования приложения.

Для клиента предоставлен следующий функционал:

- Поиск специалиста. Принцип работы данной функции заключается во введении пользователем необходимых критериев для поиска психолога, если он знает, какой именно специалист ему нужен: принцип работы, местонахождение, опыт работы, образование, возраст, пол, запросы, с которым работает психолог, стоимость консультации (рисунок 1). Если пользователь не знает, как ему выбрать специалиста, ему необходимо пройти опросник, по результатам которого сервис подберет наиболее подходящего специалиста, а также позволит корректировать предложенные критерии (рисунок 2). Доступен просмотр профиля специалиста со всей информацией о нем (рисунок 1);

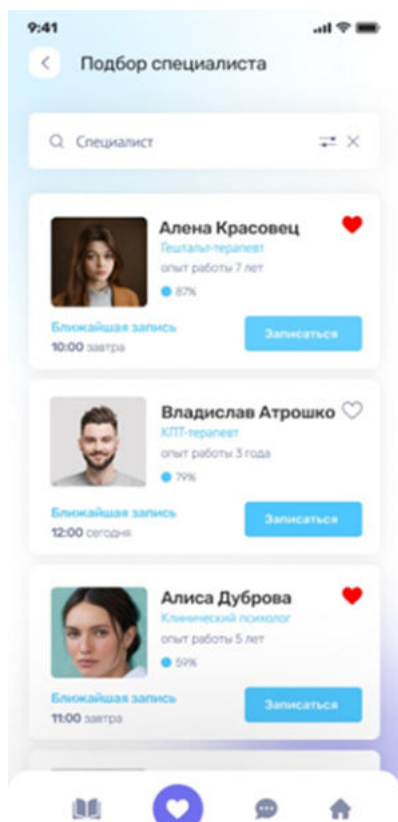


Рисунок 1 – Поиск психолога

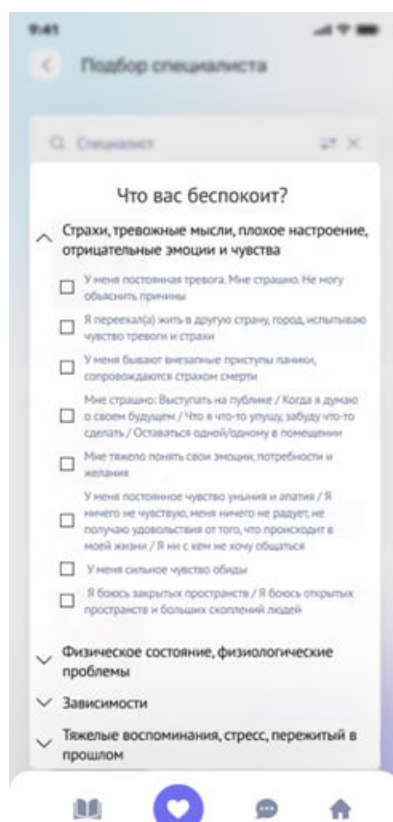


Рисунок 2 – Окно заполнения анкеты для подбора психолога

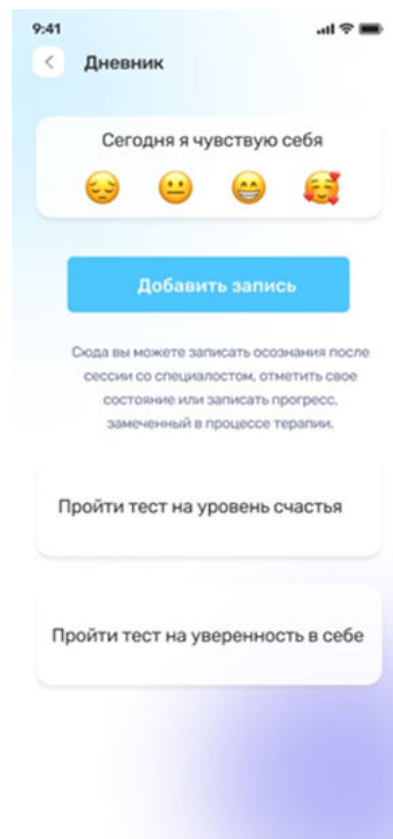


Рисунок 3 – Дневник

- Дневник. Включает в себя практику дневника эмоций, прохождение различных тестов и ведение записей, помогающих отслеживать собственное состояние и эффект от занятий с психологом. Здесь же можно записывать домашние задания от специалиста и делиться ими с ним (рисунок 3);
- Календарь. Удобное отображение запланированных сессий с напоминаниями о них;
- Чаты. Возможность пообщаться со специалистом до или после сессии очень важна для подтверждения правильности выбора специалиста и установления контакта между ним и клиентом. Психологу же доступные функции:
 - Личный профиль. Заполнение полной информации о специалисте, а также его рейтинг на основании отзывов клиентов о нем (рисунок 4);
 - Заметки о клиентах. Функция, помогающая психологу вести записи мобильно и быстро, предоставляющая возможность отслеживания изменений в состоянии клиента в процессе терапии (рисунок 5);
 - Чаты. Возможность пообщаться с клиентом до и после консультации.
 - Составление расписания своей работы. В результате внесения доступных к записи временных слотов в календарь расписание приема будет отображаться как на рисунке 6.

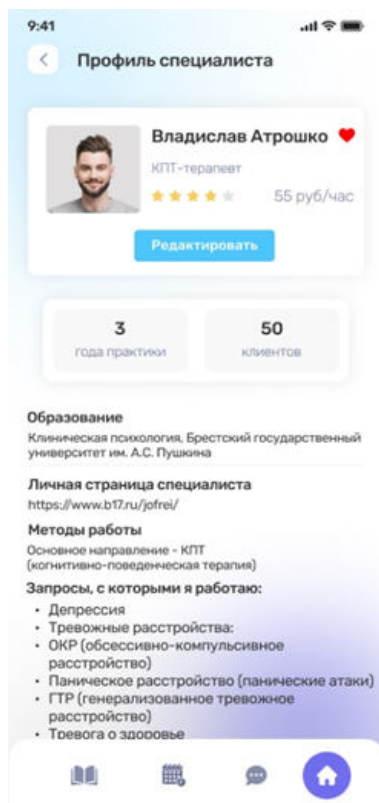


Рисунок 4 – Профиль специалиста

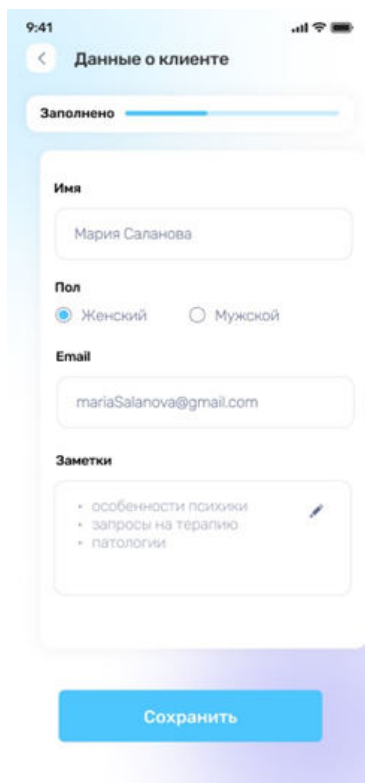


Рисунок 5 – Ведение записей о клиентах

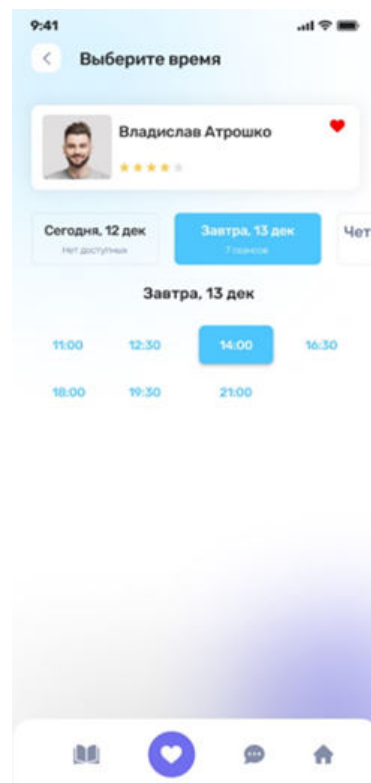


Рисунок 6 – Расписание консультаций

В ходе выполнения данной работы разработано мобильное андроид-приложение облегчающее выбор психолога и совмещающее в себе множество полезных и важных функций для эффективной психотерапии.

ЛИТЕРАТУРА

1. От депрессии до суицида: психиатрия в работе ВОП // Медицинский вестник [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://medvestnik.by/konspektvracha/ot-depressii-do-suitsida-psikhiatriya-v-rabote-vop> – Дата обращения: 15.02.2024.
2. Всемирный день психического здоровья 10 октября 2020 года // Министерство здравоохранения Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://minzdrav.gov.by/ru/novoe-na-sayte/vsemimyy-den-psikhicheskogo-zdorovya-10-oktyabrya-2020-goda> – Дата обращения: 12.02.2024.
3. Всемирный день психического здоровья 2023 года: «Психическое здоровье - всеобщее право человека» // УЗ «Витебский областной клинический центр психиатрии и наркологии» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vokcpin.by/novosti/279-vsemimyj-den-psikhicheskogo-zdorovya-2023-goda-psikhicheskoe-zdorove-vseobshchee-pravo-cheloveka> – Дата обращения: 14.02.2024.
4. Марцинковская Т.Д. Психологические аспекты технологического общества // Психологические исследования (электронный журнал). - 2018. - №62. - С. 12.