УДК 364+159.99 DOI: 10.26211/2658-4522-2019-1-3-34-41

ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

Гордиевская Е.О. [1], Миронова М.Р. [2, 3]

[1] Федеральный научный центр реабилитации инвалидов имени Г.А. Альбрехта, Бестужевская улица, дом 50, Санкт-Петербург, 195067, Российская Федерация
[2] Психологический центр «Школа здравого смысла», Московский пр., дом 107, к. 5, Санкт-Петербург, 196084, Российская Федерация
[3] Part-time Faculty, International Institute for Humanistic Studies, 4940 Bodega Ave, Petaluma, CA, 94052, U.S.A

Резюме

Актуальность. Статья посвящена рассмотрению применения современных инновационных технологий в практике психологической реабилитации, включая дистанционные, с использованием персональных компьютеров и современных программ. Рассматриваются актуальные вопросы показаний и ограничений их использования в практике психологической реабилитации и абилитации лиц с различными инвалидизирующими заболеваниями.

Цель. Оценить возможность применения данных методов психологической работы в рамках комплексной реабилитации и абилитации, описать значимые требования и условия их реализации с целью осуществления эффективной и результативной психологической работы с различными категориями лиц с инвалидностью.

Материалы и методы. Авторами осуществлен анализ применения инновационных технологий в практике психологической работы на основании проведения целевого опроса (опрошено более 30 специалистов), аналитического обзора данных, анализа и обобщения практических наработок, представленных исследователями. Критериями отбора являлась обязательность использования инновационных технологий психологической работы на практике в течение временного периода не менее 1 года. Также анализировался собственный опыт применения указанных технологий.

Результаты. Показана целесообразность и ограничения применения данных технологий в отдельных случаях, приведены конкретные правила «экологичного» применения видеоконсультирования.

Заключение. Применение методов психологической реабилитации на базе современных технологий с учетом соблюдения ряда правил и требований раскрывает широкие перспективы реализации психологической помощи для различных контингентов реабилитируемых и абилитируемых лиц.

Ключевые слова: психологическая реабилитация, когнитивный тренинг, видеоконсультирование, биологическая обратная связь, использование гаджетов, нейропсихология

THE APPLICATION OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN PSYCHOLOGICAL REHABILITATION

Gordievskaya E.O.[1], Mironova M.R. [2, 3]

[1] Federal Scientific Center of Rehabilitation of the Disabled named after G.A. Albrecht, Bestuzhevskaya Street 50, Saint-Petersburg, 195067, Russian Federation
[2] Psychological Center "School of Good Sense", Moscow Ave 107, Building 5, Saint-Petersburg, 196084, Russian Federation
[3] Part-time Faculty, International Institute for Humanistic Studies, 4940 Bodega Ave, Petaluma, CA, 94052, U.S.A. International Institute for Humanistic Studies, Petaluma, CA, U.S.A.

Abstract

Introduction. The article is devoted to the application of modern innovative technologies in the practice of psychological rehabilitation. Analysis includes remote methods and usage of personal computers and modern programs. The topical issues of indications and limitations of these methods in the practice of psychological rehabilitation and habilitation of persons with various disabilities are considered.

Гордиевская Е. О., Миронова М. Р. Применение инновационных технологий в психологической реабилитации // *Физическая и реабилитационная медицина.* – 2019. – Т. 1. – № 3. – С. 34–41. DOI: 10.26211/2658-4522-2019-1-3-34-41

Gordievskaya E. O., Mironova M. R. (2019) The Application of Innovative Technologies in Psychological Rehabilitation. *Physical and Rehabilitation Medicine*, vol. 1, no. 3, pp. 34–41. (in Russian). DOI: 10.26211/2658-4522-2019-1-3-34-41

Гордиевская Елена Олеговна / Elena O. Gordievskaya; e-mail: elena.gord@bk.ru

Aim. To assess the possibility of applying these methods of psychological work in the framework of comprehensive rehabilitation and habilitation, to describe the significant requirements and conditions for their implementation with the purpose to organize efficient and fruitful psychological work with different categories of persons with disabilities.

Materials and methods. The authors analyzed the application of innovative technologies in the practice of psychological work on the basis of a targeted survey (interviewed more than 30 specialists), analytical review of data, analysis and synthesis of practical developments presented by researchers. Selection criteria were mandatory use of innovative technologies of psychological work in practice for a period more than 1 year. Own experience of application of those technologies was also analyzed.

Results. The expediency and limitations of the use of these technologies in some cases are shown, the specific rules of "eco-friendly" using of video consulting are given.

Conclusion. Application of methods of psychological rehabilitation on the basis of modern technologies provided observance of a number of rules and requirements, opens wide prospects of realization of psychological help for various contingents of the rehabilitated and habilitated persons.

Keywords: psychological rehabilitation, cognitive training, video-counseling, biofeedback, use of gadgets, neuropsychology.

Введение

Вопросы психологической реабилитации и абилитации лиц с различными инвалидизирующими заболеваниями представляются чрезвычайно актуальными как в аспекте коррекции имеющихся негативных изменений психологической сферы, являющихся следствием переживания соматического неблагополучия, так и формирования мотивации на сознательное и активное участие в реабилитационном процессе, реабилитационных мероприятиях, определяемых ключевыми направлениями комплексной реабилитации, включая социальное, медицинское, педагогическое, профессиональное. В данном аспекте именно психологический аспект реабилитации и абилитации имеет важнейшее значение, так как именно данный её вид направлен на восстановление/развитие психологических механизмов, являющихся по сути стержневыми в плане осуществления любых видов деятельности человека, условием его эффективного и результативного участия в реабилитации/абилитации, что способно существенным образом повысить её итоговую результативность. Современные достижения в научно-практической сфере позволяют по-новому подходить к осуществлению реабилитационных мероприятий на основе использования новейших подходов и технологий. Своё применение данные технологии нашли и в практической работе психолога.

Цель. Оценить возможность применения данных методов психологической работы в рамках комплексной реабилитации и абилитации, описать значимые требования и условия их реализации с целью осуществления эффективной и результативной психологической работы с различными категориями лиц с инвалидностью.

Материалы и методы

Авторами осуществлялся анализ применения инновационных технологий в практике психологической работы на основании проведения целевого опроса (опрошено более 30-ти специалистов), аналитического обзора данных, анализа и обобщения практических наработок, представленных исследователями, использующими данный способ психологической работы, собственного опыта применения указанных технологий.

Результаты и обсуждение

Применение персональных компьютеров (ПК) и интернет-сетей открыло широкие возможности по внедрению дистанционных технологий при реализации различных форм и методов работы, предполагающих межличностные коммуникации: дистанционное (удаленное) консультирование, осуществление психокоррекционной работы по видеосвязи (у нас это традиционно называется «скайп-консультирование», хотя используются все доступные средства и системы) [1]. Данную форму работы сегодня используют многие психологи, психотерапевты, обращая внимание как на плюсы, так и на минусы такого рода деятельности, определяющие её итоговую результативность.

Несомненным первоочередным плюсом работы психолога с клиентом (реабилитируемым) по видеосвязи, является фактическая доступность в ситуации удаленного проживания (в местах, где специалисты данного профиля труднодоступны или отсутствуют), особенно при наличии у реабилитируемого сложности в передвижении – в первую очередь, у инвалидов с двигательными нарушениями. Не менее важна оперативность в доступе к консультационно-коррекционной помощи в случае её экстренной необходимости.

В то же время далеко не во всех случаях данная форма работы является приемлемой и более эффективной, чем очное общение.

Организационное удобство, подразумевающее не только возможность «досягаемости» консультативной услуги, специалиста как такового, но и комфортные условия взаимодействия для самого реабилитируемого (консультируемого), – зна-

комая «домашняя» обстановка, естественные условия пребывания в привычной среде, что, как правило, способствует более комфортному вхождению в контакт и более быстрой адаптации к процессу консультирования, включению в работу, а также релаксации и отдыху после взаимодействия с психологом, – в отдельных случаях может иметь и негативную сторону. В первую очередь это связано с тем, что для реабилитируемого окружающая среда – кабинет учреждения – выполняет «организующую» функцию, функцию «переключения» на определенный вид психологической деятельности, предполагающий отсутствие рассеивания внимания, реагирования на окружающие «мелочи», отвлекающие факторы и прочее. Большое значение это может иметь, например, при консультировании ребенка (подростка) с инвалидностью, в том числе в присутствии родителей (законных представителей), особенно когда организация и структурирование окружающей среды, обстановки – создание «безопасного пространства», – является частью консультационно-коррекционного процесса. Естественно, что в ситуациях онлайн-консультирования возможности специалиста-психолога в данном направлении существенно ограниченны, либо вообще сведены к нулю.

Следует подчеркнуть также такую значимую особенность психологической работы, как необходимость формирования соответствующего настроя на ее осуществление, происходящего, как правило, по дороге. Время пути обычно тратится на сосредоточение и внутреннюю подготовку к сеансу. В случае же видеоконсультирования для разговора часто выбираются незначащие темы, навеянные окружающей обстановкой. После окончания сеанса клиент также не сосредотачивается на осмыслении сеанса, быстро включаясь в рабочие или домашние дела, как, собственно, и терапевт, если он работает из дома [2].

Специалисты-психологи, реализующие видеосессии, отмечают недостаточность невербальной информации, её неполноту с точки зрения комплексной оценки языка тела при работе с клиентом, что особенно важно при отслеживании динамики изменения состояния консультируемого (реабилитируемого) в ходе консультации, реакции на определенные действия («психологические интервенции») психолога, в том числе с целью формирования дальнейшей стратегии работы с реабилитируемым и так далее [3]. Существует и еще одна, менее очевидная проблема. Опытные психологи, много работающие по скайпу, отмечают особый характер взаимоотношений специалиста и клиента. У них складываются искаженные представления друг о друге и иллюзорные представления об отношениях и глубине и прочности контакта, определенная «нереалистичность» впечатлений друг о друге и испытываемых в процессе контакта ощущениях, эмоциях и оценках проблемы. Создаваемая иллюзия настоящего контакта, обманывающая и клиента, и терапевта, может существенным образом исказить и нарушить динамику психологической работы, негативно повлиять на ее результат. Очень значимо, что реабилитируемый имеет возможность в любой момент отключить связь и стать недоступным для собеседника (терапевта), избегая напряженного момента преодоления кризиса, как это и положено в очной терапии, просто прекращая ее. Это можно оценивать и как плюс видеоформата (у клиента больше свободы, он обладает большей властью над процессом), и как минус (клиент имеет возможность избегать даже небольшого эмоционального напряжения и не учится его выдерживать). Особенно важно учитывать этот фактор при работе с подростками, людьми, ограниченными в социальных контактах, с малым или односторонним опытом общения, что характерно для многих людей, имеющих ограничения жизнедеятельности, связанные с наличием инвалидности. Следует подчеркнуть, что, исходя из вышеизложенного, видеоконсультирование очень затратно для терапевта (специалиста-психолога), более изматывающе и характеризуется большим напряжением в сравнении с очным общением [2].

Видеоконсультирование ограничивает применение множества технологий и техник. Практически полностью исключен групповой формат работы; различные формы тренинга, предполагающие личный контакт и контроль за выполнением предложенных заданий; из соображений безопасности клиента ограничены суггестивные и трансовые подходы и методики; ограничены в применении арт-терапевтические подходы, предполагающие совместную деятельность психолога и клиента, непосредственное обучение, работу с необычными материалами; ограничивается возможность проведения психологической диагностики и практически исключается проведение точной тестовой диагностики когнитивных функций, требующих точных инструкций, контроля условий проведения теста и способов его выполнения. Также видеоконсультирование ограничивает возможности специалиста контролировать само течение процесса консультирования, особенно при необходимости поддержания постоянного контакта с клиентом, при котором подразумевается невозможность самовольного выхода консультируемого из диалога «консультант-клиент» (его отключения от сессии) и последующий анализ ситуации, как это уже было показано выше. [1, 4, 5] Несомненным плюсом консультационно-коррекционной работы в дистанционной форме является возможность осуществления аудио- и видеозапи-

сей процесса психокоррекции (при наличии согласия консультируемого). Данная составляющая – архивирование данных и результатов работы, – важный аспект деятельности специалиста-психолога, позволяющий осуществлять фиксацию, последующий анализ и отслеживание динамики изменения состояния реабилитируемого, формирования и коррекции дальнейшего алгоритма работы с ним. Часто сделанная запись оказывается полезна и самому консультируемому как вид обратной связи, оценки своего поведения, реакций в процессе психокоррекции, а также как восстановление в памяти значимых моментов консультации, в том числе, как материала для последующей внутренней работы.

Важнейший фактор успешности и, одновременно, ограниченности видеоконсультаций – наличие стабильного интернет-соединения, так как помехи в процессе реализации связи могут значительно снижать эффективность психологической работы, пагубно сказываться на мотивированности консультируемого, поддерживании его внимания, заинтересованности и проявлении активности. Обрыв связи в драматический момент консультации может даже стать причиной психологической травмы (для реабилитируемого и для специалиста).

Значимым обстоятельством, ставящим вопрос о целесообразности работы в режиме удаленной связи при осуществлении психологической реабилитации, является специфика нозологии реабилитируемого, предполагающая вероятность внезапного (острого) неожиданного изменения состояния (ухудшения самочувствия, возникновения приступа различной этиологии и тому подобное), способного явиться противопоказанием к такой форме работы.

Важнейшим обстоятельством, которое необходимо учитывать, является неравнозначность очного общения и общения по видео. Необходимы серьезные исследования воздействия и эффективности удаленного видеоконсультирования, так как остановить его внедрение уже невозможно.

Обязательно учитывать условия эффективной работы по видео, обеспечивающие её «экологичность»:

1. Необходимы хороший монитор и надежный провайдер! В контракт с клиентом (реабилитируемым) надо вносить описание технических форс-мажоров, оговаривать порядок их оплаты, возможность восполнить утраченные минуты и перенос сеансов.

2. Желательно договариваться о специальном месте для видеоконсультирования, используемом клиентом только для сеансов и обеспечивающем его защищенность. В крайнем случае – оговорить специальную настраивающую, терапевтичную, обстановку для сеанса.

3. В контракте удаленное консультирование надо подавать как особый вид консультирования, тяжелый для терапевта, требующий специальных затрат для сглаживания негативных моментов.

4. Видео можно и безопасно применять при остром кризисном консультировании. Как и телефонное консультирование, когда основная задача – мотивировать клиента на обращение за качественной долговременной помощью.

5. Видеоконсультирование можно и безопасно применять для обучения и супервизии (эти виды деятельности обращены более к разуму и рацио, чем к чувствам).

6. Поддержка удаленно должна быть специальной задачей, потому что некоторые специалисты высказывают подозрение (скорее, ощущение), что позитивные чувства, вера, уверенность и утешение плохо доходят через монитор. В связи с этим возникает большой вопрос о видеоконсультировании с больными людьми, не способными выходить из дома. К данному типу работы с такими людьми следует подходить с большой осторожностью, особенно – с людьми в терминальной стадии, хронически и неизлечимо больными, страдающими от неизменяемой ситуации. Следует использовать малейшую возможность для работы «вживую».

7. Супервизировать (обсуждать с опытными коллегами) работу по видео следует чаще, чем очную работу.

8. При удаленных видах работы выяснение эмоционального состояния клиента до и после сессии должно быть специальной задачей, так как легко обмануться и пропустить назревание конфликта.

9. Специально стоит уделять повышенное внимание отношениям клиента и терапевта, состоянию процесса между ними.

10. Стоит время от времени проверять, насколько искажается ваш образ в глазах клиента и его образ в вашем воображении. Технически это несложно, несомненно, полезно и может быть забавно. Например, можно угадывать, кто в чем одет, какой размер ноги, что ел на завтрак.

11. Нужно понимать и обговаривать, что терапия с использованием удаленных методов работы идет существенно дольше, чем очная. В частности, из-за того, что время тратится на сопутствующие процедуры.

12. Когда клиент подходит к кризису в работе и жизни, необходимо убеждать его искать очные ресурсы, очную поддержку в дополнение к видео [2].

По данным Московской службы психологической помощи населению и других аналогичных служб, видеоконсультирование быстро заняло главенствующее место среди всех видов дистанционного консультирования, что продемонстрировано данными таблицы [6].

Таблица

Количество обращений к различным видам психологического дистанционного консультирования

Table

Number of calls to different types of psychological remote counseling

Вид обращения Type of treatment	Количество обратившихся, % Number of applicants, %		
	2012 год Year: 2012	2014 год Year: 2014	2018 год Year: 2018
Текст (письма по электронной почте) Text (emails)	76	15	5
Чат (письменное общение в режиме реального времени) Chat (written communication in real time)	7	8	5 (до 10 и более, если используется как дополнение к очной форме) 5 (up to 10 or more if used in addition to face-to-face)
Видеообщение Video communication	14	70	77
Аудиообщение (телефон, скайп и другие) Audio communication (phone, Skype and others)	3	3	3

По результатам устного опроса, проведенного авторами статьи, за 5 лет количество психологов-консультантов, работающих удаленно в частной практике, возросло в несколько раз и составляет примерно 75%.

Перспективным направлением в контексте психологической реабилитации с применением ПК является осуществление когнитивных тренингов, нацеленных на тренировку и улучшение показателей памяти, внимания, зрительно-моторной координации. При этом в качестве «тренировочных» программ могут выступать и определенные игровые, с несложным алгоритмом выполнения заданий, доступным для лиц с инвалидностью различных категорий и возрастов – поиск парных картинок, запоминание ряда показываемых предметов, составление паззлов; компьютерные игры, направленные на коррекцию памяти и зрительно-пространственных нарушений с применением проб на запоминание [7] и т. д. Такие когнитивные тренинги могут быть показаны, например, пациентам, перенесшим инсульт, и лицам с иными заболеваниями, подразумевающими снижение интеллектуально-мнестических, когнитивных функций (внимания, памяти), польза и результативность тренировки которых продемонстрированы в многочисленных работах зарубежными и отечественными авторами [7–9].

Интересен также опыт применения более сложных игр на базе ПК в качестве инструмента когнитивного и элементов социального тренинга. В ряде работ показано, что такого рода игры, подразумевающие, в том числе, моделирование социального взаимодействия, положительно сказываются на развитии навыков повседневной жизни, работе психики, связанной с ежедневными действиями, социальном функционировании [10]. Плюсы такого рода тренингов – снятие страха неудачи перед осуществлением социальных контактов в режиме реального социального контекста и отработка алгоритмов действий в «безопасном» пространстве с возможностью неоднократного воспроизведения и – при необходимости – коррекции (исправления) неэффективных алгоритмов социального взаимодействия.

Противопоказаниями к такого рода реабилитационным мероприятиям в русле психологической реабилитации будут выступать общие противопоказания для пользования ПК для лиц с определенной нозологией, а также невозможность осуществления целенаправленных действий при достижении поставленных задач в силу имеющихся ограничений – последствий инвалидизирующего заболевания (например, умственных, двигательных – при выраженных нарушениях моторики; хотя сегодняшние технические возможности по применению периферийных устройств, способных компенсировать указанные нарушения – джойстиков, стилусов, сенсорных устройств и иных – достаточно широки) и тому

подобное. Дискуссионным также остается вопрос о распространении полученных в виртуальном игровом поле навыков в реальный социальный контекст. Конечно же, оптимальным в данном случае будет сочетание тренингов с использованием ПК и в режиме реального общения, и взаимодействия по обсуждению, закреплению и апробации прорабатываемых алгоритмов социального функционирования.

Уже давно в практике психологической абилитации и реабилитации применяется система биологической обратной связи (БОС). Это не новый метод, но современное программное обеспечение позволяет использовать его значительно шире и даже самостоятельно. Традиционно БОС применяется там, где нужно осознать автоматизированные реакции организма или неосознанные движения. Метод используют при работе с глухими для осознания работы связок, для развития навыков самоконтроля при расстройствах внимания. Есть сообщения об успешных попытках использовать БОС и близкие методы для немедикаментозного снижения болевых синдромов [11]. При некоторых заболеваниях (энурез, энкопрез, заикание), не предполагающих утраты когнитивных функций, БОС является особенно полезным методом. В современных условиях широкого распространения гаджетов использование метода БОС выходит на новый уровень. Простая комбинация смартфона с соответствующим приложением и фитнес-браслета позволяет любому человеку постоянно отслеживать физиологические показатели функционирования организма. Сейчас всем доступны показатели частоты сердечных сокращений, в том числе скорость подъема и снижения, давление, насыщенность крови кислородом, качество сна и иные. В ближайшее время ожидаются показатели электрокардиографии и сахара крови, некоторые нейрофизиологические показатели. При этом приложение смартфона фиксирует все более полную информацию о характеристиках поведения человека – пройденный путь, скорость движения, затраченные усилия, частота приемов пищи, качество питания, периоды пассивности и активности и другие. С их помощью можно вычислять эффективность упражнений и использования времени и иное. Новые возможности позволяют людям самостоятельно тренировать почти любую функцию своей физической и даже психической активности. Гаджеты могут обращать осознанное внимание человека на неосознаваемые моменты поведения. Фактически, они расширяют применение самого принципа БОС до «осознания неосознаваемого». Уже теперь некоторые программы могут подсказывать наиболее эффективные схемы поведения – начиная от возможности уверенно находить дорогу в незнакомом месте, не прибегая к расспросам, которые могут быть тяжелы для человека с инвалидностью, и заканчивая программами, помогающими распознавать эмоциональную окраску голоса собеседника и выражение его лица. Это открывает совершенно новые возможности для людей с нарушениями сенсорных функций, трудностями общения, расстройствами памяти и внимания, интеллектуальными проблемами.

Естественно, что метод БОС, как и любой метод, имеет свои ограничения. В первую очередь, это ограничение количества и качества отслеживаемых параметров. Уверенно осознавать можно только достаточно простые, однозначные параметры жизнедеятельности – дыхание, напряжение и расслабление некоторых видов мускулатуры, положение тела, ритм движения и тому подобные. При длительном обучении возможно распознавание состояния мозговой деятельности – альфа-рима – и управление им с помощью дыхания. Сложные и неоднозначные параметры наблюдению не поддаются. Одним из доказанных негативных эффектов БОС является утрата возможности организма реагировать естественным образом вследствие формирования новых рефлексов. К счастью, тяжелые случаи редки, но естественная обратная связь от организма (ощущения голода, холода, усталости, сигналов от уретры и прямой кишки и прочие) все же может страдать и вызывать растерянность. Это необходимо учитывать и заниматься тренировками только под руководством профессионала, осознанно и целенаправленно.

Заключение

Таким образом, применение методов психологической реабилитации на базе современных технологий с учетом соблюдения ряда правил и требований раскрывает широкие перспективы реализации психологической помощи для различных контингентов реабилитируемых и абилитируемых лиц.

Этика публикации: Представленная статья ранее опубликована не была.

Конфликт интересов: Информация о конфликте интересов отсутствует.

Источник финансирования: Финансирование за счет средств ФГБУ ФНЦРИ им. Г.А. Альбрехта Минтруда России.

Литература

1. Плюсы и минусы психотерапии по Skype скайп. – URL: http://psihoterapijadljavseh.ru/pljusy_minusy_psihoterapii_po_skype.html (Дата обращения 18.07.18)
2. Миронова М. Р. Скайп-консультирование: Попытка анализа. Психологический центр Школа здравого смысла. – URL: http://здравый.сайт/articles/skajp-konsultirovanie-popytka-analiza/ (Дата обращения 18.07.18)

3. Софья Каганович Консультации психолога по скайпу. – URL: https://www.psysovet.ru/threads/44/ (Дата обращения 18.07.18)
4. Психологическое консультирование онлайн (Skype); http://ni-mishchenko.ru/психологическое-консультирование-он/ (Дата обращения 18.06.18)
5. Скайп – скрытые плюсы и минусы консультирования. – URL: http://www.b17.ru/article/skype_koshevaroff/ (Дата обращения 18.06.18)
6. Интернет-консультирование в России counseling.su Меновщиков В.Ю. – URL: http://counseling.su/menovcshikov (Дата обращения 18.06.18)
7. Прокопенко С.В. Возможности когнитивного тренинга с использованием специализированных компьютерных программ у больных, перенесших инсульт / С.В. Прокопенко, Е.Ю. Можейко, Т.Д. Корягина. – URL: http://docplayer.ru/37532897-Vozmozhnosti-kognitivnogo-treninga-s-ispolzovaniem-specializirovannyh-kompyuternyh-programm-u-bolnyh-perenesshih-insult.html (Дата обращения 18.06.18)
8. Возможности когнитивной тренировки как метода коррекции возрастных нарушений когнитивного контроля. – URL: http://psyjournals.ru/files/24925/exp_2009_n3_Velichkovsky.pdf (Дата обращения 18.06.18)
9. Щербакова М.М., Котов С.В. Общие рекомендации по преодолению когнитивных нарушений у больных с последствиями мозгового инсульта: уч.-метод. пос. – Москва, 2017. – 101 с. – URL: http://ks-gs.ru/sites/default/files/ doc/guidelines/neuro_2017_doc4.pdf (Дата обращения 18.07.18)
10. Саакян Барбара Как можно улучшать когнитивные функции с помощью игр. – URL: http://moj-doktor.ru/zdorove/kak-mozhno-uluchshat-kognitivnye-funkcii-s-pomoshhyu-igr (Дата обращения 18.06.18)
11. Scientific American – URL: https://www.scientificamerican.com/ By Lauren Sippel on November 1/2013. (Дата обращения 18.06.18)

References

1. Plyusy i minusy psikhoterapii po Skype [The pros and cons of therapy via Skype]. Available at: http://psihoterapijadljavseh.ru/pljusy_minusy_psihoterapii_po_skype.html (accessed 18.07.18). (In Russian)
2. Mironova M. R. Skaip-konsul'tirovanie: Popytka analiza. Psikhologicheskii tsentr Shkola zdravogo smysla. [Skype counselling: an Attempt of analysis. Psychological center School of common sense]. Available at: http://здравый.сайт/articles/skajp-konsultirovanie-popytka-analiza/ (accessed 18.07.18). (In Russian)
3. Sof'ya Kaganovich Konsul'tatsii psikhologa po skaipu [Counseling via Skype]. Available at: https://www.psysovet.ru/threads/44/ (accessed 18.07.18). (In Russian)
4. Psikhologicheskoe konsul'tirovanie onlain (Skype). [Psychological counseling online (Skype)]. Available at: http://ni-mishchenko.ru/психологическое-консультирование-он/ (accessed 18.06.18). (In Russian)
5. Skaip – skrytye plyusy i minusy konsul'tirovaniya [Skype – hidden pros and cons of counseling]. Available at: http://www.b17.ru/article/skype_koshevaroff/ (accessed 18.06.18). (In Russian)
6. Menovshchikov V.Yu. Internet-konsul'tirovanie v Rossii counseling.su [Moneychangers Century Yu Internet-business in Russia counseling.su] Available at: http://counseling.su/menovcshikov (accessed 18.06.18). (In Russian)
7. Prokopenko S.V., Mozheiko E.Yu., Koryagina T.D.Vozmozhnosti kognitivnogo treninga s ispol'zovaniem spetsializirovannykh komp'yuternykh programm u bol'nykh, perenesshikh insul't [Possibilities of cognitive training using specialized computer programs in patients with stroke]. Available at: http://docplayer.ru/37532897-Vozmozhnosti-kognitivnogo-treninga-s-ispolzovaniem-specializirovannyh-kompyuternyh-programm-u-bolnyh-perenesshih-insult.html (accessed 18.06.18). (In Russian)
8. Vozmozhnosti kognitivnoi trenirovki kak metoda korrektsii vozrastnykh narushenii kognitivnogo kontrolya [Possibilities of cognitive training as a method of correction of age-related cognitive control disorders]. Available at: http://psyjournals.ru/files/24925/exp_2009_n3_Velichkovsky.pdf (accessed 18.06.18). (In Russian)
9. Shcherbakova M.M., Kotov S.V. Obshchie rekomendatsii po preodoleniyu kognitivnykh narushenii u bol'nykh s posledstviyami mozgovogo insul'ta: uchebno-metodicheskoe .posobie [General recommendations for dealing with cognitive dysfunction in patients with consequences of brain stroke: educational and methodical manual]. Moscow, 101 p. Available at: http://ks-gs.ru/sites/default/files/ doc/guidelines/neuro_2017_doc4.pdf (accessed 18.07.18). (In Russian)
10. Saakyan Barbara Kak mozhno uluchshat' kognitivnye funktsii s pomoshch'yu igr. [How to improve cognitive function through games]. Available at: http://moj-doktor.ru/zdorove/kak-mozhno-uluchshat-kognitivnye-funkcii-s-pomoshhyu-igr (accessed 18.06.18). (In Russian)
11. Scientific American Available at: https://www.scientificamerican.com/ By Lauren Sippel on November 1/2013. (accessed 18.06.18).

Рукопись поступила / Received: 08.02.2019
Принята в печать / Accepted for publication: 08.04.2019

Авторы

Гордиевская Елена Олеговна – кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник отдела психологической и профессиональной реабилитации инвалидов Института реабилитации и абилитации инвалидов ФГБУ ФНЦРИ им. Г.А. Альбрехта Минтруда России, Бестужевская улица, дом 50, Санкт-Петербург, 195067, Российская Федерация; e-mail: elena.gord@bk.ru

Миронова Мария Роальдовна – психолог, директор психологического центра «Школа здравого смысла», Московский пр., дом 107, к. 5, Санкт-Петербург, 196084, Российская Федерация; Part-time Faculty, International Institute for Humanistic Studies. 4940 Bodega Ave, Petaluma, CA, 94052, U.S.A.

The Authors

Gordiyevskaya Elena Olegovna, PhD in Pedagogic sciences, senior researcher of the Department of Psychological and Professional Rehabilitation of Disabled of Institute of Rehabilitation and Abilitation of Disabled of Federal Scientific Center of Rehabilitation of the Disabled named after G.A. Albrecht, Bestuzhevskaya Street 50, 195067 Saint-Petersburg, Russian Federation; e-mail: elena.gord@bk.ru

Mironova Maria Roaldovna, psychologist, Director of the Psychological Center "School of Good Sense", Moscow Ave 107, Building 5, 196084, Saint-Petersburg, Russian Federation; Part-time Faculty, International Institute for Humanistic Studies, 4940 Bodega Ave, Petaluma, CA, 94052, U.S.A.