

45% россиян признались, что никогда не обращались за помощью к психологу. Еще 21% ранее проходили сессии, но приостановили их. Такие данные были получены в ходе исследования\* онлайн-сервиса по управлению здоровьем Budu в рамках запуска службы психологической помощи.

43% опрошенных прибегают к помощи специалиста в случае возникновения тревоги, стресса, эмоционального дискомфорта. 23% хотят помочь себе решить важную жизненную проблему (например, подготовиться к появлению ребенка, справиться с увольнением и так далее). Еще 20% вдохновляются примером окружающих (семьи, друзей), которые сами посещают специалиста.

В месяц большинство опрошенных тратят на занятия с психологом порядка 3-5 тыс. рублей. 27% респондентов сессии обходятся в сумму от 5 до 10 тыс. рублей. 7% россиян тратят на специалистов от 10 тыс. рублей в месяц.

Каждый десятый ищет специалистов в регионах, так как их услуги дешевле, чем в крупных городах. Остальные стараются заниматься со специалистом в рамках пакета ДМС (25%), пользуются акциями, скидками и промокодами в разных сервисах (16%). 13% пользуются бесплатной службой психологической помощи. Только 27% россиян не ищут способы экономии на занятиях с психологом.

Далеко не все готовы обращаться к специалистам для решения проблем. Среди основных причин отказа от занятий с психологом выделяются следующие: отсутствие тревожащих проблем (42%), стыд (17%), недоверие к психологам (14%) и умение самостоятельно решать свои проблемы в случае их возникновения или обострения (12%).

80% имели неудовлетворительный опыт общения со специалистами. 30% опрошенных попался специалист с сомнительным уровнем квалификации, некачественным

образованием, малым количеством часов практики или супервизии. У 23% россиян негатив от занятий с психологом был вызван сомнительной методикой работы специалиста. На 16% респондентов психолог оказывал давление, из-за чего пациент чувствовал дискомфорт. 11% столкнулись с обесцениванием своих проблем, осуждением со стороны специалиста.

Budu выводит на маркетплейс сервис дистанционных консультаций с психологами для пользователей по всей стране. Ранее услуга была доступна только застрахованным по ДМС Группы Ренессанс Страхование и Цифровой клиники Budu. Все психологи Budu являются штатными сотрудниками компании. До конца сентября стоимость одной сессии будет составлять 1500 рублей, далее – 2100 рублей за занятие с психологом. Стоимость сессии единая для всех специалистов сервиса. При этом пользователям будут предоставлены программа лояльности и различные акции. Также на маркетплейсе медицинских услуг пользователи в режиме одного окна могут приобрести и записаться на лабораторные анализы, чекапы, инструментальную диагностику и визиты к врачам.

“68% россиян имели опыт общения с психологами без должного образования. Психологи Budu являются дипломированными специалистами, прошедшими необходимые аттестации и регулярное повышение квалификации, обладающими большим опытом ведения психологической терапии. Специалисты являются сотрудниками Budu, прошедшими строгий отбор для работы с клиентами. Психологи работают с различными ментальными проблемами: отношения в семье (партнерские и детско-родительские), эмоциональное состояние (тревога, депрессия, апатия) стресс и выгорание на работе, поиск себя (самоценность и границы)”, – рассказал Джейхун Рахметов генеральный директор medtech-сервиса Budu.

Репрезентативный опрос проведен в августе 2023 года среди 1274 граждан старше 18 лет во всех федеральных округах РФ.

***Википедия страхования***