

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ЭКСПЕРТНОЙ ОЦЕНКИ

*авторской психологической технологии саморегуляции для
участников специальной военной операции (СВО), членов их семей и
граждан, затронутых событиями СВО*

проведена

Главным научным сотрудником Института психологии РАН

лаборатория социальной и экономической психологии

Александром Владимировичем Сухаревым

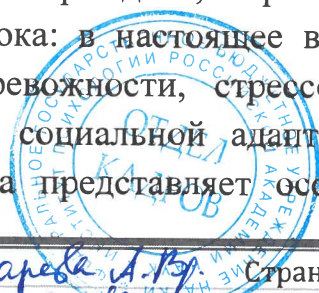
Настоящее заключение подготовлено на основании анализа представленных материалов, в которых программа описана как комплексная онлайн-технология саморегуляции, основанная на интегративном биопсихосоциальном подходе, с эмпирической апробацией и семейно-ориентированными модулями. В материале содержится описание методологии и методики, структура кейсов, эмпирические результаты 2024 и 2026 годов, а также сведения о социальной значимости, онлайн-формате и перспективах внедрения.

Экспертиза проведена в соответствии с Техническим заданием и охватывает оценку социальной и государственной значимости, научно-методической обоснованности, эмпирической результативности и доказательной базы, безопасности, этичности и профессиональных границ применения, внедренческого потенциала, а также экономической эффективности и значимости программы.

1. Оценка социальной и государственной значимости программы

Программа имеет чётко определённую целевую аудиторию: участники СВО, члены их семей (включая детей и подростков), а также граждане, затронутые событиями СВО. Актуальность проблематики высока: в настоящее время наблюдается значительная распространённость тревожности, стрессовых расстройств, семейных конфликтов и трудностей социальной адаптации среди указанных категорий населения. Программа представляет особую

 /А.В.Сухарев


Сухарева А.В.
Козарова И.С.

Страница 1

 специально отком. 18.03.2026

ценность для жителей малых городов, сельских населённых пунктов, деревень и военных городков, где доступ к квалифицированной очной психологической помощи существенно ограничен.

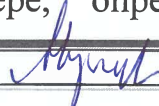
Программа соответствует приоритетным задачам государственной политики: укреплению института семьи, профилактике социальной дезадаптации и оказанию поддержки гражданам, находящимся в трудной жизненной ситуации. Её содержание и направленность соотносятся с Указом Президента РФ № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» и Стратегией реализации молодёжной политики в Российской Федерации на период до 2030 года, включая направления работы с молодыми семьями, лицами, прошедшими военную службу, и обеспечение преемственности традиционных ценностей между поколениями.

Программа обладает высокой социальной значимостью, отвечает актуальному государственному и общественному запросу на доступные формы психологической поддержки участников СВО, членов их семей и граждан, затронутых травматическим опытом СВО, и может рассматриваться как реальный и эффективный инструмент профилактической и реабилитационной работы.

2. Оценка научно-методической обоснованности программы

Методология программы опирается на признанные в современной психологии подходы и образует целостную, внутренне непротиворечивую методологическую конструкцию. Заявленные цели, используемые методы и упражнения (медитативные практики, аффирмации, сказкотерапия, арт-терапия, ведение дневников саморегуляции), целевые группы и ожидаемые результаты логично взаимосвязаны между собой. Программа соответствует интегративному биопсихосоциальному подходу, что обеспечивает комплексное воздействие на эмоциональную, когнитивную и поведенческую сферы участников.

Применение указанных методов обосновано в рамках задач психопросвещения и формирования навыков эмоциональной саморегуляции. Структура кейсов для взрослых, родителей, детей и подростков построена с учётом возрастных особенностей и логически последовательна. Программа полностью согласована с задачами деятельности психолога в социальной сфере, определёнными Профессиональным стандартом «Психолог в

 /А.В.Сухарев

ИЗЧУДО ПОДПИСЬ

ЗАВЕРЯЮ:

Сухарева А.В.
Казарова М.С.

должность: специалист отдела кадров 11.01.2026

социальной сфере», утвержденным приказом Минтруда России № 716н от 14 сентября 2023 года (психопросвещение, профилактика психологического неблагополучия, социально-психологическое сопровождение, поддержка семей и лиц в трудной жизненной ситуации).

Методологическая конструкция программы является надежной и валидной, целостной, внутренне согласованной и может быть отнесена к комплексным технологиям социально-психологической поддержки, психопросвещения и формирования навыков эмоциональной саморегуляции.

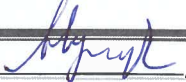
3. Оценка эмпирической результативности и доказательной базы

В представленных материалах содержатся данные, полученные «до» и «после» прохождения программы в рамках двух этапов оценки: пилотного исследования 2024 года и анкетного опроса 2026 года. Применялись стандартизированные психодиагностические методики. Объем и структура выборки участников достаточны для пилотной апробации. Зафиксирована выраженная положительная динамика психоэмоционального состояния: снижение уровня тревожности и депрессивных проявлений, улучшение общего эмоционального фона, рост уверенности участников в способности самостоятельно решать возникающие психологические трудности.

Проведена повторная оценка через анкетирование. Результаты демонстрируют воспроизводимость положительных изменений на различных кейсах программы. Выводы сформулированы корректно и взвешенно, без чрезмерных обещаний «лечения» или гарантированного результата. Имеются подтверждения практической эффективности технологии, включая изменения психологических параметров, регистрируемые с помощью инструментальных методов исследования, а также оценки реальных позитивных изменений в жизни участников.

Представленные эмпирические данные свидетельствуют о выраженной положительной динамике психоэмоционального состояния участников и позволяют рассматривать программу как эффективную технологию для дальнейшей независимой апробации, межрегионального пилотирования и последующего масштабирования.

4. Оценка безопасности, этичности и профессиональных границ применения

 /А.В.Сухарев

ЗАТВЕРЖДЕНО

ЗАВЕРЯЮ:

ДОЛЖНОСТЬ

Сухарева А.В.
Козарова И.С.
Евдокимова О.А.
17.01.2026

Страница 3

Программа обеспечивает соблюдение ключевых этических и профессиональных требований: добровольность участия, получение информированного согласия, конфиденциальность и надлежащую работу с персональными данными. Материалы адаптированы с учётом возраста для детей и подростков; при работе с несовершеннолетними предусмотрено обязательное родительское согласие.

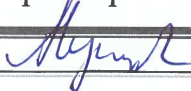
Чётко обозначены профессиональные границы и ограничения программы: она позиционируется исключительно как дополнительная социально-психологическая поддержка и не заменяет медицинскую, психиатрическую или специализированную психотерапевтическую помощь. Предусмотрен прозрачный алгоритм маршрутизации участников с тяжёлой депрессией, суицидальным риском, психотическими расстройствами, зависимостями, выраженной социальной дезадаптацией или острым кризисным состоянием к профильным медицинским и психологическим специалистам.

Программа может быть признана безопасной для применения в формате дополнительной социально-психологической поддержки при условии соблюдения этических требований, добровольности участия, конфиденциальности, возрастной адаптации материалов и обязательной маршрутизации лиц с выраженными клиническими рисками к профильным специалистам.

5. Оценка внедренческого потенциала

Программа обладает высоким внедренческим потенциалом. Доступный онлайн-формат, бесплатность и возможность самостоятельного прохождения обеспечивают широкую географическую доступность, в том числе в отдалённых и малонаселённых территориях с дефицитом очной психологической помощи. Наличие специализированных кейсов для взрослых, родителей, детей и подростков, а также семейно-ориентированная структура позволяют интегрировать программу в систему поддержки семей участников СВО, образовательные, молодёжные и социальные проекты.

Программа имеет значительный потенциал профилактики семейных конфликтов, разводов, нарушений детско-родительских отношений, эмоционального выгорания и социальной дезадаптации. Реализуема в формате межрегионального пилотного внедрения с возможностью последующего мониторинга эффективности. Семейно-ориентированный характер технологии напрямую способствует укреплению семьи,

 /А.В.Сухарев

ИЗЧУД ПОДПИСАТЬ

ЗАВЕРЯЮ:

Сухарева А.В.
Назарова М.С.

Страница 4

должность: специалист отдела кадров 11.01.2026

гармонизации детско-родительских отношений, восстановлению внутрисемейной коммуникации и формированию психологической устойчивости членов семьи в условиях последствий травматического опыта СВО.

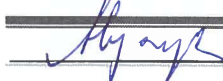
Программа обладает высоким внедренческим потенциалом, может быть масштабирована в онлайн-формате и использована как дополнительный инструмент социально-психологической поддержки для участников СВО, членов их семей и граждан, затронутых событиями СВО. Семейно-ориентированная структура программы способствует укреплению семьи, гармонизации детско-родительских отношений и профилактике негативных социальных последствий.

6. Оценка экономической эффективности и значимости программы

Программа обладает высоким экономическим потенциалом, обусловленным её онлайн-форматом, бесплатностью для пользователей и способностью к масштабированию при минимальных предельных затратах. В условиях дефицита квалифицированных психологов в государственной системе здравоохранения и социальной сферы (по данным на 2026 год, обеспеченность составляет около 4–12 специалистов на 100 тыс. населения при высокой потребности, особенно среди участников СВО и членов их семей) программа позволяет существенно разгрузить штатных специалистов, чьи услуги финансируются из средств федерального и регионального бюджетов, а также системы ОМС.

Эмпирически подтверждённое снижение уровня тревожности, депрессивных проявлений и улучшение навыков саморегуляции у участников программы ведёт к сокращению потребности в очных консультациях медицинских психологов и психотерапевтов. Учитывая, что одна консультация в государственной системе, хотя и бесплатна для пациента, требует затрат рабочего времени специалиста (средняя зарплата психолога в госучреждениях — 50–80 тыс. руб. в месяц), а в коммерческом сегменте эквивалентная услуга стоит 3–7 тыс. руб. за сеанс, предотвращение даже 2–4 обращений на одного участника программы генерирует значительную экономию бюджетных средств и высвобождает ресурсы для лиц с более тяжёлыми расстройствами.

Дополнительный экономический эффект достигается за счёт профилактики эскалации психологических проблем в клинические состояния, требующие

 / А.В. Сухарев

ЛИЧНУЮ ПОДПИСЬ

ЗАВЕРЯЮ:

Сухарев А.В.
Козаров М.С.
специалист отдела кадров
14.08.2024

Страница 5

дорогостоящей психиатрической помощи, госпитализации или длительной фармакотерапии; снижения потерь от временной нетрудоспособности, эмоционального выгорания и снижения производительности труда среди участников СВО и членов их семей; укрепления семейных отношений и профилактики разводов, что уменьшает нагрузку на систему социальной защиты и программы поддержки неполных семей; возможности самостоятельного использования в отдалённых территориях, где очная помощь недоступна или требует значительных транспортных и временных затрат.

При масштабировании программы на десятки тысяч пользователей ежегодный экономический эффект от разгрузки государственных психологов и предотвращения более интенсивных вмешательств может исчисляться сотнями миллионов рублей при относительно низких затратах на поддержание и развитие онлайн-платформы. Программа демонстрирует высокую рентабельность инвестиций в социально-психологическую поддержку и может рассматриваться как эффективный инструмент оптимизации бюджетных расходов в сфере охраны психического здоровья и социальной адаптации граждан, затронутых событиями СВО.

Программа имеет высокую экономическую значимость, способствует повышению эффективности использования государственных ресурсов, выделяемых на психологическую помощь, и рекомендуется к учёту при планировании межрегиональной пилотной апробации.

ИТОГОВОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании проведённой экспертной оценки по всем установленным критериям — социальной и государственной значимости, научно-методической обоснованности, эмпирической результативности и доказательной базы, безопасности, этичности и профессиональных границ применения, внедренческого потенциала, а также экономической эффективности и значимости — можно констатировать, что авторская психологическая технология саморегуляции соответствует высоким требованиям, предъявляемым к современным программам социально-психологической поддержки участников СВО, членов их семей и граждан, затронутых событиями СВО.

Программа рекомендуется к межрегиональной пилотной апробации и последующему рассмотрению вопроса о масштабировании в системе

А.В. Сухарев

/А.В. Сухарев

ЛИЧНУЮ ПОДПИСЬ

Сухарев А.В.

ЗАВЕРЯЮ:

Козарова Н.С.

ДОЛЖНОСТЬ

специалист отдела кадров

Страница 6

17.04.2026

социально-психологической поддержки участников СВО, членов их семей и граждан, затронутых событиями СВО.

Эксперт: Сухарев Александр Владимирович, главный научный сотрудник

Дата: «26» июня 2026 г.

Место проведения экспертизы: Лаборатория социальной и экономической психологии, Институт психологии РАН

доктор психологических наук,
профессор, гл. научный сотрудник
Института психологии РАН.

 / А.В.Сухарев

Личную подпись

Заверяю:

должность

Сухарева А.В.

Козарова И.С.

специалист отдела кадров

17.07.2026



 / А.В.Сухарев

Личную подпись

Заверяю:

должность

Сухарева А.В.

Козарова И.С.

специалист отдела кадров

Страница 7

17.07.2026