



федеральное государственное бюджетное учреждение
РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

«24» апреля 2025 г.

Москва

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

на цифровой инструмент «Мой компас»

(оценка состояния детей и взрослых,
пострадавших в результате боевых действий)

Федерального координационного центра по обеспечению развития

психолого-педагогической помощи в системе образования

Российской Федерации ФГБОУ ВО МГППУ

полное наименование образовательной организации,

Федеральным государственным бюджетным учреждением

«Российская академия образования»

полное наименование экспертной организации

В условиях текущей внешнеполитической ситуации отмечается значительный рост потребности в психологической помощи среди населения Российской Федерации, особенно у граждан, пострадавших в результате боевых действий. Эффективность психологической помощи напрямую зависит от ее адресности, что, в свою очередь, требует проведения качественной психодиагностики. В этой связи особое значение принимают методики, направленные на определение психоэмоционального состояния детей и взрослых, пострадавших в результате боевых действий.

Таким современным инструментом является чат-бот «Мой компас», разработанный сотрудниками Федерального координационного центра по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе образования Российской Федерации федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Московский государственный психолого-педагогический университет» и автономной

некоммерческой организации «Центр по разработке и внедрению цифровых технологий и программ реабилитации «Без Ограничений».

Описание инструмента. Данный инструмент доступен на популярных онлайн-платформах (Телеграм, ВКонтакте), где предлагает пользователям интерактивный формат взаимодействия с элементами игрофикации. Использование чат-бота не предусматривает процедуру регистрации или иных действий по получению доступа к ресурсу. Данный цифровой психодиагностический инструмент позволяет пользователям самостоятельно оценивать свое состояние и определять необходимость в психологической самопомощи или обращении к специалисту психологической службы. Он содержит систему интерпретации результатов, видеоматериалы, а также информацию о доступной психологической помощи на территории проживания пользователя.

Важной характеристикой инструмента является наличие двух версий: детской (для пользователей в возрасте от 10 до 18 лет) и взрослой (мужская и женская версии). Каждая версия разработана с учетом возрастных особенностей целевой аудитории, что свидетельствует о продуманном подходе к созданию ресурса.

Версия для несовершеннолетних ориентирована на использование скринингового инструмента для оценки дезадаптации и ресурсов совладания со стрессом. Процесс диагностики осуществляется в формате диалога с виртуальным психологом, который повышает вовлеченность ребенка благодаря интерактивному подходу. Обработка результатов осуществляется в режиме реального времени, а рекомендации по самопомощи и информация о службах психологической помощи предоставляются в доступном для детей формате.

Версия для взрослых включает более сложные аспекты оценки травматического опыта с применением трех валидизированных психодиагностических методик: шкалы посттравматической симптоматики (PSS-SR), опросника посттравматического роста (PTGI) и краткой шкалы резилентности (BRS). Диагностический процесс также выполняется в диалоговом формате, включающем видеокomentarии и текстовые интерпретации, что усиливает доступность и восприятие результатов.

Эффективность применения чат-бота обеспечивается следующими его характеристиками:

1. Интерактивный формат взаимодействия, реализуемый диалоговой системой с игровыми элементами, повышает заинтересованность пользователей в процессе самодиагностики.

2. Оперативное информационное сопровождение, обеспечиваемое системой моментальной обратной связи, которая позволяет пользователям незамедлительно получать результаты диагностики.

3. Мультиформатное информационное наполнение, представленное адаптированными видеоматериалами на всех этапах взаимодействия, что создает эффект личного общения с психологом.

4. Применение надежных валидизированных психодиагностических инструментов и их профессиональная цифровизация, отвечающая современным исследовательским задачам.

5. Двухуровневая возрастная адаптация цифрового инструмента, обеспечивающая индивидуализированный подход к пользователям.

Представленные характеристики цифрового инструмента самодиагностики демонстрируют комплексный подход к психологической поддержке пользователей. Интерактивный формат взаимодействия с элементами геймификации, система мгновенной обратной связи и мультиформатное информационное наполнение создают комфортную цифровую среду для самодиагностики и психологической работы. Особую ценность представляет сочетание проверенных психодиагностических инструментов с современными цифровыми технологиями, что обеспечивает достоверность результатов и их практическую значимость. Двухуровневая возрастная адаптация позволяет учитывать индивидуальные особенности пользователей, делая инструмент персонализированным и более эффективным.

Практическая значимость чат-бота «Мой компас» определяется его многофункциональностью и ориентацией на реальные потребности пользователей. Ключевым преимуществом является интеграция практических инструментов психологической самопомощи, которые позволяют пользователям активно работать над улучшением своего психоэмоционального состояния. Важное значение представляет собой система информационного сопровождения, включающая актуальные данные о региональных службах психологической помощи. Это создает своеобразный мост между первичной самодиагностикой и возможностью получения профессиональной поддержки, что существенно повышает эффективность всего комплекса психологической помощи.

Следовательно, чат-бот «Мой компас» выступает как полноценная платформа для оказания психологической помощи, что значительно расширяет его практическое применение и повышает социальную значимость проекта.

Рекомендации по развитию и совершенствованию цифрового инструмента. Несмотря на очевидные функциональные достоинства цифрового инструмента чат-бот «Мой компас» и общий вывод о возможности его использования для решения проблем доступности психологической помощи,

полагаем, что разработчикам необходимо продолжать работу по его совершенствованию. С этой целью на наш взгляд необходимо:

1. Провести исследования, позволяющие:

а. определить пороговые значения, необходимые для назначения тех или иных рекомендаций по самопомощи для детей, подростков и взрослых;

б. определить пороговые значения для назначения тех или иных рекомендаций по самопомощи для взрослых;

в. оценить эффективность предлагаемых авторами рекомендаций по самопомощи для детей, подростков и взрослых.

2. Обеспечить регулярность обновления базы данных региональных служб поддержки.

3. Разработать методические рекомендации для специалистов, позволяющие снять возможные сложности интеграции функционала чат-бота в практическую деятельность психологов-консультантов.

4. Дополнить функционал чат-бота:

а. Возможностями получения уведомлений о необходимости повторной диагностики;

б. Возможностью интеграции его с другими психологическими сервисами.

Реализация указанных выше рекомендаций позволит повысить эффективность и удобство использования чат-бота, а также на расширит его функциональные возможности в будущем, позволит сделать инструмент более совершенным и максимально соответствующим потребностям пользователей.

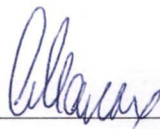
Результат проведенной экспертизы. Чат-бот «Мой компас» представляет собой значимый ресурс в области психодиагностики и психоэмоциональной поддержки населения, пострадавшего в результате боевых действий. Он сочетает в себе научную основу, современные цифровые достижения, практическую направленность и адаптивный подход, что делает его эффективным психодиагностическим инструментом, включающим элементы самопомощи.

С учетом высказанных рекомендаций по развитию и совершенствованию цифрового инструмента чат-бота «Мой компас», полагаем возможным рекомендовать его внедрение в систему оказания психолого-педагогической помощи населению.

Эксперты Российской академии образования:

Академик Российской академии
образования, доктор
психологических науки,
профессор, академик-секретарь

отделения психологии и
возрастной физиологии
Российской академии образования



С.Б. Малых

Кандидат социологических наук,
доцент, руководитель Центра
экспертизы в образовании
Российской академии образования



Д.А. Метелкин