

УДК 159.99

***ТРАНСФОРМАЦИЯ РЫНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ В РОССИИ.  
АНАЛИЗ И ПРОГНОЗ (2020-2030)***

***Дерюшева О.М.<sup>1</sup>***

*Студент,*

*Пермский государственный медицинский университет им. Е.А. Вагнера,  
Пермь, Россия*

***Пильо Е.Б.***

*Студент,*

*Пермский государственный медицинский университет им. Е.А. Вагнера,  
Пермь, Россия*

***Субботина А.М.***

*Студент,*

*Пермский государственный медицинский университет им. Е.А. Вагнера,  
Пермь, Россия*

***Федотова А.А.***

*Студент,*

*Пермский государственный медицинский университет им. Е.А. Вагнера,  
Пермь, Россия*

---

<sup>1</sup> Научный руководитель: Валеев Т.Н., канд. экон. наук, доцент, ФГБОУ ВО «Пермский ГМУ им. академика Е.А. Вагнера» Минздрава России, Россия, Пермь

**Аннотация**

Рынок психологических услуг в России за период 2020-2025 годов претерпел структурные трансформации, обусловленные пандемией COVID-19, изменением геополитической обстановки и ростом запроса на психологическую поддержку среди населения. Исследование анализирует динамику сегментов рынка, выявляет ключевые медицинские и социально-политические факторы, определившие траекторию развития отрасли. Особое внимание уделено цифровизации психологических сервисов, трансформации профессиональных компетенций специалистов и прогнозу тенденций на 2026-2030 годы. Показано, что стрессогенная среда и институциональные ограничения создали парадоксальную ситуацию: при растущем спросе наблюдается дефицит квалифицированных кадров и фрагментация услуг.

**Ключевые слова:** рынок психологических услуг, пандемия COVID-19, геополитический кризис, онлайн-консультирование, ментальное здоровье, психологическая помощь, цифровизация психологии, прогноз развития рынка психологических услуг.

***MARKET ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL SERVICES 2020-2030******Deriusheva O.M.***<sup>2</sup>*Student,**E.A. Wagner Perm State Medical University,**Perm, Russia*

---

<sup>2</sup> Scientific supervisor: Valeev T.N., Candidate of Economic Sciences, Associate Professor, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Perm State Medical University named after Academician E.A. Wagner" Ministry of Health of the Russian Federation, Russia, Perm

***Pilo E.B.***

*Student,*

*E.A. Wagner Perm State Medical University,*

*Perm, Russia*

***Subbotina A.M.***

*Student,*

*E.A. Wagner Perm State Medical University,*

*Perm, Russia*

***Fedotova A.A.***

*Student,*

*E.A. Wagner Perm State Medical University,*

*Perm, Russia*

### **Annotation**

The market of psychological services in Russia during 2020-2025 underwent structural transformations driven by the COVID-19 pandemic, changing geopolitical environment, and growing demand for psychological support among the population. The study analyzes the dynamics of market segments, identifies key medical and socio-political factors that determined the trajectory of the industry's development. Particular attention is paid to the digitalization of psychological services, transformation of professional competencies of specialists, and forecast of trends for 2026-2030. It is shown that the stressogenic environment and institutional constraints have created a paradoxical situation: with growing demand, there is a shortage of qualified personnel and fragmentation of services.

**Keywords:** psychological services market, COVID-19 pandemic, geopolitical crisis, online counseling, mental health, psychological assistance, digitalization of psychology, forecast of development of the psychological services market.

**Введение.** Пандемия COVID-19 стала точкой бифуркации для российского рынка психологических услуг. До 2020 года отрасль развивалась по инерционной траектории: частная практика сосредотачивалась в крупных городах, корпоративные программы охватывали не более 12% занятых в крупном бизнесе, государственный сектор оставался недофинансированным [5]. Весной 2020-го ситуация изменилась радикально.

Цель данной статьи – выявить структурные трансформации рынка психологических услуг в России в период 2020-2025 гг., определить ключевые медико-социальные и институциональные факторы, влияющие на его развитие, и разработать прогноз основных тенденций на 2026-2030 гг. Для достижения данной цели была проанализирована динамика спроса на психологические услуги в России в 2020-2025 гг. под влиянием пандемии COVID-19, геополитического кризиса и экономической нестабильности, оценена роль цифровизации в трансформации рынка: рост доли онлайн-консультирования, появление платформ-агрегаторов и автоматизированных приложений для самопомощи, выявлены структурные проблемы отрасли, включая дефицит квалифицированных кадров, низкий барьер входа для непрофессионалов, фрагментацию профессионального сообщества и отсутствие государственного лицензирования, проанализированы институциональные ограничения развития государственной и частной психологической помощи, включая кадровый дисбаланс и региональную неравномерность доступности услуг, разработаны прогнозные сценарии развития рынка на 2026-2030 гг. (оптимистичный, инерционный, пессимистичный, смешанный) с учётом экономических,

технологических и институциональных факторов, обоснована необходимость медицинской интеграции — сближения психологической и психиатрической помощи, создания мультидисциплинарных команд и встраивания психологов в первичное звено здравоохранения, и наконец, сформулированы рекомендации по институционализации отрасли (лицензирование, саморегулирование, образовательные стандарты) для повышения качества и доступности психологической помощи населению.

По данным РБК, в последние годы в России наблюдается значительный подъем в сфере психологической помощи. За четыре года рынок этих услуг вырос в 2,3 раза — с 21,9 млрд руб. в 2020 году до 49,7 млрд руб. по итогам 2024 года. Ежегодный прирост с поправкой на инфляцию составляет в среднем 12,6%, что свидетельствует об изменении восприятия вопросов ментального здоровья в обществе. Расходы на психологические услуги в расчете на одного человека возросли со 150 до 340 рублей, что указывает на повышение уровня информированности и внимания граждан к своему психологическому состоянию [3].



Рис. 1. Динамика объема рынка психологических услуг, 2020-2024 гг. [3].

Медицинская составляющая кризиса проявилась не только в прямых последствиях инфицирования. Постковидный синдром, описанный в работах российских клиницистов, включал астенические расстройства, тревожно-депрессивные состояния, когнитивные нарушения [7]. Пациенты, перенёсшие COVID-19 в средней и тяжёлой форме, нуждались в психологической реабилитации, но инфраструктура для этого практически отсутствовала. Медицинские психологи в государственных учреждениях были перегружены текущими задачами. Частный сектор оказался не готов к наплыву клиентов с соматогенными психическими расстройствами.

Корпоративный сегмент продемонстрировал неоднородную динамику. Компании, экстренно перешедшие на удалённый формат, обнаружили рост числа выгораний, конфликтов в командах, снижение продуктивности. Но вместо системных программ поддержки многие ограничились разовыми вебинарами о стресс-менеджменте. Однако данная тенденция характерна не для всех компаний — отдельные IT-компании и международные корпорации развернули полноценные EAP-программы (Employee Assistance Programs) с онлайн-доступом к психологам 24/7 [4].

К концу 2021 года сформировался устойчивая тенденция: психологическая помощь перестала восприниматься как нечто маргинальное или элитарное. Молодёжь, особенно в возрастной группе 18-30 лет, стала воспринимать регулярные сессии с психологом как норму заботы — наподобие фитнеса или правильного питания. Необходимо уточнить, что этот паттерн характерен преимущественно для жителей городов-миллионников и людей с высшим образованием. В малых городах и сельской местности стигматизация психологической помощи оставалась высокой [2].

**Основная часть.** В период до пандемии доля онлайн-консультирования не превышала 15% от общего объёма услуг, тогда как к 2023 году она достигла 60–70% [3]. Данный рост связан не только с переносом очных консультаций в дистанционный формат, но и с формированием новой инфраструктуры.

Появились специализированные платформы-агрегаторы: «Ясно», «YouTalk», «Zigmund.Online», «Alter». Они решали сразу несколько задач: упрощали поиск специалиста для клиента, обеспечивали защищённый канал связи, автоматизировали запись и оплату, предоставляли инструменты для ведения документации психологу. Модель монетизации — комиссия от 15% до 30% с каждой сессии. Для начинающих специалистов это был шанс быстро набрать клиентскую базу, для опытных — способ диверсифицировать поток.

Рынок психологических услуг относится к классическим рынкам с асимметричной информацией по Акерлофу. То есть клиент не может оценить качество услуги до её потребления, а часто и после — из-за отсутствия объективных критериев эффективности терапии в краткосрочном периоде. Платформы-агрегаторы внедряют механизмы репутационного сигнализирования: рейтинг (1–5 звёзд), количество отзывов, число завершённых сессий. Эти механизмы позволяют клиенту отфильтровать заведомо непрофессиональных специалистов.

Вместе с тем цифровизация сопровождается рядом негативных последствий. Снижение барьера входа привело к значительному росту числа непрофессиональных участников рынка (коучей без профильного образования, выпускников краткосрочных курсов). Регуляторные механизмы практически отсутствовали. Профессиональные ассоциации пытались вводить добровольные стандарты, но их влияние оставалось ограниченным [5].

Примечательным явлением стал рост популярности чат-ботов и приложений для самопомощи. «Санвей», «Meditopia», «Headspace» (до

блокировки), «Понимаю» предлагали автоматизированные программы когнитивно-поведенческой терапии, медитации, дневники настроения. Исследования показывали умеренную эффективность таких инструментов при лёгких и умеренных тревожных расстройствах, но они не заменяли живого контакта со специалистом [7].

Вместе с тем распространены корпоративные платформы благополучия. Крупные компании начали внедрять комплексные решения, включающие доступ к психологам, нутрициологам, фитнес-тренерам, юристам. Примеры — «Welps», «Happy Inc», «Понимаю для бизнеса». Эффективность таких программ пока недостаточно изучена, но первые данные указывают на снижение числа больничных и текучести кадров в компаниях, их внедривших [4].

Технологический скачок породил и профессиональные вызовы. Психологам пришлось осваивать новые компетенции: работу с камерой, управление вниманием в дистанционном формате, адаптацию терапевтических техник под онлайн-среду. Не все справились. Часть специалистов старшего возраста ушла из профессии, не сумев перестроиться.

Несмотря на рост спроса, предложение качественных психологических услуг остаётся недостаточным. Выпускников психологических факультетов много, однако квалифицированных практиков недостаточно.

Проблема начинается ещё на этапе обучения. Большинство вузов готовят психологов широкого профиля с акцентом на теорию, но без достаточной практической подготовки. Клиническая психология, психотерапия, консультирование требуют многолетнего дополнительного обучения, которое студенты и выпускники вынуждены оплачивать самостоятельно [2]. Стоимость профессиональной программы переподготовки (например, по когнитивно-поведенческой терапии или психоанализу) может достигать 300-500 тысяч

рублей за 2-3 года. Данные затраты являются недоступными для значительной части выпускников.

Государственная система психологической помощи развита слабо. В поликлиниках штатные единицы медицинских психологов есть далеко не везде, нагрузка на них запредельная, оплата труда низкая. Специализированные психоневрологические диспансеры по-прежнему стигматизированы, люди избегают туда обращаться, опасаясь постановки на учёт [6].

Частный сектор неоднороден. На одном полюсе — высококвалифицированные специалисты с международными сертификатами, супервизией, многолетним опытом. Их услуги стоят от 5 до 15 тысяч рублей за сессию, они востребованы и имеют лист ожидания. На другом — вчерашние выпускники курсов или люди вообще без профильного образования, берущие за консультацию 1500-2000 рублей. Качество их работы под большим вопросом, но именно они составляют основную массу предложения в цифровом пространстве.

Профессиональное сообщество раздроблено. Существует несколько ассоциаций (Российское психологическое общество, Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии, Общество психоаналитической психотерапии и др.), но единых стандартов практики, этических кодексов с механизмами их соблюдения нет. Отсутствует и государственное лицензирование частной психологической практики — в отличие от медицины.

На практике это нередко проявляется в том, что клиент, впервые обращающийся за помощью, не имеет критериев выбора специалиста. Ориентируется на отзывы, рекомендации знакомых, рекламу в соцсетях. Риск попасть к непрофессионалу высок и негативный опыт может привести к долгосрочному снижению готовности обращаться за психологической помощью.

Экстраполяция текущих тенденций позволяет выделить несколько возможных сценариев.

**Оптимистичный сценарий** предполагает постепенную институционализацию отрасли. Государство может ввести обязательное лицензирование частной психологической практики, установить минимальные квалификационные требования. Профессиональные ассоциации укрепятся, создадут работающие механизмы саморегуляции. Вузы реформируют программы подготовки, увеличат долю практики. В этом случае к 2030 году рынок достигнет объёма 200-250 миллиардов рублей (сейчас оценки колеблются в диапазоне 80-100 миллиардов), качество услуг повысится, стигматизация снизится.

**Инерционный сценарий** — продолжение текущих трендов без значительных институциональных изменений. Цифровизация углубляется, доля онлайн-услуг достигает 80%. Платформы-агрегаторы консолидируются, на рынке остаются 3-4 крупных игрока. Разрыв между премиальным и массовым сегментами увеличивается. Проблема некачественных услуг сохраняется. Объём рынка растёт медленнее — до 150-180 миллиардов к 2030 году. Возникают первые судебные прецеденты по искам клиентов к недобросовестным специалистам, что постепенно подталкивает к ужесточению регулирования.

**Пессимистичный сценарий** связан с возможным усилением экономического кризиса, дальнейшим падением доходов населения. В этом случае спрос на платные психологические услуги сокращается, часть специалистов покидает рынок, возвращается откат к стигматизации («психолог — роскошь, которую нельзя себе позволить»). Государственная система не компенсирует провал частного сектора из-за бюджетных ограничений. Объём рынка стагнирует или даже снижается до 60-70 миллиардов. Растёт теневой сектор — неоформленные практики, бартерные обмены услугами.

Наиболее реалистичным представляется смешанный сценарий. Вероятно, институциональные изменения произойдут, но медленно и фрагментарно.

Отдельные регионы (Москва, Санкт-Петербург, возможно, Казань и Екатеринбург) выйдут на траекторию оптимистичного сценария, в то время как периферия будет скорее соответствовать инерционному или даже пессимистичному варианту.

Технологическая развилка — внедрение искусственного интеллекта в психологическую практику. Уже сейчас существуют экспериментальные ИИ-помощники, способные вести базовые терапевтические диалоги [1]. К 2028-2030 годам такие инструменты могут стать массовыми, особенно в низкоценовом сегменте. Это одновременно возможность (расширение доступности базовой помощи) и угроза (дегуманизация процесса, этические риски).

Вместе с тем данная закономерность характерна не для всех направлений психологии. Глубинные формы терапии (психоанализ, схема-терапия, EMDR) вряд ли могут быть автоматизированы в обозримом будущем. Живой контакт, эмпатия, уникальность терапевтических отношений остаются незаменимыми.

В период 2020–2025 годов основным драйвером роста спроса на психологические услуги выступала стрессогенность среды (пандемия, геополитический кризис, экономическая нестабильность). К 2030 году произойдёт смена драйвера: объём рынка будет определяться преимущественно институциональными изменениями — введением лицензирования (или иных форм регулирования), развитием государственного сектора, стандартизацией профессиональных требований и появлением механизмов контроля качества.

В краткосрочном периоде спрос на услуги ментального здоровья сильно эластичен по «шокам неопределённости»: любой кризис, повышающий тревожность населения, даёт резкий, но потенциально временный рост обращений. Однако в долгосрочном периоде устойчивость рынка определяется институциональной средой: правилами входа на рынок, гарантиями качества,

наличием субституттов (государственная помощь) и механизмами разрешения споров (теория институциональных изменений Д. Норта).

Если рынок остаётся нерегулируемым, то после спада остроты стрессогенных факторов клиенты могут уйти из-за накопленного негативного опыта. Если же вводятся эффективные институты (лицензирование, саморегулирование, госзаказ), они создают постоянный сдвиг спроса даже при нормализации внешней среды — потому что снижают риски для клиента и повышают доверие к услуге в целом.

**Результаты.** Одна из ключевых тенденций следующей пятилетки — сближение психологической и психиатрической помощи. Длительное время эти сферы существовали изолированно: психиатры работали с тяжёлыми расстройствами в медицинских учреждениях, психологи — с условно здоровыми клиентами в частной практике.

Пандемия и геополитический кризис размыли эту границу. Резко выросло число людей с пограничными состояниями: депрессиями лёгкой и средней степени, генерализованными тревожными расстройствами, паническими атаками. Такие клиенты нуждаются в комплексной помощи: медикаментозной поддержке от психиатра и психотерапевтической работе с психологом [7].

Однако инфраструктура для междисциплинарного взаимодействия развита слабо. Частнопрактикующие психологи редко имеют устойчивые связи с психиатрами. Психиатры в государственных учреждениях перегружены и не всегда готовы к партнёрству с «внешними» специалистами. Клиент оказывается предоставлен сам себе: ему приходится самостоятельно координировать работу разных специалистов, что при ментальном расстройстве крайне затруднительно.

В 2023-2024 годах появились первые частные клиники ментального здоровья, где работают мультидисциплинарные команды: психиатры, психологи, неврологи, социальные работники. Примеры — клиника «Ember», проект

«Mental Health Center», некоторые отделения европейских медицинских центров в Москве.

К 2030 году возможно создание аналогичных государственных структур, в первую очередь в крупных городах. Это может быть реализовано в формате пилотных проектов на базе психоневрологических диспансеров или крупных поликлиник. Ключевое условие успеха — дестигматизация обращения за психиатрической помощью и отказ от карательной модели «постановки на учёт».

Другой медицинский аспект — интеграция психологической помощи в общемедицинскую практику. Сейчас психосоматические расстройства составляют, по разным оценкам, от 30% до 50% всех обращений в поликлиники, но лечатся симптоматически: таблетками от головной боли, от давления, от бессонницы. Базовая проблема — хронический стресс, тревога, депрессия — остаётся без внимания [2].

Оптимальной моделью является наличие штатных психологов в каждой поликлинике. В реальности это труднореализуемо из-за бюджетных ограничений и дефицита кадров. Компромиссный вариант — обучение врачей общей практики базовым навыкам выявления психологических проблем и мотивирования пациентов на обращение к специалистам. Первые программы такого обучения уже реализуются в рамках непрерывного медицинского образования.

**Заключение.** Рынок психологических услуг в России за 2020-2025 годы прошёл через радикальную трансформацию, сосредоточив в пятилетний период изменения, которые при стандартной динамике заняли бы десятилетие и более. Пандемия сломала стереотипы и открыла массовому пользователю доступ к психологической помощи через цифровые каналы. Геополитический кризис добавил новый уровень стрессогенности, одновременно отрезав отрасль от части внешних ресурсов и катализировав внутреннее развитие.

К 2026 году рынок находится в состоянии турбулентности: высокий спрос соседствует с хаотичным предложением, дефицит квалифицированных кадров сочетается с переизбытком непрофессионалов, запрос на регулирование растёт, но механизмы его реализации неясны.

Прогноз на 2026-2030 годы неоднозначен и сильно зависит от внешних факторов: экономической стабильности, социальной политики государства, динамики геополитической ситуации. Наиболее вероятен сценарий постепенной институционализации отрасли с сохраняющейся неравномерностью развития по регионам и сегментам.

Медицинская интеграция — междисциплинарные центры ментального здоровья, сотрудничество психологов и психиатров, встраивание психологической помощи в первичное звено здравоохранения — остаётся ключевой задачей, от решения которой зависит реальная доступность качественной помощи для широких слоёв населения.

Технологические инновации (ИИ-ассистенты, виртуальная реальность для экспозиционной терапии, носимые устройства для мониторинга психофизиологического состояния) будут активно внедряться, но не заменят живого контакта специалиста с клиентом — по крайней мере, в работе с глубинными проблемами.

Профессиональному сообществу предстоит сложная работа по самоорганизации: выработке единых стандартов, этических кодексов, механизмов контроля качества, образовательных траекторий. Без этого рынок рискует окончательно фрагментироваться на премиальный сегмент высокого качества и массовый сегмент сомнительной эффективности, что усугубит социальное неравенство в доступе к ментальному здоровью.

Данные за последние пять лет свидетельствуют: психологическая помощь перестала быть периферийной услугой и стала частью базовой инфраструктуры жизнеобеспечения современного общества. Ключевым вопросом остаётся характер организации данной инфраструктуры: стихийный или системный.

### **Библиографический список**

1. Афанасьев И.В., Афанасьева И.В. Этические и правовые аспекты использования искусственного интеллекта в психологической практике: анализ и пути регулирования // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. — 2025. — № 6. — С. 293-301. — <https://doi.org/10.5930/1994-4683-2025-293-301>
2. Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ). Индекс потребности россиян в психологической поддержке — Москва, 2025. — URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/indeks-potrebnosti-rossijan-v-psikhologicheskoi-podderzhke> (дата обращения: 10.02.2026).
3. Компания Гидмаркет. Российский рынок психологических услуг: рекордный рост и трансформация спроса // РБК. — Москва, 2025. — URL: <https://marketing.rbc.ru/articles/15657/> (дата обращения: 16.02.2026).
4. Касимова А.А., Магомедова М.М., Пелихова Е.И. Психологическая поддержка сотрудников малого бизнеса в условиях

- профессионального стресса: эмпирическое исследование эффективности комплексной программы // Вестник науки. — 2025. — № 6 (87). — Т. 4. — С. 125-127. — URL: <https://www.вестник-науки.рф/article/24667> (дата обращения: 19.02.2026).
5. Метелькова Е.И. Институционализация психологической помощи в системе высшего образования Российской Федерации // Вестник практической психологии образования. — 2024. — Т. 21. — № 1. — С. 34-49. — URL: <https://doi.org/10.17759/bppe.2024210103> (дата обращения: 09.03.2026).
6. Червонова А. А. Влияние геополитических процессов 2022 года на экономическую безопасность РФ // Молодой ученый. — 2022. — № 43 (438). — С. 268-271. — URL: <https://moluch.ru/archive/438/95512> (дата обращения: 14.03.2026).
7. Чичановская Л. В., Слюсарь Т. А., Абраменко Ю. В., Некрасова Т. М., Слюсарь И. Н. Клинико-психологический профиль и качество жизни пациентов с постковидным синдромом // Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. — 2023. — Т. 123. — № 4. — С. 53-58. — URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37084365> (дата обращения: 09.03.2026).