

# **Благотворительная программа**

## **«Психологическая помощь мужчинам. Первый шаг»**

**Общее описание программы «Психологическая помощь мужчинам. Первый шаг»**

### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

**1.1.** Благотворительная программа «Психологическая помощь мужчинам. Первый шаг» Автономной некоммерческой организации Центра психологической поддержки мужчин «Прямой Диалог» (далее - Программа и АНО «Прямой Диалог» соответственно) разработана в соответствии с Гражданским кодексом Российской Федерации, федеральными законами Российской Федерации 7-ФЗ от 12.01.1996 года «О некоммерческих организациях», 135-ФЗ от 11.08.1995 года «О благотворительной деятельности и благотворительных организациях» и Уставом АНО «Прямой Диалог».

**1.2.** Настоящая Программа «Психологическая помощь мужчинам. Первый шаг» является частью долгосрочной благотворительной Программы Автономной некоммерческой организации Центра психологической поддержки мужчин «Прямой Диалог» и представляет собой комплекс мероприятий, направленных на решение задач, соответствующих уставным целям АНО «Прямой Диалог» в 2025 году. В рамках психологической помощи мужчинам мы рассматриваем мужчин, которые имеют детей, мужчин, которые готовятся стать отцами, мужчины, которые проживают в браке и испытывают семейные проблемы.

### **2. ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ**

**АНО «Прямой Диалог»** - Автономная некоммерческая организация Центр психологической поддержки мужчин «Прямой Диалог», зарегистрированная за основным государственным регистрационным номером 1227700417724 и расположенный по адресу: Российская Федерация, 115569, Москва, ул. Шипиловская, д. 14, кв. 215

**Благотворительная деятельность** - добровольная деятельность граждан и юридических лиц по бескорыстной (безвозмездной или на льготных условиях) передаче гражданам или юридическим лицам имущества, в том числе денежных средств, бескорыстному выполнению работ, предоставлению услуг, оказанию иной поддержки.

**Добровольческая (волонтерская) деятельность** - добровольная деятельность в форме безвозмездного выполнения работ и (или) оказания услуг в целях, указанных в настоящей Программе.

**Благотворительное пожертвование, пожертвование, благотворительная помощь** - бескорыстная (безвозмездная или на льготных условиях) передача в собственность имущества, в том числе денежных средств и (или) объектов интеллектуальной собственности; бескорыстное (безвозмездное или на льготных условиях) наделение правами владения, пользования и распоряжения объектами права собственности; бескорыстное (безвозмездное или на льготных условиях) выполнение работ, предоставления услуг в соответствии со ст. 582 Гражданского кодекса Российской Федерации.

**Программа** - настоящая Благотворительная программа.

**Благополучатель** - физическое лицо, в интересах которого осуществляется благотворительная деятельность; лицо, получающее благотворительную помощь добровольцев.

**Благотворитель, Жертвователь** - физическое или юридическое лицо, выразившее поддержку целям АНО «Прямой Диалог», настоящей Программе АНО «Прямой Диалог» и осуществляющее благотворительные пожертвования.

**Добровольцы (волонтеры)** - физические лица, осуществляющие благотворительную деятельность в форме безвозмездного выполнения работ, оказания услуг (добровольческой деятельности).

**2.1. Заявитель -мужчина** физическое лицо, обратившееся в АНО «Прямой Диалог», мужчины, которые имеют детей, мужчин, которые готовятся стать отцами, мужчины, которые проживают в браке и испытывают семейные проблемы.

### **3. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**3.1. 3.1. Цели:** Оказание доступной, профессиональной и своевременной психологической помощи, поддержки лицам мужского пола (мужчины, которые имеют детей, мужчин, которые готовятся стать отцами, мужчины, которые проживают в браке и испытывают семейные проблемы) в любой точке страны.

#### **3.2. Задачи программы.**

##### **3.2.1. Основные задачи:**

###### **1. Обеспечение доступности психологической помощи:**

- ✓ Разработка и внедрение различных форматов оказания помощи (онлайн-консультации, телефон доверия, группы поддержки, вебинары, очные консультации в регионах для специалистов).
- ✓ Предоставление бесплатной психологической помощи для мужчин, находящихся в трудной жизненной ситуации.
- ✓ Расширение географии оказания помощи за счет привлечения волонтеров-психологов в регионах.

###### **2. Обеспечение профессионализма оказываемой помощи:**

- ✓ Привлечение к работе квалифицированных психологов и консультантов с опытом работы с мужчинами.
- ✓ Организация супервизий и повышения квалификации для специалистов, оказывающих помощь в рамках программы.
- ✓ Разработка и внедрение стандартов качества оказания психологической помощи.
- ✓ Использование научно обоснованных методов и подходов в работе с клиентами.

###### **3. Обеспечение своевременности оказания помощи:**

- ✓ Создание и поддержание оперативной системы записи в группы поддержки и получения неотложной и своевременной помощи (телефон доверия, онлайн группы поддержки для мужчин).
- ✓ Организация информационной кампании для повышения осведомленности мужчин о признаках психологического неблагополучия и возможностях получения помощи.
- ✓ Разработка алгоритмов раннего выявления психологических проблем у мужчин.
- ✓ Взаимодействие с другими организациями (медицинскими, социальными, образовательными) для своевременного направления мужчин, нуждающихся в психологической помощи и поддержке.

#### **4. Обеспечение адресной поддержки лицам мужского пола:**

- ✓ Разработка и реализация специализированной помощи для различных категорий мужчин, отцов, находящихся в семейных отношениях (например, переживших насилие, столкнувшихся с кризисом среднего возраста, испытывающих некомпетентность в родительстве, проблемы в отношениях, страдающих от депрессии, зависимостей и т.д.).
- ✓ Учет гендерных особенностей в подходах к оказанию психологической помощи.
- ✓ Создание поддерживающей среды, где мужчины могут открыто говорить о своих проблемах и получать поддержку.

#### **5. Организационные задачи:**

- ✓ Привлечение финансирования для реализации программы (гранты, пожертвования, спонсорство).
- ✓ Формирование команды профессионалов и волонтеров.
- ✓ Разработка системы мониторинга и оценки эффективности программы.
- ✓ Установление партнерских отношений с другими организациями, работающими в сфере ментального здоровья.
- ✓ Повышение узнаваемости программы и привлечение внимания общественности к проблемам ментального здоровья мужчин.

#### **6. Дополнительные задачи (опционально):**

- Проведение исследований в области ментального здоровья мужчин.
- ✓ Разработка и распространение информационных материалов (брошюры, статьи, видеоролики) о ментальном здоровье мужчин.
- ✓ Организация мероприятий (конференции, семинары, тренинги) для специалистов и широкой общественности по вопросам ментального здоровья мужчин.

## **4. БЛАГОПОЛУЧАТЕЛИ И БЛАГОТВОРИТЕЛИ**

### **4.1. Благополучателями Программы являются**

Мужчины от 18-ти лет, находящиеся в трудной жизненной ситуации (в ситуации семейного конфликта или развода, в том числе в депрессивных состояниях, испытывающие психоэмоциональные трудности) мужчины, которые имеют детей, мужчин, которые готовятся стать отцами, мужчины, которые проживают в браке и испытывают семейные проблемы.

### **4.2. Благотворителями Программы являются:**

- ✓ физические лица, достигшие возраста 18 лет
- ✓ юридические лица и индивидуальные предприниматели, сведения о которых размещены в Единых государственных реестрах юридических лиц или индивидуальных предпринимателей и разделяющие цели Программы и участвующие в ее реализации на добровольных началах с соблюдением принципа добросовестности, в порядке и на условиях, определенных настоящей Программой.

Благотворители могут участвовать в выполнении Программы в виде:

- ✓ бескорыстной (безвозмездной или на льготных условиях) передачи в собственность имущества, свободного от прав и притязаний третьих лиц, в том числе денежные средств и (или) объектов интеллектуальной собственности;
- ✓ бескорыстного (безвозмездного или на льготных условиях) наделения правами владения, пользования и распоряжения любыми объектами права собственности, имеющимися на законном основании;
- ✓ бескорыстного (безвозмездного или на льготных условиях) выполнения работ, оказания услуг;
- ✓ бескорыстного всестороннего содействия;

## **5.ПРОЕКТЫ**

В рамках настоящей Программы утверждаются следующие Проекты:

### **5.1.«Телефон доверия для мужчин»**

### **5.2.«Группы психологической поддержки мужчин»**

### **5.3.«Волонтеры»**

#### **«Телефон доверия для мужчин»**

**Цель проекта:** Организация и развитие телефона доверия, специализирующегося на работе с мужчинами в трудной жизненной ситуации, обработка и систематизация опыта его работы. Оказание бесплатной своевременной первичной психологической помощи и поддержки обратившимся, из любой точки страны, с любого номера телефона.

### **Задачи проекта:**

- ✓ **Обеспечить круглосуточную работу телефона доверия:** Чтобы помощь была доступна в любое время, когда она необходима.
- ✓ **Подготовить квалифицированных консультантов:** Для оказания профессиональной и эффективной первичной психологической помощи.
- ✓ **Организовать бесплатный доступ к помощи:** С любого телефона, из любой точки страны, для всех мужчин, нуждающихся в поддержке.
- ✓ **Обеспечить анонимность обращений:** Создать безопасную и доверительную атмосферу для мужчин, обращающихся за помощью.
- ✓ **Систематизировать опыт работы:** Для постоянного улучшения качества оказываемой помощи и разработки новых подходов.

### **«Группы психологической поддержки мужчин»**

**Цель проекта:** Обеспечение эффективной и доступной психологической поддержки мужчинам – отцам, находящимся в семейных отношениях и прочее, через формат групповой работы, способствующей улучшению их психологического благополучия, повышению родительских компетенций, развитию навыков самопомощи и преодолению жизненных трудностей.

### **Задачи проекта:**

1. **Организация и проведение регулярных групп поддержки:** Обеспечить стабильное функционирование групп, доступных для мужчин с разными потребностями.
2. **Привлечение квалифицированных ведущих групп:** Обеспечить профессиональное ведение групп опытными психологами.
3. **Создание безопасной и поддерживающей атмосферы:** Сформировать в группах доверительную среду, способствующую открытому общению и взаимоподдержке.
4. **Разработка и внедрение тематических программ групп:** Предложить мужчинам группы, ориентированные на конкретные проблемы и потребности (например, группы для мужчин в кризисе, группы повышающие родительские компетенции, столкнувшихся с депрессией и т.д.).
5. **Оценка эффективности работы групп:** Регулярно собирать обратную связь от участников и проводить анализ результатов для улучшения качества групповой работы.
6. **Информирование мужчин о возможности участия в группах:** Организовать рекламную кампанию для привлечения участников в группы поддержки.
7. **Обеспечение доступности групп для мужчин из разных социальных слоев:** Предоставление льготных или бесплатных мест в группах для мужчин, находящихся в трудной жизненной ситуации.

## **«Волонтеры»**

**Цель проекта:** Привлечение, обучение и эффективное взаимодействие с волонтерами для расширения возможностей оказания психологической помощи и поддержки мужчинам, нуждающимся в ней, а также для популяризации идей ментального здоровья в обществе.

### **Задачи проекта:**

#### **1. Привлечение волонтеров:**

- ✓ Разработка и реализация стратегии привлечения волонтеров, ориентированной на разные группы (студенты психологических факультетов, практикующие психологи, люди с опытом преодоления жизненных трудностей и т.д.).
- ✓ Проведение информационных кампаний о возможностях волонтерства в проекте.

#### **2. Обучение и подготовка волонтеров:**

- ✓ Разработка и проведение обучающих программ для волонтеров, включающих теоретические знания и практические навыки (основы психологического консультирования, навыки слушания, работа с кризисными ситуациями и т.д.).
- ✓ Обеспечение супервизии и наставничества для волонтеров.

#### **3. Организация деятельности волонтеров:**

- ✓ Определение задач и ролей волонтеров в проекте (работа на телефоне доверия, проведение групп поддержки, помощь в организации мероприятий, продвижение информации в социальных сетях и т.д.).
- ✓ Разработка графика работы волонтеров.
- ✓ Обеспечение волонтеров необходимыми ресурсами и материалами.

#### **4. Мотивация и удержание волонтеров:**

- ✓ Создание системы поощрения и признания заслуг волонтеров.
- ✓ Организация мероприятий для сплочения волонтерской команды.
- ✓ Предоставление волонтерам возможностей для профессионального развития и обучения.

#### **5. Оценка эффективности работы волонтеров:**

- ✓ Разработка системы оценки вклада волонтеров в достижение целей проекта.
- ✓ Сбор обратной связи от волонтеров и клиентов, получающих помощь.

## **6. ФИНАНСОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.**

**6.1.** Финансовое обеспечение Программы осуществляется за счет денежных средств, полученных АНО «Прямой Диалог» от благотворителей на цели, связанные с реализацией Программы.

**6.2.** Финансирование Программы складывается из утвержденных Учредителями АНО «Прямой Диалог» смет на реализацию Проектов, являющихся неотъемлемой частью данной Программы.

## **7. ИЗМЕНЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

**7.1.** АНО «Прямой Диалог» имеет право изменять общие принципы, правила, порядок и условия реализации Программы, а также вносить иные изменения и/или дополнения в Программу.