

Годовой отчет 2025

АНО Центр психологической поддержки мужчин
«Прямой Диалог»



Прямой Диалог



Содержание

01

Контекст и Миссия

02

Программа «Первый шаг»

03

Итоги в цифрах и лицах

04

Экспертное признание и статус

01

Креативная благотворительность

02

Наши программы и волонтеры

03

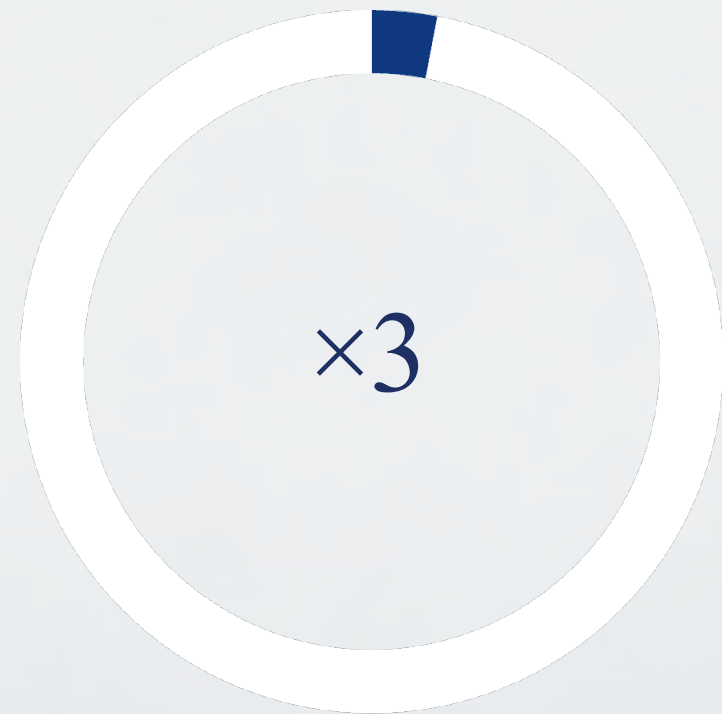
Финансовая отчетность

04

Планы на 2026 год

Стереотипы, которые стоят жизни

В России мужчины живут в среднем на 10 лет меньше женщин. «Держись», «не ной», «сам справишься» — эти слова убивают.



Мужчины совершают суицид втрое чаще
женщин

ВОЗ, 2024



Никогда не обращались к психологу
ВЦИОМ



Не имеет никого, кому можно
довериться

Mental Health Foundation

Прямой Диалог — пространство безопасности

Мы работаем, чтобы каждый мужчина в России знал: просить о помощи — это ответственный поступок взрослого человека, а не слабость.

С 2022 года мы создаём анонимную и профессиональную среду для решения мужских кризисов.





От точечных проектов — к системной организации

«2025 год стал для "Прямого Диалога" временем внутреннего взросления. Если в начале пути мы видели себя как совокупность отдельных важных инициатив, то к концу года мы пришли к пониманию себя как единого, живого и сложного организма. Весь этот год мы посвятили кропотливой "работе за кулисами": выстраиванию внутренних процессов, укреплению структуры и синхронизации всех направлений. Сегодня мы чётко видим, как наши проекты — от телефонной линии до групп поддержки — связаны друг с другом, создавая синергию. Это позволяет нам не просто помогать, а делать нашу помощь измеримой, эффективной и результативной. Мы выросли как организация, где профессиональное сообщество и качественный сервис для человека стали неразрывным целым».

—Наталья Щанкина, основатель и директор АНО «Прямой Диалог»

Наши ориентиры



Миссия

Мы стремимся к тому, чтобы каждый мужчина смог улучшить качество своей жизни, повысить уровень психологического благополучия и почувствовать себя успешным.

Нам важно, чтобы обращение за психологической помощью с целью заботы о себе становилось нормой в общественном сознании.

В первую очередь, среди мужчин. Наша поддержка – это своевременная, доступная и профессиональная психологическая помощь в любой точке страны.



Задача

Предоставить возможность доверительного и безоценочного диалога



Ценности

Психологическое благополучие, помощь и поддержка

Оздоровление общества

Благополучие семьи

Стратегическое партнерство с БФ «Солнечный город»



**Солнечный
город**

Фонд счастливого детства

Благотворительная программа «Психологическая
помощь мужчинам. Первый шаг»

- ☐ Сотрудничество с «Солнечным городом» позволило нам обеспечить работу Телефона доверия 12 часов в сутки и онлайн- групп на федеральном уровне. Мы искренне благодарим команду фонда за смелость быть первыми в поддержке мужского ментального здоровья и за веру в то, что мужчинам тоже нужна помощь.



Итоги 2025 года в цифрах

17 285

первичных обращений на линию
(+4,6% к 2024 г.)

77

групповых психологических встреч

2 963

проведённых консультаций

40+

волонтёров-психологов в команде

370+

участников мужских групп

Помощь доступна каждому

Мы приняли звонки из всех регионов России. **Топ-5 регионов:**



Москва и Московская область



Санкт-Петербург и Ленинградская область



Оренбургская область

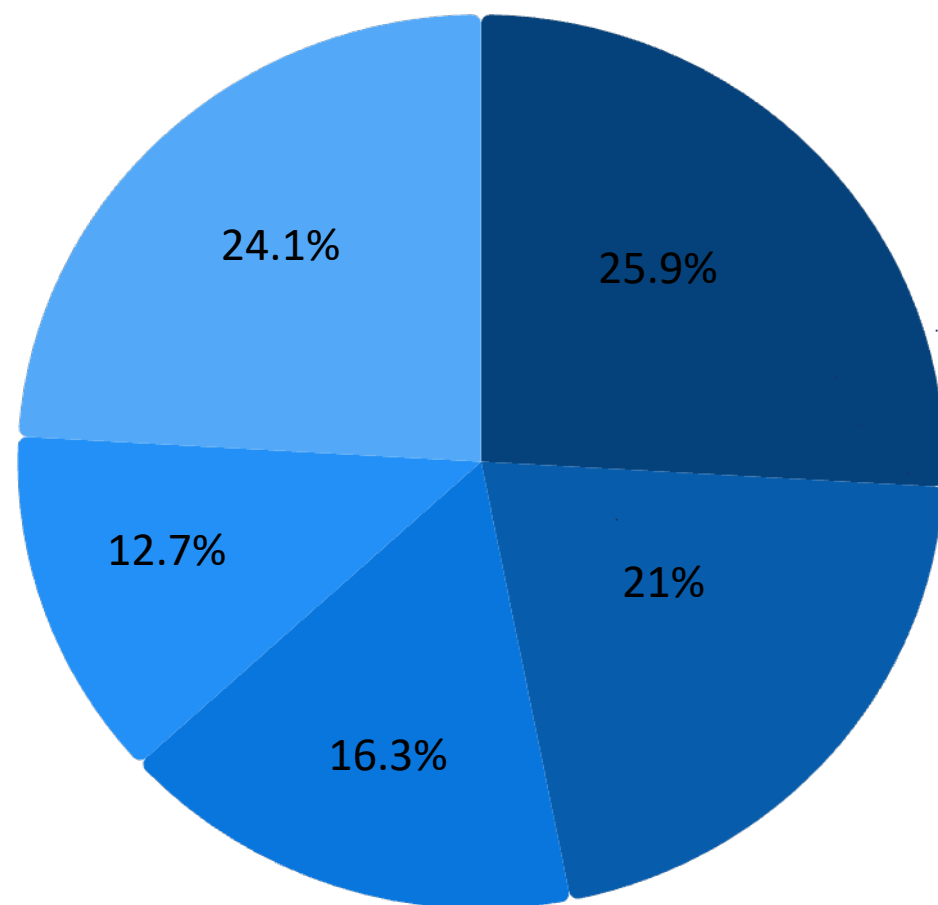


Ивановская область



Краснодарский край

С чем к нам приходят мужчины



25.9%

Семейные и партнёрские конфликты, разводы

21.0%

Одиночество, потеря смысла жизни

16.3%

Тревога, депрессия, панические атаки

12.7%

Переживание острых кризисных состояний

24.1%

Другие темы

Разнообразие тем, с которыми мужчины обращаются за помощью, подчёркивает широкий спектр вызовов, с которыми они сталкиваются. Наша задача — предоставить поддержку по каждому из этих направлений.

Голоса тех, кто получил помощь

Отзывы участников

«Тёплая атмосфера, серьёзные вопросы. В мужской группе есть изюминка — ты не отвлекаешься на роли, ты просто человек. Здесь действительно могут помочь.»

—Участник группы

«Этот формат стал для меня лучиком надежды в глубоком личностном кризисе. Когда твоя история откликается у других — обретаешь дополнительные силы.»

—Участник группы

«Спасибо организаторам за возможность высказаться и найти решение проблем. Искренние, сопереживающие люди — настоящая поддержка.»

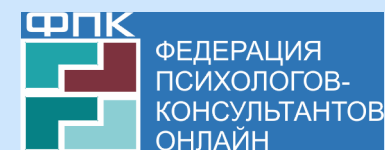
—Участник группы

Признание профессиональным сообществом



Членство в Союзе охраны психического здоровья

В 2025 году АНО «Прямой Диалог» стала официальным членом Союза охраны психического здоровья. Это подтверждает высокое качество наших методик и экспертный уровень команды.



Всероссийский форум

Выступление на форуме «Консультативная психология в России- 2025». Мы инициировали обсуждение мужской психологической поддержки как отдельного научного и практического направления.

Активность и публичность 2025

Форум АСИ «Сильные идеи для нового времени»

Проект «Телефон психологической поддержки мужчин «Прямой Диалог»» приняли участие в форуме «Сильные идеи для нового времени» – платформе, поддерживающей гражданские инициативы.

Сертификаты

Приняли участие в конкурсе «Московские мастера».

В номинации «Руководитель СО НКО».

#МЫВМЕСТЕ

12-го апреля в Брянске был открыт региональный клуб Премии #МЫВМЕСТЕ. Директора и основателя «Прямого Диалога» Наталию Щанкину пригласили выступить спикером и рассказать об «Актуальных проектах в «Год защитника Отечества» по психологической поддержке и сохранению ментального здоровья мужчин». На церемонии открытия выступил заместитель губернатора Брянской области Виталий Свинцов и уполномоченный по правам ребенка Брянской области Инна Мухина.



Активность и публичность 2025

#ПЯТЕРОЧКА_С_ЗАБОТОЙ

Центр местного сообщества в «Пятерочке» и АНО Центр психологической поддержки мужчин «Прямой Диалог» напечатали и разместили в магазинах «Пятерочка» плакаты с информацией о бесплатно Телефоне доверия для мужчин.

Конференция #БНФ

АНО «Прямой Диалог» приняли участие в конференции «Белые ночи фандрайзинга»

Мы в СМИ

Про нас писали: журнал «Сноб» и «Будь здоров», нас приглашали выступить в подкастах Благосферы «Не пустого звука» и ИД "Первое сентября" с важной темой: "Роль мужчины в воспитании."

Продолжение проекта совместно с радио Р1

Мы записали 11 подкастов «Включи психолога. Мужской сезон»



Первый опыт в городской среде

Креативная благотворительность

В 2025 году мы вышли на улицы Москвы, чтобы найти единомышленников. Для нас было первичнее партнёрство и узнаваемость, чем сумма сбора.

- Щедрая улица (Покровка и окрестности): Поэтический вечер в Speak Low. Спасибо проекту Nunchi и 10 поэтам: Р. Насиров, Д. Т., Т. Зайцева, М. Ступин, Ю. Филичева, Т. Мартынова, А. Капранов, Д. Докторова, Е. Кузьмин, А. Старикова.



Искусство помогать

Театр SUKEBAN

Спектакль «Два на полтора» в клубе «Лаксис». Жизнь просто меняет форму.

Тёплая поддержка

Благодарим «Шаверму по-Московски», бары «Невротик» и «Speak Low» за гостеприимство и поддержку.

39 012 ₽

собрано на фестивале

Наш первый и очень важный результат взаимодействия с партнерами.

Акции Щедрого Вторника



Клиника NATUREMIND

Совместная акция «Щедрые часы» — бесплатные консультации врача-психиатра для мужчин.



Типография Republica

Акция «Искренние слова волонтерам».

Искренние
Слова
Волонтерам

участвуем в акции #ЩедрыйВторник
совместно с типографией #Република
с 2 по 15 декабря



ЩЕДРЫЕ
ЧАСЫ ПО
ВТОРНИКАМ

Бесплатные консультации
у психиатров для мужчин



Наши группы поддержки



«Отцовский код»

О роли отца в жизни человека.



«Точка опоры»

Поддержка мужчин в остром кризисе.



Группа оптимальной рефлексии

Поиск ресурса в буднях.

Волонтерский проект

40

психологов- волонтеров в команде

42

супервизий проведено

17+

волонтеров остались с нами > года

Мы обучаем и поддерживаем тех, кто помогает другим, предотвращая профессиональное выгорание.

Ольга

Для меня «Прямой Диалог» — не просто волонтерство. Это постоянная школа сочувствия, сопереживания, профессионального роста и важного опыта.

Кристина

Для меня работа психологом-консультантом на телефоне психологической поддержки для мужчин и их близких даёт причастность к важному делу.

Место для тебя

Мы искренне верим, что Ваша работа как психолога способна сделать мир лучше. Для нашего фонда такая поддержка — бесценный вклад в тех, кому она действительно нужна.

[Заполнить анкету](#)

Анастасия

«Прямой Диалог» — это мой диалог с миром, с теми, кому нужна помощь, и с теми, кто готов помогать. В нём жизнь прирастает совсем новыми смыслами и знаниями.

Майра

Я решила стать частью команды «Прямой Диалог», так как, на мой взгляд, это уникальный проект, который оказывает психологическую помощь именно мужчинам.

Александр

Работа в телефоне психологической поддержки для мужчин для меня очень ценна, т.к. я знаю, что боль позвонивших, оставленная здесь, не уйдет дальше.

Финансовые итоги 2025: Поступления

4 833 000 Р

Партнёрские пожертвования —
БФ «Солнечный город» · 52.59%

2 580 000 Р

Инфраструктурная поддержка —
Платформа «ПроДобро» (Совкомбанк) · 30.57%

1 427 000 Р

Частные донаты · 16.84%

826 000 Р

Финансовые итоги 2025: Расходы

Благотворительная программа
«Психологическая помощь
мужчинам. Первый шаг»

2 481 572 ₽ БФ «Солнечный город»

Услуги организаций

Сторонние подрядчики

338 428 ₽

Телефон доверия

Совкомбанк «ПроДобро»

310 000 ₽

Членский взнос

Союз охраны психического здоровья 10 000 ₽

3 140 000 ₽

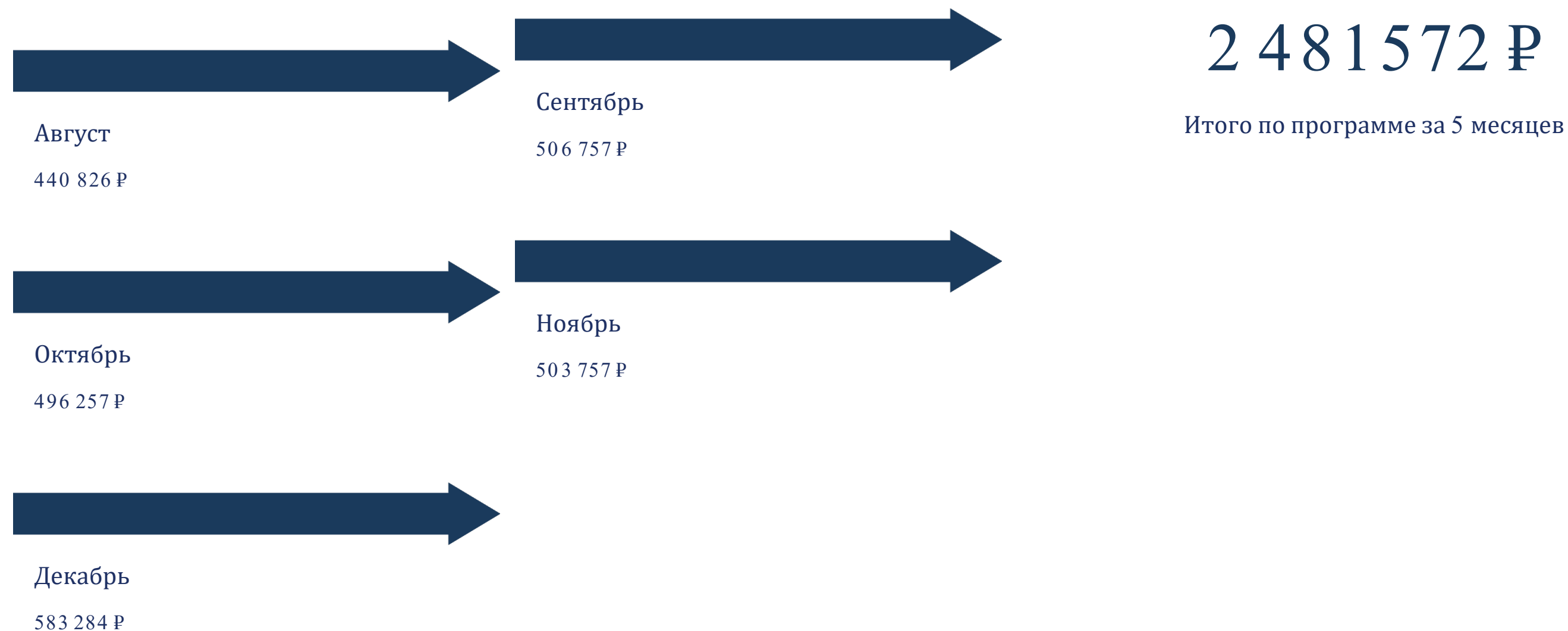
Итого расходов в 2025 году



Остаток средств на конец года — 1 693 000 ₽

Расходы при реализации Благотворительной программы «Психологическая помощь мужчинам. Первый шаг»

Август — декабрь 2025 г. · При поддержке БФ «Солнечный город»



Партнёры и друзья



Инфраструктурный партнёр

Платформа «Продобро» (ПАО «Совкомбанк»)



Программный партнёр

БФ «Солнечный город»



Друзья и соратники

Союз охраны психического здоровья · Republica · NATUREMIND · МИП · X5 Group · Покровка и окрестности · Nunchi · **Радио Р1**



Частным донорам

Спасибо каждому из вас. Ваш вклад — это право на диалог. В обществе тишины вы дарите мужчинам возможность быть услышанными. Вы оплачиваете не связь, а минуты жизни без одиночества. Спасибо за масштаб вашего доверия и поддержку тысяч людей..

Команда Центра



Наталья Щанкина

Основатель и директор АНО
«Прямой Диалог»,
клинический психолог



Алексей Лебедев

Соучредитель,
психолог



Глеб Слобин

Соучредитель,
психолог



Зоя Зимелева

Главный супервизор,
канд.псих.наук.



Наталья Билык

Психолог, супервизор



Светлана Часовских

Администратор,
координатор



Вадим Ващенко

IT-менеджер

Планы на 2026 год



Усиление Телефонной линии и групп

Расширение охвата и повышение качества поддержки



Запуск Академии волонтеров

Системное обучение и развитие волонтерского сообщества



Протоколы взаимодействия с госслужбами

Разработка протоколов взаимодействия со службой 112



Масштабирование в регионы

Распространение экспертного опыта по всей России

Сила в людях: наше общее «Завтра»



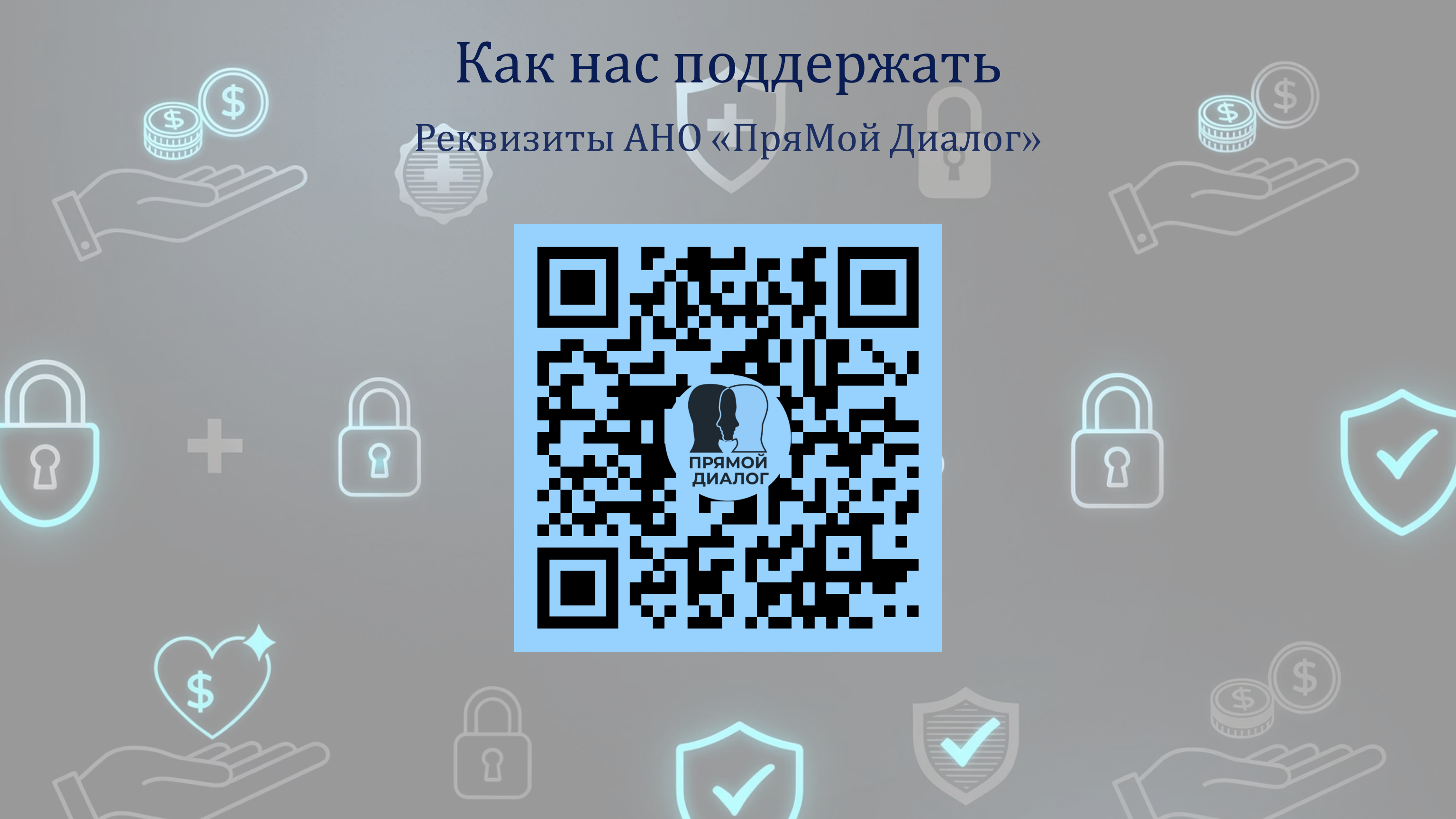
«Всё, о чём вы прочитали в этом отчёте, стало возможным только благодаря синергии невероятных людей. Спасибо директору БФ "Солнечный город" Марине Аксеновой за веру в наш проект. Спасибо организаторам "Щедрого Вторника" и "Щедрой Улицы" — вы доказали, что благотворительность может быть живой и искренней. Моя безмерная благодарность нашей команде и волонтерам — вы каждый день превращаете теорию в спасённые жизни. Мы смотрим в 2026 год с уверенностью и верим, что вместе сделаем психологическую поддержку доступной для каждого мужчины в России. Спасибо, что вы с нами!»



— Наталия Щанкина, основатель и директор АНО «Прямой Диалог»

Как нас поддержать

Реквизиты АНО «Прямой Диалог»



Контакты



Сайт

p-d.tel



Telegram

Telegram - @Nat1483



Телефон доверия

8 (800) 707-54-15 (бесплатно)



ВКонтакте

<https://vk.com/pryamoydialog>



Почта

funddial@gmail.com