



НЕКОММЕРЧЕСКИЙ ЦЕНТР ПОДДЕРЖКИ МАТЕРИНСТВА

Автономная Некоммерческая Организация

«Центр психологической и информационной поддержки материнства «Душа Мамы».

С 24 ноября 2019 г.

Основные направления деятельности:

1. Психологическая поддержка матерей.

Мы - волонтерский центр - оказываем психологическую поддержку в виде 3 бесплатных консультаций опытных психологов. Такая поддержка дает возможность разобрать остро стоящую проблему, найти пути ее решения, снять напряжение, найти способы восполнения ресурса, выговориться безопасно и получить качественный опыт общения с психологом, понять, что это такое и как работает.

2. Информационная поддержка материнства.

Поиск и подбор специалиста (психолога, психиатра, психотерапевта) для мамы в городе проживания. Предоставление "ключей от города": сообщества, чаты, организации, ориентированные на матерей этого города.

А также индивидуальная поддержка мамы, попавшей в сложную жизненную ситуацию. Сотрудничество с кризисными центрами.

3. Служба заботы. Сопровождение женщин до и после родов с целью поддержки, сохранения ее эмоциональных ресурсов, предотвращения психоэмоционального выгорания и ментальных трудностей. Проект в стадии разработки.

4. Исследовательская деятельность. Собираем данные о ментальных расстройствах женщин-матерей, предпосылках к ним, статистику и другую информацию. В процессе разработки собственный опросник для масштабного всероссийского прикладного исследования.

Наша миссия: заботиться о матерях, которые растят будущие поколения России.

/Целевая аудитория/

Мамы с детьми до 7 лет в России.

РАСТЕРЯННАЯ. ТРЕВОЖНАЯ. ИСТОЩЕННАЯ.

«Не могу разобраться в чувствах, это я устала и напридумывала у себя проблем, или у меня уже депрессия какая то».

«Хочу, чтобы не было ощущения, что больше я не буду жить сама по себе. Не понимаю, что делать, когда он (ребенок) плачет, хочу лучше его понимать и не паниковать».

«Хочу понять, как смириться с новой реальностью и начать радоваться жизни».

Источник: Статистика АНО «Душа мамы»

/Достижения/

за 9 месяцев волонтерской работы



Мамы ПОСЛЕ трех бесплатных консультаций с психологом

СПОКОЙНАЯ. СЧАСТЛИВАЯ. УВЕРЕННАЯ В СЕБЕ.

«Хочется развиваться, учиться новому, ставить новые цели и достигать их».

«Живешь здесь и сейчас, хочется быть счастливой здесь и сейчас, а не «когда-нибудь потом».

«Я поняла что материнство может быть другим, комфортным и приятным».

Источник: Статистика АНО «Душа мамы»

Приглашаем к сотрудничеству компании и СМИ!



Анастасия Арсеничева, координатор проектов
+ 7-985-573-90-23
Екатерина Фрышкина, директор
+ 7-916-562-38-04

@dushamamy
dushamamy@gmail.com
<http://душамамы.рф/>