

Годовой отчет о деятельности фонда «Триумф добра»

Фонд «Триумф добра» в 2022 году продолжил волонтерскую и добровольческую деятельность по оказанию социальной помощи гражданам Республики Бурятия. Сотрудниками и волонтерами фонда осуществлялась работа по оказанию гуманитарной помощи, в состав которых вошли качественные продукты питания, товары первой необходимости, дезинфицирующие средства. В постоянном режиме оказывается психологическая помощь гражданам в трудной жизненной ситуации. Пенсионеры и инвалиды являются самой уязвимой категорией населения в нестабильное время.

Также команда фонда и волонтеры фонда с хорошими результатами реализовали проект «Своих не бросаем, мы вместе, мы рядом», который оказался среди победителей конкурса социальных проектов в Республике Бурятия в 2022 г. Объем финансирования составил 990 000 рублей.

Проектом охвачены такие целевые группы как граждане, вернувшиеся из зоны боевых действий и их семьи, родственники погибших солдат. В настоящее время точных официальных сведений нет, но фактически ясно точно, что ребята из Республики Бурятия мужественно и самоотверженно выполняют свой воинский долг перед Родиной и народом России. Проблема социально-психологической адаптации лиц, побывавших в экстремальных условиях, сейчас особенно актуальна. Участие в событиях, связанных с риском для жизни, травматическим образом действует на психическое здоровье и состояние участников боевых действий. Военнослужащие, принимавшие участие в боевых действиях, относятся к группе лиц с повышенным риском развития психогенных нарушений. Они находятся в состоянии боевой психической травмы, боевого утомления. Исследования, проводимые в этой области в прошлые годы военными медиками, психологами, да и сама жизнь показывают, что у людей, побывавших в экстремальных ситуациях, возникают посттравматические стрессовые нарушения. Нарушения, развивающиеся после пережитой психологической травмы, затрагивают все уровни человеческого функционирования (физиологический, личностный, уровень межличностного и социального взаимодействия) и приводят к стойким личностным изменениям не только у людей, непосредственно переживших стресс, но и у членов их семей. Такие люди очень часто страдают бессонницей, они видят кошмарные сновидения, у некоторых есть суицидальные мысли, они не строят долгосрочных планов, не ставят простых жизненных мирных целей. Таким образом, военные события еще долго оказывают свое влияние на участников боевых действий-наших героев. Половина опрошенных, которые принимали участие в боевых действиях в Афганистане, Чечне вспоминают, что не могли

найти душевного понимания в семье и обществе. Сейчас, конечно, ситуация социально-психологического восстановления таких граждан на более высоком уровне, но она недостаточна, необходима помощь со стороны граждан общества.

Также социально-психологическая помощь оказана семьям погибшим такой тонкой и душевной работы привлечены профильные специалисты. Такого рода вид психологической работы как работа с потерями – энергозатратная и ресурсозатратная форма работы как со стороны психолога социального работника так и, особенно, со стороны тех граждан, кто обратился за помощью, кто понял, что не в силах сам справиться с негативными обстоятельствами, работа по проекту была нелегкой, но считаем, результативной. Так как впоследствии есть обратная связь. Многие продолжают работать дальше над собой. С участниками проекта проведена работа по восстановлению психологических и душевных сил, проведены мероприятия социальной адаптации к действительности. С родными и близкими проведена работа по улучшению морального климата в семье, умения адаптироваться к жизни в новых условиях. В итоге некоторые участники принимают решение поменять отношение к наличию в их жизни психотравмирующей ситуации.

Семьи погибших, особенно их родители получили квалифицированную адресную психологическую помощь, уверенность, что в такой беде они не остались одни.

Потеря и утраты – нерадостные, нежелательные, но неизбежные спутники нашей жизни, тем более в настоящее время, во время проведения необходимых мероприятий в рамках СВО. Многие семьи познают горечь потери и боль расставания. И вряд ли среди помогающих специалистов найдется кто-то, кто сумеет избежать этой темы в своей работе. За каждой значимой утратой – та уникальная история отношений, которая делает утрату драгоценной и болезненной: несложившееся будущее, разрушенные ожидания и надежды. Поэтому каждая горе уникально и протекает по-своему. Вместе с тем результаты исследований проживания горя и утрат позволяют говорить о некоторых универсальных процессах горевания. Говоря об утрате, приводится понятие в широком контексте: не только смерть близкого человека, но и любая потеря или внезапное расставание, последствия которых болезненны и нежелательны для человека. Список тем, которые охватывает психологическая работа с утратой, обширен

- потеря близкого человека (смерть, развод, расставание, разрыв отношений)
- потеря образа себя (внезапная инвалидность, болезнь, потеря статуса)
- потеря чувства безопасности (вынужденные перемены, переезды, разводы, измены, попадание в зону военных действий, стихийные бедствия)
- потеря будущего (терминальные диагнозы)

Помогающие специалисты утверждают, что несмотря ни на что утрату – какой бы огромной и тяжелой она ни была – можно пережить. Завершенная утрата (всегда!!!) оставляет нас более сильными, чем мы были до этого события. Она

становится пусть и печальным, но опытом, на который мы можем опираться и через который мы растем. И даже если утрата невосполнима и необратима, есть дорогие воспоминания, есть благодарность и память. И есть наш внутренний диалог с тем, что нам дорого, есть продолжающееся влияние утраченного на нашу жизнь. Попрощаться с чем-то или с кем-то – не значит забыть. Это значит принять необратимость случившегося и вынести из него лучшее. Чтобы жить дальше. Потеря чего-то важного – большой стресс, требующий ресурсов, времени и душевных сил.

Задача психолога, работающего с темой горя и потерь – помочь клиенту принять утрату: отреагировать ее, прожить сильные, иногда постыдные и токсичные чувства; наладить новое окружение и научиться жить без утерянного. одиноким. Психолог как никто должен поощрять клиента говорить о случившемся, давать волю хаосу событий, помогать выражать чувства. При возможности и необходимости важно также создать условия для заочного диалога с ушедшим, для прощания с ним (применяются специальные психологические методики).

Налаживание окружения. Когда утрата необратима, клиенту нужно научиться жить с этим. Задача психолога – помочь клиенту переструктурировать и наладить окружение заново, приобрести новые привычки и помочь пройти через новые, непривычные обстоятельства.

Поддержка и поиск ресурса. Переживание утраты – значительный стресс. Поэтому задача психолога состоит и в том, чтобы не забывать о наличии ресурсов у клиента, чтобы удерживать его от радикальных попыток избавиться от боли и воспоминаний (например, сжечь все фото, продать общую квартиру, запить, начать новые любовные отношения).

Фасилитация. Нет такой волшебной техники, которая бы при известии о смерти или предательстве близкого человека уже на следующий день не чувствовал боли. Процесс горевания невозможно сократить, но можно облегчить. В работе с горем психолог следует за процессом клиента, не торопит и не торопится, помнит об искусстве маленьких шагов. Руководствуйтесь принципом: «Если что-то происходит – не делай ничего. Если ничего не происходит – делай что-то».

«Трудные места» при работе с утратой и горем. Попытки утешить. Каждое горе уникально, и человек чувствует в нем проживающим нечто, что никто не в силах ни разделить с ним, ни понять. Поэтому вряд ли горюющий поверит нашим словам: «Я знаю, как Вам тяжело...» - вы не можете этого знать. Лучше будет честно сказать: «Я не представляю, что Вы чувствуете, но я хочу помочь». Работа с горем, в котором «порога непреодолимости» не может быть. Пропажа кого-то без вести, удержание в плену и другие случаи, когда есть все основания для беспокойства, но судьба пострадавшего неизвестна. Работа с людьми, проходящими через подобные события, нередко требуют усилий,

превосходящих силы одного помогающего специалиста. В подобных случаях привлекаются к сотрудничеству смежные службы (социальные работники). Работая с обратившимся за помощью клиентом в процессе горевания, необходимо помнить о риске «перегрузить» слишком тяжелыми для него чувствами. Не форсировать события, стараться заканчивать каждую сессию работы на позитивном аспекте: обращаться к положительным чувствам и ресурсам, обсудить действия, приносящие облегчение, а также поддержку, которую клиент может получить в своем близком окружении.

В проекте приняли участие профессиональные психологи, в том числе участники боевых действий, проведены такие занятия как тренинги по развитию эмоционального интеллекта, занятия по арттерапии.

В основном, конечно, оказаны личные консультации для матерей и погибших солдат.

Также составлены и розданы памятки по психологическому сопровождению. Проведены мастер классы по психологическому сопровождению для психологов и социальных работников в районах республики в целях более эффективной работы.

Организованы встречи с председателями ветеранских организаций в районах республики, также даны концерты патриотической песни.

Отчетность по реализации проекта замечаний не имеет

Финансовая отчетность о деятельности фонда сдана в налоговые органы вовремя

Отчет в минюст отправлен вовремя, размещен на портале Минюста РФ

Руководитель



Обоерод 2.1