

Я

С

Н

О

психотерапия для всех

Ясно – это онлайн-психотерапия

- ✓ Удобно проводить сессии с любого девайса
- ✓ Только квалифицированные терапевты
- ✓ 100% конфиденциальность



1 000+

терапевтов

30 000+

клиентов

200 000+

сессий

Психотерапия помогает

Нам иногда бывает сложно – и мы не всегда понимаем, почему. Поговорите об этом с психотерапевтом, и вы сможете...



Наладить отношения

Достичь взаимопонимания, открытости и гармонии с близкими людьми



Справиться с тревогой

...которая часто кажется беспричинной и может сильно мешать жить полной жизнью



Повысить самооценку

Полюбить себя и перестать беспокоиться по поводу веса, роста или отсутствия iPhone 12



Перестать прокрастинировать

Делать всё вовремя и придать ускорение своей карьере



Найти мотивацию

Начать заниматься любимым делом без каких-либо страхов, комплексов и сомнений



Разобраться в своих эмоциях / чувствах / мыслях

Квалифицированные специалисты

Все наши психотерапевты удовлетворяют строгим критериям отбора:

- ✓ профильное образование
- ✓ референс от профессора ВУЗа или профессиональной ассоциации
- ✓ опыт консультирования более трех лет и регулярное прохождение супервизии



Уже доверили нам своих сотрудников



Пётр Филатов, продюсер

«Когда понял, что без специалиста мне не обойтись, задался вопросом: «А как искать?».

«Ясно» на него мне ответил, сэкономил время и избавил от риска попасть к некомпетентному терапевту.

Сервис удобный, все в одном месте, все работает и нет ничего лишнего. И бонусом тут прекрасный блог.»

playgix

«Это один лучших бонусов от компании! Помогает держать здоровый баланс в работе и жизни в наши беспокойные времена. Наравне со спортом это оч необходимая помощь.»

@mail.ru
group

"...в Ясно я с первого раза нашла замечательного специалиста, и мне стало гораздо-гораздо легче работать из дома"

dentsu
LEGIS
network

aviasales



Skillbox

VC
.ru



КОММУНИКАЦИОННАЯ
ГРУППА

REDMIDROBOT

MEDIAINSTINCTGROUP

PIXONIC

PLAYGENDARY

Ситимобил mediacom

skyeng

Кейс – Mail.ru Group (~8 000 сотрудников)

Краткосрочная программа
поддержки сотрудников
(апрель-август 2020)

19,6% сотрудников продолжили заниматься платно после окончания программы

415 сотрудников воспользовалось сервисом

2 292 сессий было проведено

5,1% коэффициент вовлечения

5,5 сессий на сотрудника в среднем

Фидбэк

"Консультации на ясно помогли мне выйти из депрессии и справиться с проблемами что тянулись всю жизнь! Спасибо большое!"

"Я был бы рад продолжить занятия в Ясно, очень помогло избавиться от тревоги, я стал меньше отвлекаться на "блуждающие" мысли"

Кейс – Playrix (~2 000 сотрудников)

Постоянная программа поддержки сотрудников с мая 2020 года (частичная компенсация)

229 сотрудника воспользовалось сервисом

2 853 сессий было проведено

11,4% коэффициент вовлечения

12,6 сессий на сотрудника в среднем

63% сотрудников провели более 5 сессий

40% сотрудников провели более 10 сессий

Фидбэк

"Я рада наличию такого бонуса, как компенсация психотерапии. Это действительно поддержка сейчас для меня. Без компенсации я не решилась бы сама"

"Занятия с психологом – это один лучших бонусов от компании! Это очень помогает держать здоровый баланс в работе и жизни в наши беспокойные времена"

Кейс – Aviasales (~250 сотрудников)

Постоянная программа поддержки сотрудников с сентября
(частичная компенсация 50/50)



aviasales

25 сотрудников
воспользовались сервисом

272 сессий было
проведено

10% коэффициент
вовлечения

10,9 сессий на сотрудника
в среднем

60% сотрудников провели
5 и более сессий

Кейс – Skyeng

Пилотная программа поддержки сотрудников **ноябрь-декабрь**
(частичная компенсация)

23 сотрудников
воспользовалось сервисом

92 сессий было
проведено

3,5 сессии на сотрудника
в среднем

82% участников провели
3 и более сессий

55% сотрудников провели
более 5 и более сессий

Фидбэк

“Картинка сложилась. Многие стало понятно, в том числе запрос, с которым пришла, нашла ответы”

“Мне было не просто: много сопротивления, но я благодарна психотерапевту и себе за то, что мы разговариваем. Думаю, в этом много пользы.”

С нами классно работать

1

Оплачивайте только фактически проведённые сессии

2

Компенсируйте любой процент от сессии своей команде



3

Получите доступ к детальной информации по активности сотрудников на платформе

4

Сгенерированный промокод поможет отследить, чтобы только ваша команда имела доступ к сессиям Ясно

Как с нами работать?

1

Задаёте условия, какой процент от сессии вы компенсируете своей команде



2

Мы совместно оцениваем потенциальный бюджет и генерируем уникальный промокод



3

Вы отправляете промокод сотрудникам



Что делать, если не знаете условий?



Ясно генерирует промокод и команда начинает пользоваться сервисом

Примерно 2-3 недели мы анализируем вовлеченность сотрудников, чтобы оценить суммарные затраты на сервис для вас

Формируем условия по результатам пилота



- * Если вы хотите заранее зафиксировать бюджет, предлагаем вам страховую модель. Вы платите фикс за каждого сотрудника компании, и в течении ближайших 12 месяцев у них есть возможность посетить до X сеансов (2/5/10 или безлимитное)

Как выглядит процесс для сотрудника?

1

Сотрудник отвечает на базовые вопросы

2

Алгоритм Ясно подбирает ему несколько вариантов психотерапевтов под его профиль

3

Нужно выбрать удобное время и привязать карту, готово!

Что вас волнует?

Отношения | Депрессия

Самооценка | Карьера

Семья | Стресс

С кем хотели бы работать?

С женщиной | С мужчиной

Вам подойдут

Валерия | Екатерина | Константин

Александр | Лилия | Екатерина

Служба поддержки не только поможет с техническими вопросами, но и поможет выбрать, если нужно заменить терапевта

ясно

Здравствуйте! 🙌

Чем мы можем вам помочь?

Напишите нам

Как правило, команда отвечает в течение 10 минут.

Новый разговор

Просмотреть прошлые разговоры

Что мы ещё делаем?

Пульс-опрос о субъективном ощущении благополучия и продуктивности

50+%

сотрудников отмечают рост продуктивности после 5ой сессии (по данным Ясно)

Аналитика частотности запросов (тревога, стресс и др.) на основе данных анкет

50-80%

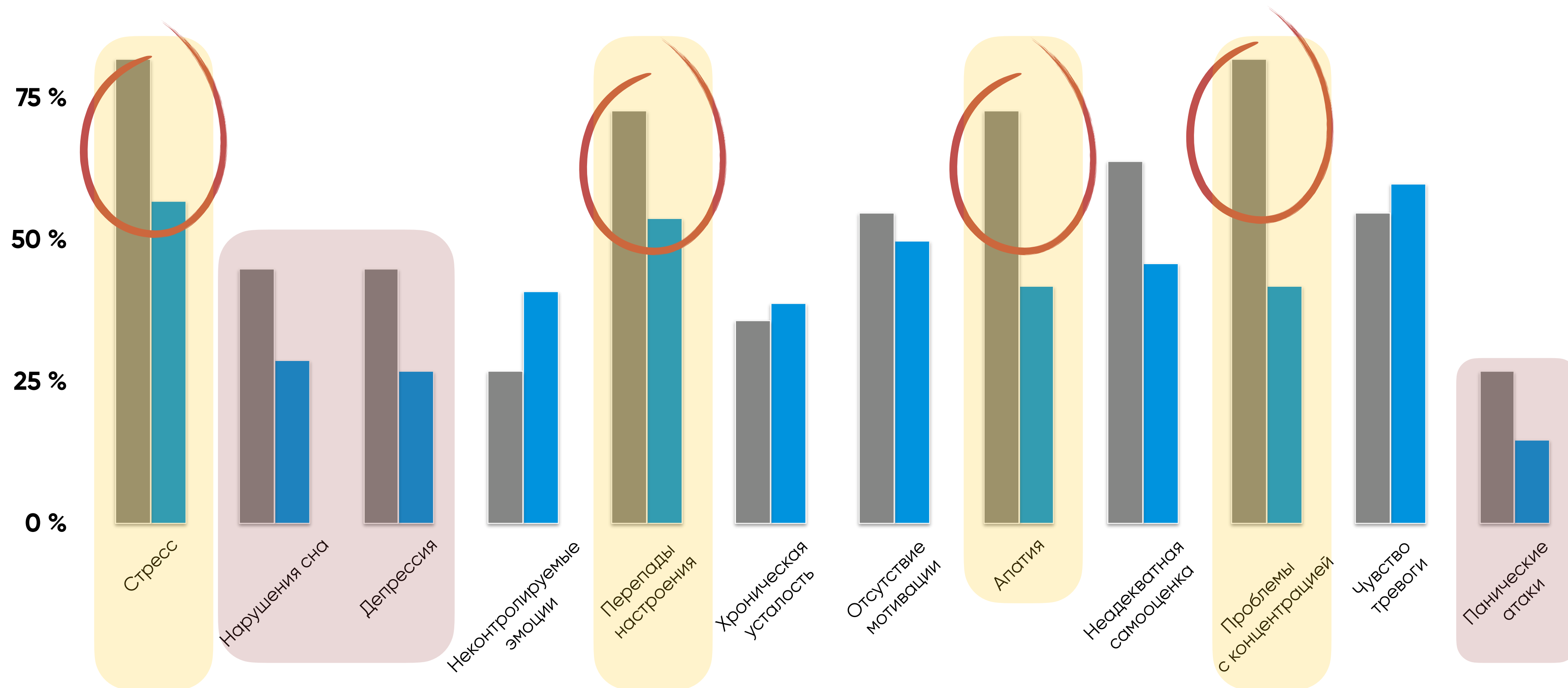
сотрудников хотят обсуждать карьерную мотивацию (по данным Ясно)

Бесплатные воркшопы для сотрудников корпоративных клиентов

Пример – что беспокоит сотрудников?

100 %

■ Средний показатель среди сотрудников Компании
■ Средний показатель по данным Ясно



Воркшопы




Выгорание и тайм-менеджмент




спикер Алексей Покотилов

Воркшоп о том, как тайм-менеджмент влияет на выгорание. Чувство потери контроля и феномен «снежного кома дел» – откуда берётся и как развивается?

корпоративный
выгорание




Работа и родительство




спикер Алена Пряник

Как найти баланс между работой и детьми, особенно при удаленной работе?

корпоративный
работа и родительство




Управление конфликтами




спикер Юрий Бастриков

На воркшопе спикер расскажет о видах конфликтов и стратегиях поведения в проблемных ситуациях

корпоративный
конфликты



Как самооценка влияет на работу и отношения



спикер Марина Ерофеева

Что такое чувство собственной ценности, и как оно связано с работой и отношениями?

корпоративный
самооценка

Формат

Zoom-воркшоп с интерактивными заданиями или общением в группах

Продолжительность:

1-1,5 часа
(с ответами на вопросы)

Стоимость:

50 000 рублей

Вопросы и ответы

Как работает психотерапия?

Психотерапия – это лечение разговором. Вы располагаетесь перед терапевтом (в нашем случае – с компьютером) и начинаете говорить обо всем, что вас волнует. Терапевт задает наводящие или уточняющие вопросы, и постепенно вы подходите к тому, что для вас действительно важно.

Как правило, для этого требуется время, потому что настоящие проблемы скрываются за пеленой стыда, запретов, искаженных представлений о себе и окружающих и так далее. Докопавшись до сути, вы начинаете эти проблемы решать.

Зачем моей компании подключать Ясно?

Сотрудники максимально лояльны к компаниям и руководителям, которые помогают им развиваться и становиться лучше как в профессиональном, так и в личном плане. Личные проблемы сотрудника будут отражаться на его концентрации, мотивированности и работоспособности.

Психотерапия может помочь членам вашей команды наладить в жизни то, что давно их беспокоит и как следствие, их продуктивность и общее ощущение комфорта на рабочем месте будут расти.

■ **Спасибо!**

