

ВСЕРОССИЙСКАЯ УЛИЧНАЯ АКЦИЯ #ДарюТепло

Алёна Слёзкина, менеджер проектов, Федеральный подростковый центр

Цели проведения акции #ДарюТепло:

- Информирование подростков на улицах об альтернативных способах проведения свободного времени в их населенных пунктах (подростковые центры, клубы, секции, мероприятия и пр.)
- Привлечение внимания к проблеме подростков на улице и развитие в субъектах Российской Федерации Служб уличной социальной работы с подростками в возрасте от 10 до 18 лет.

Что такое уличная социальная работа?

В основе работы с подростками в рамках акции лежит идея о том, что подростку трудно самому обратиться за помощью, поэтому специалист приходит сам, и основная часть взаимодействия происходит именно на территории подростка.

Специалист в таком случае становится посредником между подростком и доступными социальными возможностями, помогая преобразовать текущую ситуацию подростка в более ресурсную через установление с ним развивающего контакта.

Дарим тепло подросткам!

За год проведения акции специалисты уличных служб и волонтеры говорили с подростками о семье, культуре, спорте, благотворительности и волонтерстве, многонациональной культуре нашей страны и трудоустройстве. А еще – потанцевали вокруг елок в новогодних костюмах, делились традициями Масленицы и говорили о бесконечности во Всемирный день авиации и космонавтики!

Во всех регионах России подростки смогли ощутить поддержку и неравнодушие участников акции #ДарюТепло!



Актуальность

Получив старт в Международный день защиты детей в 2023 году, акция #ДарюТепло вызвала большой отклик по всей России и стала проводиться регулярно.

К концу 2023 года она приобрела настолько широкий размах, что объединила всю страну, охватив все регионы.



Краткая инструкция

- Ознакомиться с Положением и Рекомендациями по подготовке и проведении уличной акции #ДарюТепло
- Собрать команду из 2-5 человек, выбрать ответственного
- Зарегистрировать команду
- Присоединиться к группе акции в социальной сети во ВКонтакте
- Посмотреть установочную встречу

1

Как акция #ДарюТепло связана с праздниками?

2

Где оформить листовку?

3

Что можно предложить подросткам?

Как стать участником #ДарюТепло?

Вся информация с необходимыми материалами и ссылками для организации проведения акции подробно изложена на страницах:

Сообщество ВКонтакте



Информация на сайте





Могу
Чувствовать

#Могу Чувствовать

Мероприятие предназначено для подростков в возрасте **от 10 до 18 лет** и ориентировано на развитие их эмоционального интеллекта через обсуждение базовых ценностей, подростковых проблем, этических дилемм и тд.

Проводится в формате **рефлексивного занятия** - встреч с групповым просмотром и обсуждением фильмов, обсуждением книг и картин совместно с ведущим, желательно психологом подросткового пространства.



#Могу Чувствовать

Мероприятие позволяет объединить искусство и психологию в интересный и продуктивный инструмент самопознания.

Во время просмотра фильма, обсуждения книги или картины у участника происходит идентификация с одним или несколькими героями, а в процессе обсуждения под руководством ведущего подростки учатся различать разные оттенки эмоций и чувств, а также находить слова для их выражения. Этот метод помогает подросткам визуализировать свои проблемы и эмоции, преодолевать трудности, развивая в них навыки саморефлексии и самоанализа.

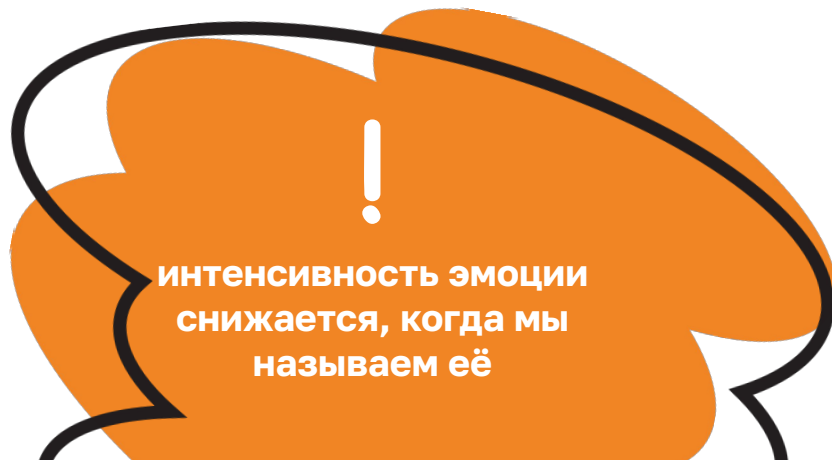
В рамках мероприятия подростки думают, анализируют и учатся отстаивать свою точку зрения.



Краткая инструкция

Эмоция - это активность в определенных мозговых структурах, которая побуждает нас изменить наше поведение в направлении минимизации или максимизации конкретного состояния.

Эмоции могут быть положительными, отрицательными или нейтральными и каждая эмоция имеет свою ценность и смысл.



«Колесо эмоций»

ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ		ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ	НАПРЯЖЕНИЕ
скука	печаль	торжество	тревога
сомнение	грусть	восхищение	волнение
растерянность	горе	радость	напряжение
неудовольствие		веселье	беспокойство
огорчение		сочувствие	неуверенность
досада		удовольствие	озабоченность
сожаление		воодушевление	сомнение
страх		влюбленность	
обида		нежность	
опустошенность		бодрость	
злость		предвкушение	
подавленность		интерес	
неприязнь		удивление	
раздражение		уверенность	

Темы практик подобраны в соответствии с «колесом эмоций». Программа разработана на основе трехмерной модели структуры эмоциональных состояний (Д.В. Люсин, НИИ ВШЭ)

Предлагаемая модель описывает структуру эмоциональных состояний, в основу которой положены эмпирические данные, собранные на русскоязычных испытуемых.

Эмоциональные состояния можно описать с помощью трехфакторной структуры:

Первый фактор можно назвать «Отрицательные эмоции»,
Второй фактор – «Положительные эмоции»,
Третий фактор – «Напряжение».

Основные цели мероприятия

- **Развитие эмоциональной компетентности подростков** и расширение их эмоционального словаря, что позволяет подросткам лучше распознавать и выражать свои эмоции, а также понимать и воспринимать эмоции других людей, осознавать физические и психологические симптомы, которые сопровождают эмоции, управлять своим поведением в социальных ситуациях и устанавливать границы в отношениях.
- **Формирование навыков эмпатии и социальной ответственности**, что способствует развитию позитивных отношений с окружающими и укреплению социальной связи.
- **Поддержка ментального здоровья подростков**, что способствует снижению уровня стресса и тревожности, повышению самооценки и самопринятия.



Как организовать мероприятие

1. **Посмотреть запись** установочной встречи по подготовке и проведению мероприятия.
2. **Зарегистрировать** организацию для участия.
3. **Пригласить** на мероприятие подростков.
4. **Организовать** в подростковом пространстве условия для комфортного проведения мероприятия.
5. **Провести** его в соответствии со Структурой мероприятия.

После проведения мероприятия **#МогуЧувствовать** ведущим мероприятия и его участникам предлагается по желанию заполнить анкеты обратной связи.

Структура мероприятия

■ Подготовка подростков к занятию

Ведущий сообщает тему, цели и задачи практики.

Если для занятия выбран фильм, то ведущий информирует, на что обращать внимание во время просмотра. При просмотре можно заострять внимание подростков на деталях (конкретных эмоциональных проявлениях), останавливая фильм.

■ Спонтанное обсуждение просмотренного, прочитанного, увиденного

Участники высказывают мысли и чувства, вызванные затронувшими их эпизодами, ситуациями и героями.

■ Детальное дискуссионное обсуждение

Ведущий в соответствии с рекомендациями, полученными от Организатора, задает заранее подготовленные вопросы и называет спектр эмоций из «колеса эмоций», предложенный к обсуждению Организатором.

■ Обобщение обсуждений ведущим

Ведущий помогает участникам осознать их переживания, эмоции, определить, какое проявление чувств для них доступно и приемлемо, а что вызывает сложности и недопустимо.

■ Подведение итогов

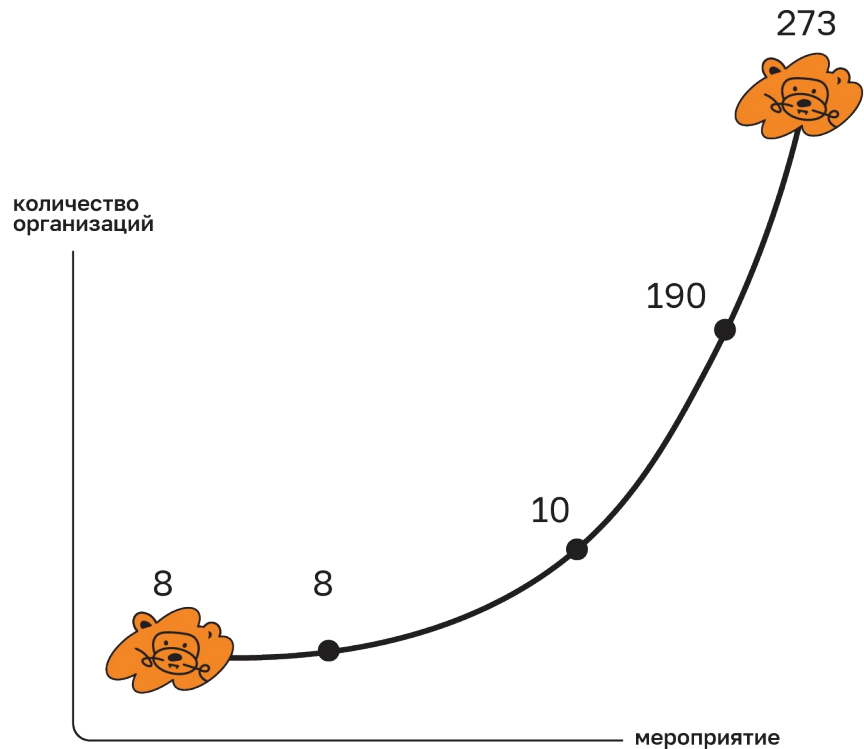


Преимущества рефлексивного занятия

- **Возможность** создания безопасной и эмоционально поддерживающей среды.
- **Знакомство с произведениями искусства** дает подросткам возможность наблюдать и анализировать персонажей, ситуации и их реакции, а также сравнивать их с собственным жизненным опытом.
- **Опосредованное влияние взрослых.**
- **Развитие эмпатии:** когда подростки оказываются в роли наблюдателя переживаний других персонажей, они могут лучше понять, как их собственные решения и поступки влияют на окружающих людей.



Актуальность



**РОДИТЕЛЬСКАЯ
ГОСТИНАЯ**

ФПЦ

#РодительскаяГостиная

Мероприятие носит **регулярный характер**

Включает два блока:

1. Развивающая лекция (диалог, беседа)
2. Активность для родителей в одном из форматов

Задачи проведения мероприятия:

- ☐ Формирование и развитие родительского (семейного) сообщества вокруг Подростковых пространств;
- ☐ Проведение регулярных развивающих лекций по теме детско-родительских отношений в Подростковых пространствах;
- ☐ Вовлечение специалистов сферы работы с детьми и молодежью в комплексную работу с семьями

Как организовать мероприятие

- 1. Провести развивающую лекцию** (диалог, дискуссию) на основании предоставленного материала (запись установочной встречи, структура лекции, сценарий лекции)
- 2. Организовать активности** в день мероприятия на территории подросткового пространства в одном или нескольких форматах:
 - свободный досуг в подростковом стиле (отдых, настольные игры, чаепитие и др.)
 - творческий мастер-класс, флэшмоб, кинолекторий, социальный театр и т.п.
- 3. Предложить членам семей подростков раздаточный материал.**
Предоставляется в двух вариантах: готовый к печати и версия с возможностью дополнить материал информацией об организации.
- 4. По желанию дать обратную связь от организации и участников.**

Как осветить мероприятие в социальных сетях

- При оформлении информационных материалов используйте, пожалуйста, фирменный цвет:

тёмно-розовый: # E41753; светло-розовый: # FB2477

- В ваших анонсах и пост-релизах для социальных сетей и СМИ добавляйте помимо ваших логотипов логотипы ФПЦ и/или #РодительскойГостиной, символ акции
- Отмечайте ФПЦ в своих публикациях в социальных сетях и СМИ: Телеграм, ВКонтакте, Одноклассники

При оформлении контента в социальных сетях помимо ваших хештегов, просим ставить хештеги мероприятия и партнеров

#РодительскаяГостиная

#ФПЦ

#УПР РФ

Актуальность

В мероприятии
#РодительскаяГостиная приняло
участие более 3000 организаций
(подростковых центров, школ,
колледжей, библиотек и других
учреждений) из 88 регионов
России.

<3000

организаций

88

регионов
России

Типовой сценарий

Основной целевой группой, на которую направлено Мероприятие, являются родители (законные представители) подростков от 10 до 18 лет, а также другие совершеннолетние родственники (бабушки, дедушки, дяди, тети, братья, сестры) подростков.

Каждое Мероприятие посвящено определенной актуальной для родителей (законных представителей) подростков теме и направлено на реализацию целей и задач Мероприятия.

Развивающая лекция (диалог, беседа)

Для успешной подготовки к Мероприятию Организатором заранее проводится установочная встреча, на которой представители Подростковых пространств узнают содержание развивающей лекции (диалога, беседы), а также могут задать интересующие их вопросы, после чего Организатор предоставляет структуру и сценарий развивающей лекции (диалога, беседы).

Развивающая лекция (диалог, беседа) состоит из следующих частей:

- Вступление. Преподаватель или психолог Подросткового пространства (далее - ведущий) погружает участников в проблематику заявленной темы развивающей лекции (диалога, беседы).
- Основная часть. Ведущий раскрывает суть, проблематику заявленной темы развивающей лекции (диалога, беседы) и разбирает важные аспекты выбранной темы.
- Ответы на вопросы. Ведущий отвечает на вопросы родителей (законных представителей) подростков по теме развивающей лекции (диалога, беседы).
- Заключение. Ведущий подводит итоги развивающей лекции (диалога, беседы) и раздает по возможности родителям (законным представителям) подростков раздаточный материал, подготовленный Организатором, для самостоятельного изучения

Контакты

**Сообщество
ВКонтакте**



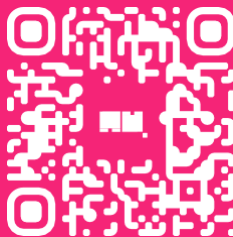
**Информация
на сайте**



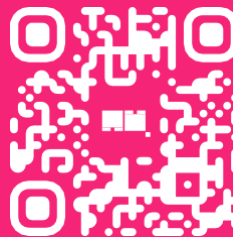
ССЫЛКИ НА ФПЦ В СОЦСЕТЯХ



Ссылка
на наш сайт



Наша группа
в Телеграмм



Наша группа
ВКонтакте



Наша группа
в Одноклассниках