

росмолодёжь
общественный
совет

Индивидуальный проект Маркодеевой А.О. —
члена Общественного совета
при Федеральном агентстве по делам молодёжи
на 2025 год

Общее	
Название проекта	Обучающие мастер-классы по оказанию психологической поддержки пострадавшим и основы самопомощи при острых психологических реакциях на стресс
Регион проекта	Российская Федерация
Масштаб проекта (Всероссийский, межрегиональный, региональный, местный)	Всероссийский проект
Сроки реализации	2024-2025
О проекте	
Краткая информация о проекте	<p>Проект «Обучающие мастер-классы по оказанию психологической поддержки пострадавшим и основы самопомощи при острых психологических реакциях на стресс» направлен на обучение детей и молодежи навыкам оказания психологической поддержки в кризисных ситуациях/чрезвычайных происшествиях.</p> <p>Психологическая поддержка — это система приемов, которые позволяют людям, не имеющим психологического образования помочь себе и окружающим справиться с психологическими реакциями.</p> <p>В рамках проекта Добровольцы Всероссийского студенческого корпуса спасателей (далее — ВСКС) проведут обучающие мастер-классы, на которых участники получают знания и навыки, необходимые для оказания эффективной психологической поддержки людям, пережившим травмирующие события или находящимся в острых стрессовых состояниях, также основы самопомощи.</p>

	<p>Проект способствует повышению уровня психологической грамотности у Добровольцев ВСКС, детей и молодежи, а также формированию культуры оказания психологической поддержки в обществе в рамках культуры безопасности.</p>
<p>Описание проблемы, решению/снижению которой посвящен проект</p>	<p>Человек, оказавшись в чрезвычайной ситуации, переживает сильное эмоциональное потрясение, ведь его привычная "нормальная" жизнь в одно мгновение изменилась. Находясь в таком состоянии, человек не всегда самостоятельно может справиться с сильнейшими эмоциями, которые захлестывают его в этот момент. Это могут быть и страх, и гнев, и обида, и тревога, безысходность и острейшее чувство утраты, потери. Именно поэтому так важно его поддержать и помочь найти силы и мужество жить дальше.</p> <p>В сентябре 2024 года в силу вступил Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03.05.2024 № 220Н, который утвердил новый порядок оказания первой помощи и перечень состояний, при которых каждый гражданин Российской Федерации имеет права оказать первую помощь. Впервые в данный перечень включили острые психологические реакции на стресс.</p>
<p>Основные целевые группы, на которые направлен проект</p>	<p>Добровольцы ВСКС, дети (учащиеся образовательных учреждений среднего образования) и молодежь до 35 лет, включая студентов образовательных учреждений высшего и среднего профессионального образования.</p>
<p>Основная цель и задачи проекта</p>	<p>Цели проекта:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Популяризация и повышение уровня психологической грамотности у детей и молодежи. - Обучение навыкам оказания психологической поддержки пострадавшим и основам самопомощи при острых психологических реакциях на стресс. <p>Задачи проекта:</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовка и обучение добровольцев ВСКС основам оказания психологической поддержки и отработка навыков. 2. Повышение уровня знаний и навыков молодежи в области культуры безопасности; 2. Повышение интереса детей и молодежи к вопросам личной и общественной безопасности; 3. Разработка серии Памяток о видах острых психологических реакций на стресс и способов оказания психологической поддержки. 4. Распространение серий Памяток через информационные ресурсы партнеров. 5. Популяризация спасательного дела. 6. Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации.
Перспектива развития и потенциал проекта	<p>Перспективы развития проекта:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение мастер-классов по всей стране, что повысит осведомленность общества о важности оказания психологической поддержки. 2. Создание онлайн-платформы с обучающими материалами и возможностью получения консультаций от специалистов. Это сделает проект доступным для большего числа людей, а также позволит продолжить обучение после завершения мастер-классов. 3. Сотрудничество с государственными и общественными организациями, которые занимаются оказанием помощи пострадавшим. Это поможет интегрировать проект в существующую систему поддержки и сделать его более эффективным. 4. Проект способствует повышению уровня осведомленности общества о важности психологической поддержки и самопомощи, что может привести к снижению уровня стресса и улучшению качества жизни людей.
Партнеры	
Название	Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь)
Тип поддержки	Организационная и информационная поддержка в реализации поставленных задач

Медиа

Ссылки на публикации

Предварительное информационное освещение планируется в ряде СМИ:
- Информационное агентство ТАСС
- Лента. ру
- Известия
- Вечерняя Москва
А также в коммуникационных площадках партнёров проекта.

Результаты

Качественные результаты

1. Достигнуты поставленные задачи в рамках подготовительных этапов реализации проекта.
2. Дети и молодежь получили навыки и знания в области оказания психологической поддержки и самопомощи при чрезвычайных ситуациях.
3. Информационная осведомленность населения о важности оказания психологической поддержки и культуре безопасности.

Количественные результаты

1. Разработана **серия Памяток** о видах острых психологических реакций на стресс и способов оказания психологической поддержки.
2. Не менее **100 добровольцев ВСКС** подготовлены к проведению мастер-классов по оказанию психологической поддержки пострадавшим и основы самопомощи при острых психологических реакциях на стресс.
3. Не менее **1000 детей и молодежи** по всей стране прошли мастер-классы и повысили свой уровень навыков и знаний в области оказания психологической поддержки.

Социальный эффект

1. Формирование у участников мастер-классов навыков оказания психологической поддержки другим людям, что может способствовать созданию более поддерживающей и эмпатичной среды в обществе.
2. Развитие у участников способности к самопомощи при стрессе, что позволит им лучше справляться с эмоциональными трудностями и повысит их уровень психологического благополучия.

	<p>3. Создание сообщества людей, готовых оказывать поддержку друг другу в сложных жизненных ситуациях, что будет способствовать укреплению социальных связей и повышению социальной сплочённости.</p>
--	---



Обучающие мастер-классы по оказанию психологической поддержки пострадавшим и основы самопомощи при острых психологических реакциях на стресс

Индивидуальный проект

члена Общественного совета
при Федеральном агентстве по делам молодёжи,
первого заместителя руководителя ВСКС
Маркодеевой А.О.

Срок реализации: 2024 – 2025 годы

ЦЕЛИ ПРОЕКТА

- Популяризация и повышение уровня психологической грамотности у детей и молодёжи
- Обучение навыкам оказания психологической поддержки пострадавшим и основам самопомощи при острых психологических реакциях на стресс

Целевая аудитория: дети и молодёжь

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

1

Подготовка и обучение добровольцев ВСКС основам оказания психологической поддержки и отработка навыков

2

Повышение уровня знаний и навыков молодёжи в области культуры безопасности

3

Повышение интереса детей и молодёжи к вопросам личной и общественной безопасности

4

Разработка блока в рамках методических рекомендациях о видах острых психологических реакций на стресс и способов оказания психологической поддержки

5

Распространение методических рекомендаций через преподавательское сообщество

6

Популяризация спасательного дела

7

Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации

ФАКТИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

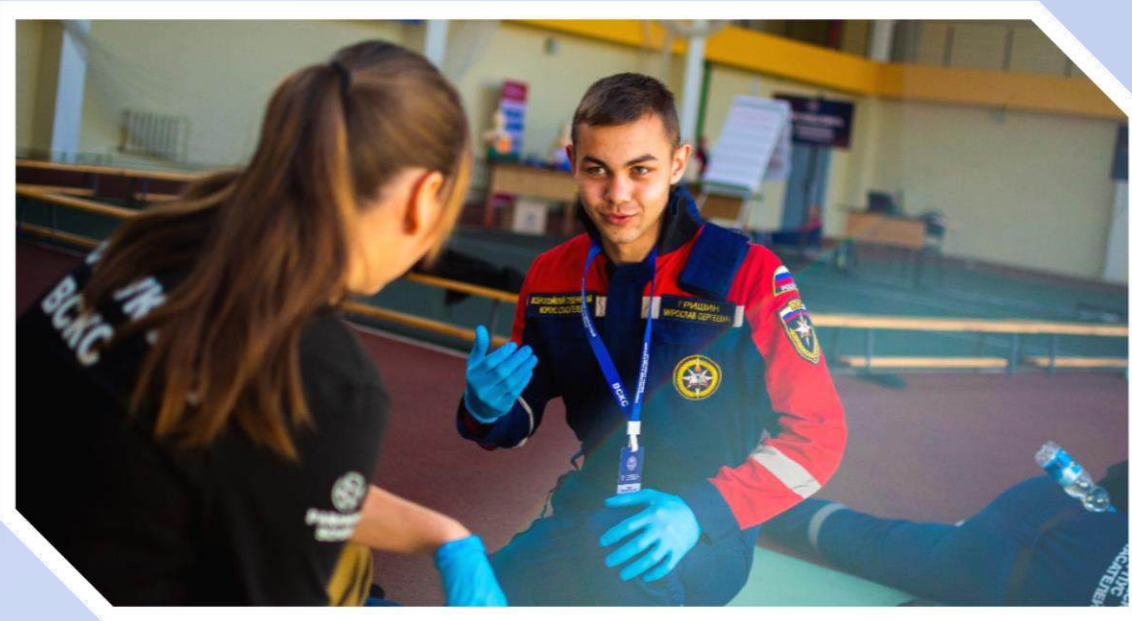
1. В рамках Методических рекомендаций выделен и актуализирован раздел, посвященный видам острых психологических реакций на стресс и способам оказания психологической поддержки;

2. Более 120 добровольцев ВСКС прошли обучение для проведения мастер-классов по оказанию психологической поддержки пострадавшим и основам самопомощи при острых психологических реакциях на стресс;

3. Проведено более 45 мастер-классов с общим охватом 1 792 человека.

Социальный эффект:

1. Формирование у участников мастер-классов навыков оказания психологической поддержки другим людям.
2. Развитие у участников способности к самопомощи при стрессе.
3. Создание сообщества людей, готовых оказывать поддержку друг другу в сложных жизненных ситуациях.



Перспектива развития:

1. Проведение мастер-классов по всей стране, в рамках комплекса мероприятий, посвященных 25-летию.
2. Создание «Банка знаний» от ВСКРС с материалами по оказанию первой помощи и психологической поддержке.
3. Сотрудничество с государственными и общественными организациями, которые занимаются оказанием помощи пострадавшим.

Спасибо за внимание

