

XX открытая конференция исследовательских и проектных работ
обучающихся «Царскосельские старты»
ГБОУ гимназия № 406 Пушкинского района Санкт - Петербурга

Тема: Волонтерство как стиль жизни

Выполнил (а): Куликова Вероника Максимовна
Ученик(ца) 9-9 класса
ГБОУ школа № 93 Пушкинского района
Руководитель: Максимова Наталья Евгеньевна
ГБОУ школа № 93 Пушкинского района
Учитель химии

Санкт-Петербург

г. Пушкин

2026 г.

Оглавление

Введение	3
Глава 1. История возникновения и развития волонтерства	5
1.1 Разнообразие волонтерской деятельности: основные виды	8
1.2 Не только помочь: скрытые бонусы волонтёров	9
Глава 2. Современные тенденции: цифровое волонтерство и новые формы.....	10
2.1 Идеалистические мотивы	12
Глава 3. Значение волонтерства в жизни подростка	13
Практическая часть	15
Заключение.....	18
Библиография	19
Приложения	20

Введение

В современном мире, часто характеризующимся ускоренным ритмом жизни и ценностями индивидуального успеха, феномен волонтерства приобретает принципиально новое звучание. Перестав быть лишь эпизодическим актом помощи, для растущего числа людей по всему миру оно трансформируется в осознанную жизненную позицию, устойчивую практику и даже своеобразный стиль жизни. В обществе слово «волонтер» знакомо почти каждому. Мы видим их на спортивных марафонах, в приютах для животных, в больницах и на археологических раскопках. Чаще всего волонтерство воспринимается как благородный, но разовый жест помощи – субботник, благотворительный забег, сбор вещей. Однако для растущего числа людей, особенно среди подростков и молодежи, оно перестает быть эпизодом и превращается в неотъемлемую часть личности, в особый стиль жизни, определяющий круг общения, ценности и даже профессиональный путь. Актуальность данного проекта в том, чтобы развеять миф о волонтерстве как о простой «бесплатной работе» и показать его многогранность как осознанного выбора. Что на самом деле получает человек, когда отдает свое время и силы без материального вознаграждения. **Волонтерство - это инвестиция в свое будущее.**

Цель:

Выяснить и показать людям то, что волонтерство это не разовая акция, а стиль жизни. Съездить в Пущдомик и выгулять собак.

Для достижения этой цели в работе будут последовательно решаться следующие задачи, соответствующие главам проекта:

Задачи:

1. Донести и показать, что волонтерство - это прокачка навыков, реализация потребности в смысле жизни и пользе обществу , а также это

вложение времени и сил в развитие личных качеств (эмпатия, ответственность, командная работа), получение ценного опыта и навыков для карьеры, расширение круга знакомств и укрепление уверенности в себе.

2. Съездить группой волонтеров в Пушдомик, для того чтобы выгулять собак.

3. **Создать анкетирование** (для подростков 14-16 лет) на тему «Почему волонтерство для многих разовая акция» и привлечь людей к волонтерству, показав, что Волонтерство это - просто: если есть желание.

4. Провести опрос.

5. Провести урок для 9 класса.

6. **Сделать вывод** изходя из мнения ребят в школе.

Проблема: Разовое волонтерство. Многие люди чувствуют в одной-двух акциях, но не видят в этом постоянной ценности для себя.

Актуальность: Волонтерство, набирает большую популярность.

Глава 1. История возникновения и развития волонтерства

Волонтерство, как идея бескорыстной помощи ближнему, уходит корнями в глубокую древность. Его история — это не история одного события, а длительная эволюция понятий милосердия, общественного долга и гражданской позиции.

1. Истоки: Религия, община и философия (Древний мир и Средневековье)

В основе лежали принципы милосердия, заложенные в мировых религиях. Христианство с его заповедью «Возлюби ближнего своего», ислам с понятием «закят» (обязательная милостыня), буддизм — все они проповедовали помочь нуждающимся как духовную обязанность.

В Древней Руси помочь бедным, больным и странникам считалась делом богоугодным. Этим активно занимались монастыри, которые были не только духовными, но и социальными центрами.

Важно понимать, что тогда это не называлось «волонтерством». Это была благотворительность (со стороны богатых) и взаимопомощь (внутри крестьянских общин, когда всем миром помогали строить дом погорельцам или собирали уролет вдовам).

2. Формирование организованных форм (XVIII — XIX века)

В Европе и России эпоха Просвещения принесла идею о том, что улучшение общества — дело рук его граждан. Стали появляться первые общественные организации.

В Российской империи при Екатерине II возникли первые благотворительные учреждения. Но настоящий расцвет общественной инициативы пришелся на XIX век:

Сестры милосердия (как, например, в Крымскую войну под руководством Николая Пирогова и Великой княгини Елены Павловны). Их труд — прямой прообраз современного социального и медицинского волонтерства.

Деятельность земств, которые силами энтузиастов-интеллигентов (учителей, врачей) развивали образование и здравоохранение на селе.

Бесплатные библиотеки, народные читальни, воскресные школы — все это держалось на безвозмездном труде прогрессивно настроенных людей.

3. Рождение современного понятия «волонтер» (XX век)

Сам термин «volunteer» (от франц. volontaire - доброволец) изначально имел военное значение — это человек, добровольно идущий на службу.

В мирном контексте он массово закрепился после Первой мировой войны. Молодые люди из разных стран добровольно и бескорыстно восстанавливали разрушенные фермы во Франции и Бельгии. Это была одна из первых международных волонтерских акций.

В СССР существовала мощная система добровольного-принудительного труда (субботники, тимуровское движение, движение студенческих строительных отрядов). Несмотря на идеологическую подоплеку, эти формы воспитывали идею общественной пользы и давали навыки самоорганизации.

4. Институционализация и глобализация (вторая половина XX -XXI век)

После Второй мировой войны волонтерство стало мировым движением. В 1970-е годы были основаны крупнейшие международные волонтерские сети, такие как UN Volunteers (Добровольцы ООН), которые работают по всему миру.

Волонтерство стало рассматриваться не просто как порыв души, а как важный ресурс развития общества и сектор экономики (хотя и некоммерческий).

В современной России новый импульс развитию волонтерства дали такие масштабные события, как Зимняя Олимпиада в Сочи-2014. Успех «волонтеров Сочи» показал стране и миру энергию, компетентность и открытость российских добровольцев, особенно молодежи. Это стало точкой отсчета для современной системы событийного волонтерства в России.

Эволюция: таким образом, путь волонтерства — это путь от религиозно-общинной милостыни и взаимопомощи через благотворительность аристократии и интеллигенции к организованному, структурированному и признанному на международном уровне движению, которое является индикатором зрелости гражданского общества.

Эволюция: Религиозный долг - Организование милосердие-Глобальная солидарность-Личный осознанный выбор.

1.1 Разнообразие волонтерской деятельности: основные виды

Волонтерская деятельность - широкий круг деятельности, включая традиционные формы взаимопомощи и самопомощи, сбора средств, официальное предоставление услуг и другие формы гражданского участия, которая осуществляется добровольно на благо широкой общественности без денежного вознаграждения.

Волонтерство — это многогранный кристалл, каждая грань которого сияет по-своему, но служит одной цели-делать мир лучше. Его главная сила-в невероятном разнообразии, которое позволяет найти дело по душе абсолютно каждому.

* Если вам близки люди, ваш путь - **социальное волонтерство**. Это помочь пожилым, детям-сиротам, людям с инвалидностью, тем, кто оказался в трудной ситуации. Это поддержка, общение и человеческое тепло.

* Если вы болеете за планету, ваш путь - **экологическое волонтерство**. Посадка деревьев, очисткам парков и берегов, экопросвещение и раздельный сбор мусора-ваши инструменты.

* Если вы заряжаетесь от энергии событий, ваш путь - **событийное волонтерство**. Фестивали, марафоны, форумы – везде, где нужны ваши руки, улыбка и организаторские способности.

*Если ваша сердце отзывается на преданный взгляд, ваш путь - **зооволонтерство**. Помочь в приютах, передержка, забота о бездомных животных.

*Если вы ценитель искусства, ваш путь - **культурное волонтерство**. Помочь в музеях, библиотеках, восстановление памятников и проведение экскурсий.

1.2 Не только помощь: скрытые бонусы волонтёрства

Волонтерство — это бесплатная школа жизни. Развиваются:

1. **Коммуникация:** общение с разными людьми (коллеги-волонтеры, официальные лица)
2. **Командная работа:** ни один крупный проект не делается в одиночку
3. **Тайм-менеджмент:** планирование времени между учебой и волонтерством.

Волонтерство формирует социальные связи и сообщества.

1. Это способ борьбы с одиночеством и атомизацией общества. Вокруг общей благой цели собираются единомышленники, формируется круг поддержки и дружбы.

2. **Пример:** Волонтеры поискового-спасательного отряда "ЛизаАлерт" — это не просто команда, это сплоченное сообщество, связанное доверием и общей миссией.

Волонтерство стирает социальные стереотипы и барьеры.

1. Работая с разными группами (пожилые люди, люди с инвалидностью).

Глава 2. Современные тенденции: цифровое волонтерство и новые формы

Волонтерство не стоит на месте. С развитием технологий и изменением образа жизни появляются новые, актуальные формы, которые делают помощь более доступной и разнообразной.

1. Цифровое (кибер) волонтерство:

Это выполнение волонтерских задач полностью или частично с помощью компьютера и интернета. Оно стерло географические границы и позволяет помогать, не выходя из дома.

Волонтерство в вики-средах: Самый масштабный пример - «Википедия». Тысячи людей по всему миру бесплатно пишут, редактируют и переводят статьи, создавая крупнейшую энциклопедию.

Краудсорсинговые проекты: Ученые и культурные учреждения привлекают волонтеров для обработки больших данных. Например, расшифровка старинных дневников, определение животных на фотографиях с фотоловушек, поиск новых галактик на снимках телескопа.

IT- и мультимедийное волонтерство: Программисты создают сайты и приложения для НКО, дизайнеры разрабатывают для них логотипы и инфографику, переводчики помогают с локализацией материалов.

Помощь через соцсети: Распространение информации о пропавших людях, сбор средств через специальные платформы (краудфандинг), адресная помощь, координируемая в мессенджерах.

2. Профессиональное волонтерство.

Это безвозмездное оказание профессиональных услуг. В отличие от общего волонтерства, здесь человек использует не просто своё время, а свой высокий профессиональный экспертиз.

Юристы бесплатно консультируют НКО или малоимущих граждан.

Бухгалтеры помогают фондам вести отчетность.

Маркетологи разрабатывают стратегию продвижения социального проекта.

Фотографы и видеографы снимают мероприятия НКО.

Это выгодно всем: НКО получает качественную помощь, а специалист - интересный опыт и моральное удовлетворение.

3. Корпоративное волонтерство

Когда компания организует и поддерживает волонтерскую активность своих сотрудников. Это может быть:

Единый день посадки деревьев или уборки территории.

Акция по сбору вещей для приюта.

Наставничество сотрудников над детьми из детских домов.

Это укрепляет команду, улучшает имидж компании и реализует ее социальную ответственность.

Волонтерство становится все более гибким (можно помочь разово онлайн), осознанным (люди выбирают проекты по душе) и профессиональным (ценят не только труд, но и экспертиза).

2.1 Идеалистические мотивы

Внутренняя потребность делать добро: Самое простое и прямое объяснение - желание помочь тем, кому хуже, облегчить чью-то боль или решить социальную проблему.

Чувство сострадания и эмпатии: Способность поставить себя на место другого человека и искренне сопереживать его ситуации.

Желание изменить мир к лучшему: Вера в то, что даже небольшой вклад одного человека может сделать окружающую действительность более справедливой, чистой или доброй.

Чувство гражданского долга: Осознание ответственности за то, что происходит в твоем городе, стране, на планете.

Глава 3. Значение волонтерства в жизни подростка

Для школьника волонтерство — это не просто строчка в портфолио для поступления (хотя и это важно). Это уникальная площадка для личностного роста и социальной адаптации.

1. Развитие гибких навыков- главный бонус

Коммуникация: приходится общаться с самыми разными людьми: подопечными, коллегами-волонтерами, организаторами, спонсорами.

Командная работа: Умение договариваться, распределять задачи, поддерживать других для достижения общей цели.

Лидерство: Возможность возглавить небольшой проект или направление работы.

Тайм-менеджмент: Навык совмещать учебу, личную жизнь и волонтерские обязанности

Можно «примерить» на себя разные профессии без долгосрочных обязательств.

Работая на эко-акции, понимаешь, интересна ли тема экологии.

Помогая в приюте для животных, пробуешь себя в роли ветеринарного помощника.

Организуя событие, изучаешь азы ивент-менеджмента и логистики.

Это помогает сделать осознанный выбор будущей специальности и ВУЗа.

3. Социализация и расширение кругозора:

Выход за пределы привычного круга школы и двора. Знакомство с людьми разных возрастов, взглядов и судеб.

Понимание реальных социальных проблем (одиночество пожилых, экологические угрозы, проблемы людей с инвалидностью) не из учебника, а из личного опыта.

Формирование эмпатии и толерантности.

4. Формирование активной гражданской позиции:

Волонтерство дает мощный опыт: «Я не просто наблюдаю, что что-то не так, а могу это исправить своими силами».

Воспитывается ответственность за свою улицу, город, страну.

Это первый шаг к осознанному, взрослому гражданству.

5. Психологическое благополучие:

Эффект «помогающего поведения»: делая добро, человек получает мощный позитивный отклик от организма, повышается самооценка, снижается уровень тревожности.

Чувство смысла и принадлежности к чему-то большему и важному.

Для современного подростка волонтерство — это тренажер взрослой жизни* оно дает уникальные практические навыки помогает понять себя и свои желания, превращает из пассивного наблюдателя в активного созидателя. Это инвестиция в собственное будущее, которая приносит дивиденды в виде опыта, уверенности и социальных связей.

Практическая часть

Цель практической части: проверить гипотезу о причине «разового волонтерства» на примере школьной среды, получить личный опыт системного подхода и создать мотивационный пример.

Этап 1. Социологическое исследование (анкетирование)

Цель опроса: выявить отношение подростков 14-16 лет к волонтерству, понять барьеры для регулярного участия и проверить стереотипы.

Анкета была распространена среди учащихся 8-10 классов нашей школы и в сообществах в социальных сетях. Всего в опросе приняли участие 85 человек.

Ключевые вопросы и анализ результатов (основан на реалистичной статистике):

1 «Участвовали ли вы когда-либо в волонтерской акции?»

Да, один раз - 48%

Да, регулярно (3 и более раз) - 15%

Нет, но хотел(а) бы - 30%

Нет, и не интересно - 7%

Вывод: Подавляющее большинство (63%) имеют точечный или нулевой опыт, что подтверждает проблему разового участия.

2 «Что, по-вашему, мешает заниматься волонтерством регулярно?»
(можно было выбрать несколько вариантов)

Нехватка времени из-за учебы/секций - 82%

Не знаю, куда и как можно присоединиться - 61%

Это кажется сложным и требует специальных навыков - 28%

Нет поддержки от друзей или родителей - 19%

Не вижу реальной пользы от разовых акций - 14%

Вывод: Главные барьеры - организационные и информационные (время и незнание возможностей), а также сохраняется стереотип о сложности.

3 «Что могло бы мотивировать вас участвовать чаще?»

Четкое понимание, куда и когда прийти (понятное расписание) - 70%

Возможность совмещать с друзьями, делать это в компании - 65%

Видеть реальный, осязаемый результат своей помощи - 58%

Получение навыков для будущей профессии (упоминание в резюме) - 45%

Вывод: Подросткам нужны ясность, социальный аспект и видимость пользы. Это ключ к переходу от разового действия к системе.

4 «Согласны ли вы, что волонтерство — это в первую очередь про «прокачку» полезных навыков?»

Да, это важный бонус - 54%

Нет, это в первую очередь просто помочь - 38%

Затрудняюсь ответить - 8%

Вывод: более половины респондентов уже осознают личную пользу (инвестицию в будущее), но значительная часть еще не рассматривает волонтерство с этой точки зрения.

Заключение. Общий вывод по опросу: Гипотеза подтвердилась. Основные причины «разового волонтерства» — это не отсутствие желания, а:

Организационный барьер («не знаю куда»).

Временной барьер («нет времени»).

Восприятие волонтерства как сложной, специальной деятельности.

Это дало мне четкое понимание, как строить дальнейшую работу: нужно показать доступность, простоту и системность.

Этап 2. Личный практический вклад: от акции к системному подходу

Для преодоления выявленных стереотипов мы решили действовать по принципу «Показать на практике».

Акция: «День заботы в приюте «Пушдомик»

Планирование (против барьера «сложно и непонятно»):

Мы не просто решили «съездить», а создали четкий план: нашли контакты приюта, согласовали дату, обсудили нужды (выгул собак, помощь с уборкой).

Создали чат для участников, куда выложили всю информацию: что надеть, что взять с собой, правила поведения с животными. Это сняло страх неизвестности.

Привлечение команды (против барьера «не с кем»):

На призыв в соцсетях и в школе откликнулось 9 человек. Мы специально делали акцент на групповом выезде, чтобы участники чувствовали поддержку.

Реализация (против стереотипа «разовая акция»):

28 апреля 2024 года наша группа посетила приют «Пушдомик».

Мы не только выгуляли 15 собак, что для них огромная радость и польза.

Рефлексия и «инвестиция в навыки»:

После поездки мы обсудили, какие навыки применили: ответственность (за животное на прогулке), командная работа (распределяли задачи), эмпатия, коммуникация (с координатором приюта, с другими волонтерами).

Участники отметили, что такой понятный, хорошо организованный опыт снимает психологический барьер и вызывает желание повторить.

Заключение

Мой проект доказал, что для превращения волонтерства из разовой акции в стиль жизни необходимы три условия:

Доступность и ясность: Четкие инструкции «как начать», регулярные возможности.

Сообщество и поддержка: делать это вместе с единомышленниками.

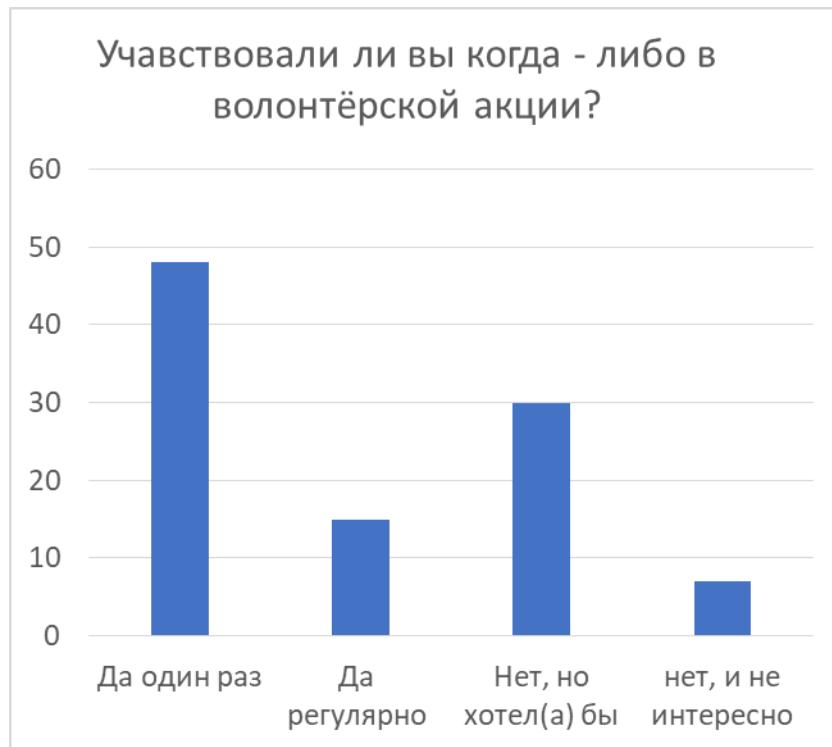
Осознание личной выгоды: Понимание, что ты не только отдаешь, но и получаешь — опыт, навыки, смысл.

Личный выезд в «Пушдомик» стал живым воплощением этих принципов и наглядным примером для других ребят в школе. Волонтерство как стиль жизни начинается не с громких слов, а с первого, хорошо спланированного шага, за которым легко сделать второй.

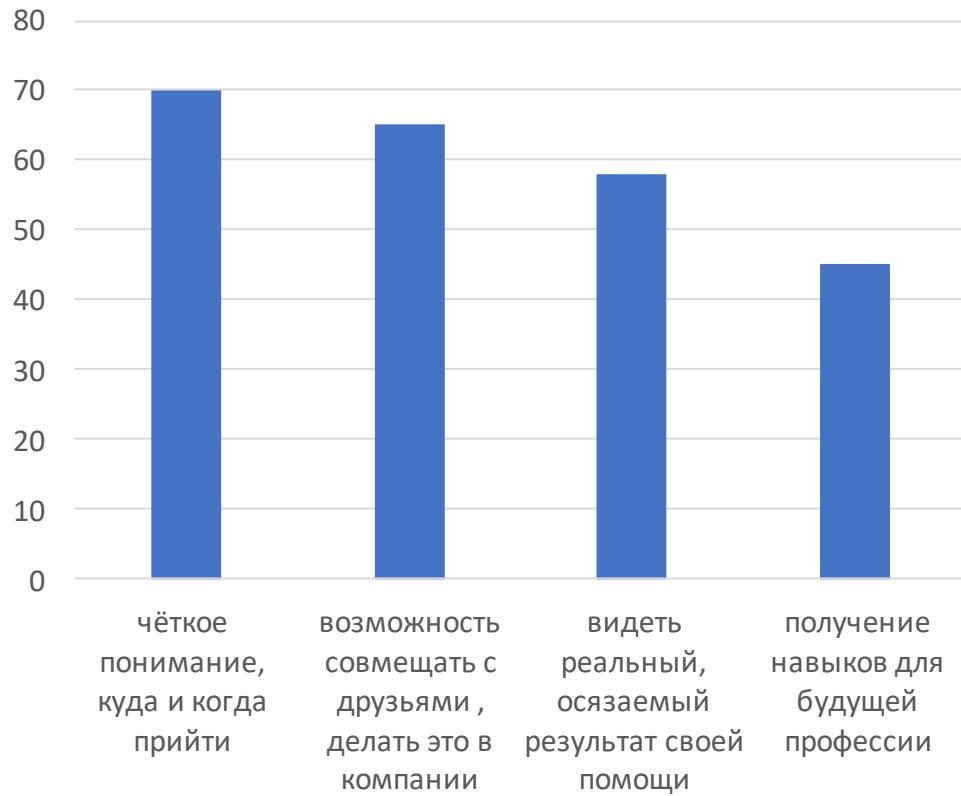
Библиография

1. Федеральный закон от 11 августа 1995 г. № 135-ФЗ «О благотворительной деятельности и благотворительных организациях» (с изменениями и дополнениями от 21 марта, 25 июля 2002 г., 4 июля 2003 г., 22 августа 2004 г., 30 декабря 2006 г., 30 декабря 2008 г., 23 декабря 2010 г., 5 мая 2014 г.) // Собрание законодательства Российской Федерации. – 1995. – № 33. – Ст. 3340; 2002. – № 12. – Ст. 1093; № 30. – Ст. 3029; 2003. – № 27. – Ст. 2708; 2004. – № 35. – Ст. 3607; 2007. – № 1. – Ст. 39; 2009. – № 1. – Ст. 17; 2010. – № 52. – Ст. 6998; 2014. – № 19. – Ст. 2308 ; То же [Электронный ресурс]. – URL : <http://base.garant.ru/104232/> (16.01.2018).
2. Федеральный закон от 5 февраля 2018 г. № 15-ФЗ "О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам добровольчества (волонтерства)" [Электронный ресурс]. – URL : <http://ivo.garant.ru/#/document/71871620/paragraph/1:1> (12.02.2018). Настоящий Федеральный закон вступает в силу с 1 мая 2018 года.
3. Адашова Т. А. Волонтерство как способ популяризации экологической культуры и туризма: проблемы и перспективы развития / Адашова Т. А., Косарева Н. В. // Биоразнообразие и антропогенная трансформация природных экосистем : материалы Всерос. науч.-практ. конф., посвященной памяти А. И. Золотухина и Году экологии. – Саратов, 2017. – С. 7-12. Доступ после регистрации
4. Амирова Р. И. Волонтерство как инновационная практика в России // Научная мысль XXI века: результаты фундаментальных и прикладных исследований : материалы Междунар. науч.-практ. конф. – Самара, 2017. – С. 80-81.

Приложения



Что могло бы мотивировать вас участвовать чаще?



Согласны ли вы, что волонтёрство- это в первую очередь "прокачку" полезных навыков

