

Климатический компас: навигация в новой реальности. Экологическая грамотность как ключ к успешному будущему.

О курсе:

Это не просто еще один курс об экологии. Это живое пространство, где вы научитесь понимать климатические изменения, справляться с эко-тревожностью и действовать осознанно. Никакой сухой теории – только практические знания и реальные инструменты для позитивных изменений.

Курс буде полезен вам, если:

- Вы хотите разобраться в климатической повестке, но не знаете, с чего начать
- Вас беспокоят экологические проблемы, и вы ищете пути их решения
- Вы готовы к действиям, но нуждаетесь в поддержке и практических инструментах
- Вы ищете единомышленников для совместных экологических проектов

После прохождения курса вы сможете:

- Описать основные механизмы климатических изменений и их влияние на экосистемы
- Объяснить ключевые положения Парижского соглашения и целей устойчивого развития
- Разработать персональный план действий по снижению экологического следа
- Применять техники работы с эко-тревожностью
- Вести эффективную коммуникацию по вопросам климатических изменений
- Интегрировать личные ценности с практикой климатического активизма.

Структура курса:

Занятие 1. Картина мира: разбираемся в климатическом кризисе

Погрузимся в основы климатических изменений через интерактивный формат и узнаем, как климатический кризис влияет конкретно на вас.

Занятие 2. Решения: от глобального к локальному

Изучим международные соглашения и практические решения климатического кризиса.

Занятие 3. Внутренний климат: работаем с эко-тревожностью

Разберемся, почему много кто знает о климатическом кризисе, но мало кто что-то делает. Освоим психологические инструменты для работы с климатической тревогой.

Занятие 4. Говорим о климате: искусство коммуникации

Практика эффективного общения на темы климата без конфликтов. Как избежать манипуляций.

Занятие 5. Климатический детектив: сила сообщества

Исследуем роли сообществ в решении экологических проблем в формате детективного расследования.

Занятие 6. Ваш план действий: от теории к практике

Презентация персональной стратегии экологичного образа жизни с учетом ваших ценностей.

По результатам курса самые активные ученики получают индивидуальную стратегическую коучинговую сессию или доступ к 3-дневному воркшопу, чтобы исследовать глубинные мотивы вашего активизма и сделать его более экологичным для себя.

О преподавателе:

Анастасия Штэлмане – эксперт в области климатической психологии и устойчивого развития. Основатель компании ESO Being, лектор и спикер международных конференций. Обладает тремя высшими образованиями, ее уникальный подход объединяет психологическую поддержку с практическими инструментами для экологичных изменений.

Формат обучения:

- 6 недель (1 занятие в 2 недели по 2 часа)
- 2 дополнительных факультатива по желанию ("**La Fresque du Climat**" - трехчасовой воркшоп, где участники в игровой форме исследуют причинно-следственные связи климатического кризиса и "**Климатическое кафе**" - часовая встреча для обсуждения личного опыта в климатическом активизме).
- Практические домашние задания (чтение и просмотр кино).
- Доступ к чату с преподавателем в Telegram или Discord

Правила участия

- Присутствие минимум на 4 из 6 занятий с включенной камерой.
- Выполнение всех домашних заданий.
- Активное участие в обсуждениях и работа в группе.
- Наличие приложения Telegram или Discord.
- НЕ требуются - начальные знания об экологии. Главное — интерес к теме и желание меняться.