



*«Предгорненское районное местное отделение  
Общероссийского общественного благотворительного фонда  
«Российский благотворительный фонд «НЕТ АЛКОГОЛИЗМУ И НАРКОМАНИИ»*

---

---



# *Разработка эффективной профилактики аддиктивного поведения несовершеннолетних*

**(Практическое руководство для преподавателей)**



**ФОНД  
ПРЕЗИДЕНТСКИХ  
ГРАНТОВ**

**Ставрополь, 2019**

**Методическое пособие «Разработка эффективной профилактики аддиктивного поведения несовершеннолетних» (практическое руководство для преподавателей) подготовлено в рамках социального значимого проекта «Региональный ресурсный центр общественной инициативы «Содействие+». – Ставрополь, 92 с.**

**Автор-составитель: Л.В.Хенкина, координатор по Ставропольскому краю Всероссийского общественного движения добровольцев в сфере здравоохранения «Волонтеры-медики».**

В методическом пособии освещены концептуальные основы, принципы, направления и организационные формы профилактики аддиктивного поведения несовершеннолетних в условиях образовательных учреждений. Особое внимание уделяется роли педагогического коллектива на всех этапах профилактического вмешательства. Методическое пособие предназначено для педагогов, психологов, социальных педагогов, классных руководителей и других специалистов, работающих с детьми и подростками в образовательных учреждениях. Данное практическое пособие (практическое руководство для преподавателей) создано на основе адаптированного варианта учебника по психологической профилактике аддиктивного поведения подростков в условиях образовательного учреждения, работающих по принципу «равный-равному», а также на основе методических и разработок и практического опыта Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики».

**При реализации проекта используются средства гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 19 февраля 2018 г. № 32-рп.**

**Распространяется бесплатно**



**© ПРМО ООБФ «Российский благотворительный фонд  
«Нет алкоголизму и наркомании»**

**© Хенкина Л.В.**

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Зависимое поведение – глобальный фактор вреда здоровью человека.....	4
1.1.	Понятие об обучении по принципу «равный-равному».....	5
2.	Основные приоритет профилактической работы.....	6
3.	Реализация профилактических мероприятий в условиях образовательных учреждений.....	8
4.	Модели профилактической работы с детьми.....	9
5.	Формы ведения первичной профилактики.....	11
6.	Социально-культурное проектирование в организации работы по профилактике аддиктивного поведения детей и подростков.....	16
7.	Организация волонтерского движения за здоровый образ жизни.....	17
7.1.	Организация деятельности КПД ЗОЖ.....	20
8.	Организация образовательно-интерактивной программы как пример новых форм первичной профилактики зависимостей и популяризации ЗОЖ.....	22
9.	Профилактические тренинги для подростков как пример работы по системе равный- равному.....	33
9.1.	Тренинг отказа.....	33
9.2.	9.2 Тренинг «Профилактика наркомании у подростков» .....	36
10.	Концепция проведения публичных дебатов «Электронные сигареты и вейпы: вред или просто дым?» .....	41
11.	Классный час по профилактике аддиктивного поведения детей и подростков. ....	48
12.	Содержательные блоки для конструирования информационной подструктуры профилактических занятий. ....	50
13.	Терминология, необходимая для проведения профилактических мероприятий.....	61
14.	Социальное проектирование в формате форсайт-сессии вовлечения активной молодежи в профилактическую деятельность.....	63
15.	Оценка эффективности и этичность профилактических мероприятий. Проектные технологии.....	68
16.	Методическая разработка проведения Всероссийской акции «СТОП ВИЧ/СПИД» и участия в ней образовательных учреждений.....	77
16.1.	Тренинг «Не чужая история».....	78
16.2.	Анкета социального опроса в рамках Всероссийской акции «СТОП ВИЧ/СПИД».....	88
16.3.	Презентационные образовательные материалы.....	90
17.	Заключение .....	95

## **1. Зависимое поведение — глобальный фактор вреда здоровью человека**

Современная ситуация в обществе, социокультурная модернизация и переход к рыночной экономике привели молодое поколение к необходимости взятия ответственности за свое будущее на себя. Самостоятельный выбор и контроль над своим поведением – вот основные требования нашего времени.

Потребность молодежи в самоопределении и стремление к самоутверждению, с одной стороны, стимулируются происходящими в обществе изменениями, с другой – ограничиваются отсутствием социальной поддержки и просвещения молодых людей. В результате, начиная самостоятельную жизнь, они сталкиваются с множеством проблем. Нарастающие требования социальной среды вызвали появление массовых состояний психоэмоционального напряжения среди подростков и лавинообразное увеличение форм разрушающего поведения. На первое место, вышли алкоголизм, наркомания, противоправное поведение (преступность), раннее начало половой жизни среди подростков, распространение заболеваний, передающихся половым путем.

Рост алкоголизации и наркотизации является неотъемлемой частью широко распространенных социальных недугов. Особую тревогу вызывает распространение психоактивных веществ (ПАВ) среди подрастающего поколения. Особая опасность употребления ПАВ в детском и подростковом возрасте заключается в том, что указанный контингент в силу незавершенности возрастного психического и физического развития быстрее, чем взрослые, попадает в болезненную зависимость.

В данной ситуации актуальность ведения профилактической работы по предупреждению употребления детьми и подростками ПАВ является бесспорной. В профилактике алкоголизма и наркомании одним из приоритетных направлений признано превентивное образование учащихся, и это вполне объективно в связи с тем, что у большинства детей и подростков отсутствуют превентивная психологическая защита, ценностный барьер, препятствующий приобщению к ПАВ.

Множество причин позволяют выделить образовательное учреждение в качестве оптимального места для осуществления профилактической работы: во-первых, в процессе обучения формируются мировоззрение и система ценностей будущего поколения, во-вторых, система образования охватывает такой возраст, когда закладывается база здоровья на всю дальнейшую жизнь, а ряд уже имеющихся проблем со здоровьем или вредными привычками может быть успешно преодолен или скомпенсирован, и, в-третьих, привычки поведения, вызывающие проблемы со здоровьем, затрудняют получение хорошего образования, приводят к отрицательным последствиям.

Образовательное учреждение обладает рядом уникальных возможностей для успешной профилактики аддиктивного поведения и позволяет:

- формировать навыки ведения здорового образа жизни (ЗОЖ) в процессе обучения;
- формировать уровень притязаний и самооценку детей и подростков;
- осуществлять совместную работу с семьями учащихся;
- привлекать различных специалистов (медиков, психологов, представителей силовых структур и др.) для осуществления профилактических и реабилитационных мероприятий.

Однако реальная действительность свидетельствует о том, что педагогический состав до сих пор недостаточно включен в разработку необходимых профилактических программ и концепций и считает задачу профилактики и сохранения здоровья детей вторичной по отношению к базовому учебно-воспитательному процессу, что резко снижает эффективность работы в образовательных учреждениях; не разработаны в достаточной мере эффективные педагогические технологии перевода знаний о здоровье и ЗОЖ на поведенческий уровень, и при существующем многообразии локальных экспериментальных профилактических программ

у учебных заведений, как правило, отсутствует информация о них, нет критериев эффективности и оценки.

С учетом вышесказанного разработано методическое пособие, адресованное классным руководителям, социальным педагогам образовательных учреждений, и разработаны с целью повышения их компетентности в вопросах профилактики употребления ПАВ детьми и подростками.

**Обучение по принципу «равный-равному»** является важным для изменения поведенческих установок молодежи по многим причинам, в том числе:

- Молодежь привыкла получать различную информацию от своих сверстников. Равные по возрасту (и/или социальному статусу) привычно обсуждают между собой самые разные вопросы, в том числе вопросы, касающиеся разрешения конфликтов.

- Обычно программы по принципу «равный-равному» организуются и проводятся в сообществах самими членами этого сообщества. Благодаря этому такие программы очень гибкие, основаны на реальности данного сообщества, могут проводиться в различных условиях и сочетать комплекс различных мероприятий.

- Программы по принципу «равный-равному» могут быть очень полезными самим преподавателям по принципу «равный-равному». Программы, основанные на принципе «равный-равному» позволяют молодежи непосредственно участвовать в реализации программ, направленных на молодежь. Таким образом, приобретение полезных жизненных навыков через участие в программах «равный-равному», в том числе лидерских и коммуникационных навыков, могут быть полезными в последующем трудоустройстве.

- Программы по принципу «равный-равному» могут быть очень экономичными. Хотя стоимость программ по принципу «равный-равному» очень часто недооценивается, возможно вполне экономичное проведение подобных программ, особенно, если они являются частью некой большой структуры, в которой уже есть налаженная система кураторства, мониторинга и оценки. Проведенная оценка эффективности программ по принципу «равный-равному» обнаружила, что программы, основанные на принципе «равный-равному», повышают уровень знаний, кроме этого, люди чаще сообщают о более безопасном поведении.

Следует отметить, что данное пособие не является и не претендует на то, чтобы его рассматривали как программу, охватывающую все возможные вариации упомянутых выше тематик.

Следует также подчеркнуть, что данное пособие не может подменить собой учебный курс, преподаваемый вживую, и его следует рассматривать, прежде всего, как вспомогательный инструмент для учебных семинаров.

Этот учебник может использовать каждый, кто хочет провести тренинг более высокого уровня для уже подготовленных волонтеров, работающих по принципу «равный-равному». Важно отметить, что несмотря на то, что этот учебник создавался для проекта и сети Y-PEER, его легко можно адаптировать для опытных равных преподавателей, работающих по любой программе.

## 2. Основные приоритеты профилактической работы.

Профилактика - система комплексных государственных и общественных, социально-экономических и медико-санитарных, психолого-педагогических и психогигиенических мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний, на всемерное укрепление здоровья.

Первичная профилактика - комплекс превентивных мероприятий, направленных на предупреждение формирования негативных ценностей и мотивов употребления ПАВ, пропаганду ЗОЖ. Эта форма профилактики предусматривает работу с контингентом, не имеющим проявлений алкогольной и табачной зависимости. Она рассчитана на все население, но прежде всего на детей и подростков и осуществляется с целью предотвращения их вовлечения в потребление ПАВ.

Программы первичной профилактики включают антинаркотическую пропаганду, организацию здорового досуга, вовлечение молодежи в общественно полезную творческую деятельность, занятия спортом, искусством, туризмом и т. д.

Основные задачи первичной профилактической деятельности:

- формирование мотивации подростков на эффективное физическое и социально-психологическое развитие, позитивное отношение к окружающему мнению, стремление вести ЗОЖ;
- формирование знаний и навыков в области противодействия употреблению табака и алкоголя у детей дошкольного возраста, родителей и учителей;
- формирование навыков социально-поддерживающего и стресс преодолещающего поведения.

Методологические аспекты первичной профилактики зависимости от ПАВ у детей имеют ряд особенностей:

Групповая работа с учащимися. Для нее необходимы навыки работы с группой, возможность донести до участников группы информацию, помощь в приобретении знаний, развитии позитивных навыков в противодействии предложенного приема спиртного и курения.

- Работа в малых группах - взаимодействие учащихся лицом к лицу, приобретение навыков такого взаимодействия (лидерство, умение общаться, принимать решения и преодолевать конфликты).

- Упражнения-энергизаторы - для повышения концентрации внимания и преодоления усталости в группе.

- Установление положительной эмоциональной атмосферы при проведении занятий (недопустимость критиканства, уважение чувств окружающих, конфиденциальность).

Вторичная профилактика - раннее выявление начавших употреблять ПАВ и помощь потенциально зависимым лицам во избежание активизации, у них психической и физической зависимости. Она ориентирована на группы риска. Целевыми группами этой формы профилактики являются молодые люди, подростки и дети, начинающие употреблять табачные изделия, алкоголь, наркотические и токсические средства, а также лица с высокой степенью риска приобщения к потреблению любых ПАВ (подростки с явлениями социально-педагогической запущенности, с пограничными нервно-психическими расстройствами, с отягощенной наследственностью, дети из неблагополучных семей и т. д.).

Цель вторичной профилактики - сократить продолжительность воздействия проблемы и ограничить степень вреда, который она причиняет личности и обществу.

Задачи вторичной профилактики:

- распознавание случаев опасного и вредного потребления ПАВ;
- оказание многопрофильной специализированной помощи;
- осуществление целевых вмешательств по изменению образа жизни;
- работа с родителями детей данной группы.

Третичная профилактика направлена на достижение и сохранение повышенного уровня индивидуального функционирования и реабилитации, раннее восстановление сети общественных связей, а также организацию эффективных медико-психологических и социальных программ. Она включает диагностические, лечебные и реабилитационные мероприятия.

Цель третичной профилактики - предупреждение дальнейшего распада личности и поддержание социальной дееспособности человека.

Задачи третичной профилактики:

- формирование реабилитационной среды (реализация реабилитационных программ, включающих психотерапевтические, психологические, социальные и духовные методики);
- создание групп взаимопомощи;
- взаимодействие с группами «Анонимные алкоголики» и «Анонимные наркоманы»;
- работа с семьей зависимых лиц.

### **3. Реализация профилактических мероприятий в условиях образовательных учреждений.**

Программы первичной профилактики соответствуют широкому пониманию определения понятия «здоровье», принятому Всемирной организацией здравоохранения, и направлены главным образом даже не на предупреждение болезни и снижение влияния факторов, угрожающих здоровью, а на усиление факторов, способствующих ему, т. е. на поддержание, развитие и использование физического, умственного, эмоционального и духовного потенциала человека.

Согласно такому принципу при конструировании профилактических программ можно выделить четыре взаимозависимых измерения:

- ✓ физическое здоровье - особенности и закономерности процессов физического и физиологического функционирования;
- ✓ психическое здоровье - субъективно ощущаемое хорошее самочувствие;
- ✓ социальное здоровье - социальная предприимчивость индивида, приобретение социальных навыков, приспособление к новым социальным ситуациям;
- ✓ личное здоровье - возможности, способности индивида, которые не зависят от условий повседневной жизни.

Для организации и проведения превентивных программ, своевременной корректировки и оценки их эффективности на I этапе необходимо мониторинговое изучение ситуации: определение проблемы и оценка потребностей в профилактическом вмешательстве в регионе. По сути дела, это ответы на вопросы:

- ✓ кем, в каких ситуациях употребляются ПАВ, какие проблемы возникают в результате употребления;
- ✓ какие стратегии необходимы для изменения ситуации;
- ✓ какие препятствия могут возникнуть при реализации профилактических программ;
- ✓ какие службы и организации занимаются решением тех же проблем.

II этап - определение содержания профилактической программы, разработка и внедрение новейших форм и методов работы, технологий, представляющих возможности для реализации личностного потенциала.

Для подростков привлекательной является групповая форма работы. Следует помнить, что проблемы зависимости, как и другие актуальные вопросы сохранения жизни и здоровья,

эмоционально окрашены. Поэтому следует облегчить доступность профилактических программ для конкретной группы, повысить их нацеленность на нее.

При выборе форм и методов реализации программы надо помнить о необходимой обратной связи. Существовавшая ранее система просвещения основывалась на методологических подходах, которые заключались в изложении и показе сведений без учета и использования обратной связи и чрезмерно широком распространении лекций, когда активен преподаватель, но практически пассивен обучающийся.

III этап- информационное профилактическое вмешательство. Объективная информация дает возможность каждому участнику выявить свои взгляды и ценности в контексте проблем аддитивного (зависимого) поведения. Задачами информационного этапа являются выработка необходимой критической оценки приема ПАВ; воспитание чувства опасности в связи с потреблением алкоголя или наркотиков, воспитание реального осознания последствий алкоголизации и наркотизации.

#### **4. Модели профилактической работы с детьми.**

Содержанием профилактической антинаркотической пропаганды до недавнего времени являлось описание отрицательных последствий злоупотребления ПАВ. Считалось, что чем более страшной и обильной будет информация о последствиях злоупотребления, тем более отрицательное отношение к ним выработается у подростков и, следовательно, тем меньше шансов, что школьники захотят их попробовать. Миновали те времена, когда популярными были традиционные обучающие программы, которые ставили своей целью формирование у школьников представления о риске, связанном с употреблением ПАВ, и тем самым создание отрицательных установок по отношению к ним. Школьники прекрасно знают, что курение, употребление алкогольных напитков и наркотиков чрезвычайно вредны для организма человека, однако на себя это не переносят и к любому воспитательному воздействию по этой проблеме относятся очень сдержанно, не выказывая интереса. Будущее - за новым поколением профилактических программ, которые базируются на более полном понимании причин приобщения. Использование профилактических программ такого типа поможет устранить противоречие между знанием и реальным поведением детей.

На сегодняшний день главным направлением в плане профилактики видится работа со здоровыми детьми с целью формирования у них знаний, привычек и способностей к ЗОЖ. Путь решения этой задачи - выделение и введение живых образцов нормальной и здоровой жизнедеятельности, их культивирование и распространение.

В связи с тем, что до сих пор эксперты не пришли к единому мнению о том, какие профилактические стратегии наиболее эффективны, вероятно, наиболее удачной будет комбинация профилактических стратегий, направленных на:

- изменение отношения детей и подростков к ПАВ (бесполезно ожидать от ПАВ блага, решения своих проблем);
- уменьшение влияния факторов риска;
- выработку механизмов и навыков сопротивления зависимостям,
- усиление защитных факторов;
- изменение норм поведения в обществе в целом.

Профилактика должна быть, прежде всего, позитивной в своей основе. Это значит, что главное здесь - гигиеническое и культурное воспитание, привитие с раннего детства жизнеутверждающих потребностей и навыков, способствующих сохранению и укреплению здоровья, развитие способностей к достижению социального благополучия.

Профилактическая работа должна включать:

- ✓ обучение классных руководителей, социальных педагогов по вопросам профилактики аддиктивного поведения среди детей и подростков;
- ✓ просвещение классных руководителей, социальных педагогов о социальных, медицинских, экономических последствиях употребления психоактивных веществ;
- ✓ установление контакта с семьей; изучение социально-психологических отношений в семьях;
- ✓ организация профилактических мероприятий с участием представителей системы здравоохранения, психологических служб, специалистами центров психолого – медико – социального сопровождения, правоохранительными органами;
- ✓ консультативно-коррекционную работу со всеми участниками образовательного процесса;
- ✓ обучение детей безопасному законопослушному поведению;
- ✓ обучение постановке жизненных целей, принятию решений и путям их реализации в контексте отказа от употребления алкоголя или наркотических веществ;
- ✓ обучение технике управления поведением в стрессовой ситуации;
- ✓ направленное осознание и развитие имеющихся личностных ресурсов (устойчивое позитивное представление о себе, развитие коммуникативной

компетенции, умение понимать эмоциональное состояние других людей, умение контролировать собственное поведение в той или иной ситуации);

- ✓ обучение поиску альтернатив употреблению алкоголя/наркотиков.

Чего следует избегать при проведении профилактической работы:

- использования тактики запугивания;
- искажения и преувеличения негативных последствий злоупотребления алкоголем и наркотиками при описании их воздействия на организм;
- разового характера действий, направленных на профилактику; такой подход не дает возможности подросткам развивать навыки противостояния ПАВ;
- ложной информации; даже после однократной ее подачи вся дальнейшая информация будет отторгаться подростками;
- упоминания о культурных предпосылках употребления ПАВ;
- оправдания употребления ПАВ какими-либо причинами.

### **5. Формы ведения первичной профилактики**

К методам первичной профилактики относят следующие традиционные и инновационные формы работы:

Лекция - является традиционным, одним из самых древних и в настоящее время очень распространенным методом обучения. Лекция представляет собой монолог (выступление, рассказ) преподавателя при ограниченной доле обсуждения.

Преимущества лекций:

- ✓ является непревзойденным средством изложения большого объема теоретического материала в короткий срок;
- ✓ позволяет осветить и развить множество теорий, концепций, подходов и идей в течение одного занятия, сделать необходимые акценты;
- ✓ чрезвычайно эффективна с экономической точки зрения, поскольку один преподаватель может работать одновременно с десятками учеников.

Однако у лекций отмечается также немало недостатков:

- ✓ роль обучающихся ограничивается восприятием и самостоятельным осмыслением материала, с их стороны отсутствуют практические действия;
- ✓ отсутствует отработка практических навыков и умений, формирование нового типа поведения, отношений;
- ✓ отсутствует обратная связь;
- ✓ трудно контролировать степень усвоения материала и корректировать обучение;

- ✓ для эффективности лекций требуется высокий уровень лекторского искусства;
- ✓ часто бывает скучной, быстро забывается, поэтому требует повышенной внешней и внутренней мотивации.

Беседа - это активный метод получения информации на основе вербальной коммуникации, состоящий из ответов на вопросы, поставленные педагогом при общении. При организации педагогической профилактики опрос (устный, письменный) учащихся выполняет целый ряд важных функций.

- ✓ Во-первых, при помощи опроса можно определить актуальность профилактики как таковой для конкретной группы детей.
- ✓ Во-вторых, полученные данные позволяют выявить преимущественные направления профилактики, на что прежде всего следует обратить внимание: на борьбу с курением, использованием токсических веществ, наркотиков и др.
- ✓ В-третьих, результаты опроса могут служить показателем эффективности работы педагога.

Этот метод не требует какого-либо специального оснащения и в то же время как ни один другой предъявляет высокие требования к экспериментатору-педагогу - его мастерству, профессиональной зрелости, опыту, предполагающим построение заинтересованного общения между двумя людьми.

Тип беседы определяется в соответствии со следующими критериями:

- ✓ особенности предварительно подготовленного плана (программа, стратегия);
- ✓ характер стандартизации беседы, т. е. ее тактика.

Под программой и стратегией подразумевают составленные в соответствии с целями и задачами беседы перечень смысловых тем и последовательность их обсуждения. В стандартизированной беседе инициатива принадлежит специалисту, задающему вопросы. В зависимости от содержания вопросы условно могут быть разделены на диагностирующие и аналитические. Диагностирующие вопросы предполагают выявление конкретных характеристик в школьном коллективе. Аналитические вопросы направлены на изучение отношения подростков к различным аспектам молодежного табакокурения и алкоголизма.

В зависимости от формы выделяют прямые и косвенные, альтернативные и поливариантные вопросы. Прямой вопрос формируется в личной форме - он обращен к самому отвечающему. Альтернативные вопросы содержат несколько вариантов ответа, однако

отвечающий должен выбрать только один из них. Поливариантные вопросы напоминают меню: из перечня вариантов опрашиваемый может выбрать несколько.

Брейнсторминг («мозговой штурм») - способ быстрого включения всех участников в работу. Вначале ведущий просит всех высказать свое мнение по какому-либо вопросу и записывает все ответы без комментариев. Он должен быть внимательным и стараться не пропустить ни одного высказывания, так как стеснительным людям бывает непросто решиться высказаться вслух. Если при этом их мнение не услышано, то они замыкаются и отказываются от дальнейшего участия в групповых занятиях.

Когда все высказывания будут записаны, ведущий группирует поступившие ответы, обсуждая принципы группировки с участниками и вырабатывая единое мнение.

Тренинги - находят широкое применение при оказании психологической помощи, в преподавании, при организации работы в молодежных клубах, детских оздоровительных лагерях. Данный метод позволяет эффективно решать задачи, связанные с развитием навыков общения, управления собственными эмоциональными состояниями, корректного выражения эмоций и понимания их выражения у окружающих, самопознания и самопринятия.

Тренинг - это особая разновидность обучения через непосредственное проживание и осознание возникающего в межличностном взаимодействии опыта, которые не сводимы ни к традиционному обучению через трансляцию знаний, ни к психологическому консультированию или психотерапии. При таком обучении занимающийся непосредственно соприкасается с изучаемой реальностью, а не просто думает о встрече с ней или размышляет о возможности что-то с ней сделать. Таким образом, социально-психологический тренинг - это активное обучение посредством приобретения жизненного опыта, моделируемого в групповом взаимодействии людей.

Особенно актуально такое обучение именно в подростковом возрасте, когда потребность в общении обострена, а жизненного опыта недостаточно, зато ярко выражено влечение к его приобретению.

В подавляющем большинстве случаев тренинг проводится в групповой форме, что дает ряд преимуществ:

- ✓ группа отражает общество в миниатюре и поэтому может служить «полигоном» для развития самых разных социальных умений;
- ✓ подросток может осваивать в группе новые умения, экспериментировать с различными стилями отношений среди равных партнеров;

- ✓ группа дает возможность получения обратной связи и поддержки людей со сходными проблемами, участники могут идентифицировать себя с группой;
- ✓ групповой опыт противодействует отчуждению, что помогает установлению более близких отношений с окружающими и решению межличностных проблем;
- ✓ группа облегчает процессы самораскрытия, самоисследования и самопознания участников.

Игры и игровые методы - используют в своей повседневной практике практически все педагоги, поскольку игра позволяет повысить познавательный интерес учащихся, дает возможность преподнести, применить и закрепить знания в более яркой форме и в непринужденной обстановке.

Ролевая игра является разновидностью психодрамы (социодрамы) - подобия импровизированной театральной постановки по сюжету истории, рассказываемой одним из участников группы, где присутствующие попеременно выступают в качестве актеров и зрителей. Именно театральность, вживание участников в определенный, заранее выбранный образ является главной специфической чертой ролевой игры. За счет возникновения сильных эмоциональных переживаний, связанных с содержанием самой роли, с качеством ее выполнения всеми участниками игры, с реализацией общего сюжета, опыт игры может оказать существенное влияние на развитие личности ребенка. Однако ситуация, являющаяся основой игры, может быть не только вымышленной, но и вполне реальной; важно, чтобы в ходе ролевой игры участники научились занимать определенную позицию, отстаивать мнение. Ролевые игры, вписываемые в рамки учебно-воспитательного процесса, возможны в самых разных формах: моделирования ситуации, эпохи или межличностных, профессиональных, межгрупповых, межэтнических отношений, учебного суда и др.; но эффективность этой формы учебной деятельности повышается, если осуществляется моделирование жизненных ситуаций, имеющих личностный смысл для участников. В таком случае применение игровых методов в обучении дает уникальную возможность приобрести опыт действия до столкновения с настоящей практикой. Ролевые игры имеют большой воспитательный потенциал. Они позволяют педагогу эффективно использовать активность учащихся, нереализуемую в рамках урока. Для учащихся с избыточной активностью (часто попадающих в категорию нежелательных, «плохих» учеников) игра становится своего рода пространством активности, дающим возможность реализовать не полностью востребованный энергетический потенциал. С другой стороны, негативная оценка действий в игре (как со стороны организаторов, так и со стороны других игроков) является одним из самых сильных средств коррекции поведения.

Достоинства ролевых игр:

- ✓ дает возможность получения дополнительных знаний, выявления неосвещенных в учебном курсе вопросов; учащиеся могут показать умение применять полученные знания в решении поставленных задач;
- ✓ способствует развитию навыков участия в дискуссии, сотрудничества в достижении поставленной цели, развиваются творческие способности при решении поставленных задач;
- ✓ учащиеся пытаются занимать разные позиции, находить аргументы и формулировать взгляды в той или иной роли (часто не совпадающей с их собственными взглядами), формируется толерантное отношение к другим мнениям;
- ✓ позволяет направить в полезное русло избыточную активность учащихся, дает возможность самовыражения, проявления эмоций в социально приемлемых формах для учеников с особенностями поведения.

Такое подробное описание основных качеств, свойств игры обусловлено тем, что о них важно помнить при организации первичной профилактики употребления ПАВ в учебно-воспитательном процессе, эффективно использовать достоинства игровой деятельности в разных формах занятий.

Научно-исследовательская работа - представляет собой своеобразную форму организации учебного процесса, предполагающую доскональное самостоятельное изучение учащимися какой-либо проблемы с презентацией и последующей защитой результатов работы. Она позволяет обучать школьников навыкам самостоятельной поисковой и исследовательской работы, повышает мотивацию к обучению, позволяет адаптировать ученика к реалиям современного мира. Научно-исследовательская деятельность дает возможность выйти за границы урока и представить изучаемую проблему «объемно», не только с позиций разных дисциплин, но с позиций этики и морали.

В обобщенном виде достоинства научно-исследовательской работы как формы организации школьной учебной деятельности могут быть систематизированы следующим образом:

- ✓ возможность углубленного и многостороннего изучения отдельных тем;
- ✓ исследовательский, поисковый характер;
- ✓ значительная самостоятельность учащихся в выборе форм и видов деятельности;

активное взаимодействие между всеми участниками работы, коммуникативный аспект; возможность организации познавательной деятельности на основе внутренней мотивации к обучению.

Основные характеристики научно-исследовательской работы как формы учебной деятельности:

- ✓ представляет собой самостоятельную индивидуальную или групповую работу поискового, исследовательского или творческого характера;
- ✓ проводится по строго определенной теме;
- ✓ требует привлечения разнообразных источников информации;
- ✓ позволяет рассмотреть тему с различных позиций, реализует межпредметные связи;
- ✓ заканчивается презентацией результатов работы;
- ✓ обязательно включает оценку и самооценку работы;
- ✓ проводится в тесном контакте между учащимися и научными руководителями.

В школьном проекте роль научного руководителя очень высока. Он организует и внимательно контролирует каждый этап работы, следит за тем, чтобы участники проекта не отклонялись от поставленной темы, их поисковая деятельность была направлена на достижение определенного результата, интересного и посильного для участников проекта. Учитель, выступая в роли научного руководителя, в заметной степени способствует тому, чтобы неформальное общение учеников между собой, составляющее основу успеха данной формы познавательной деятельности учащихся, было направлено на решение учебных задач. Кроме того, учитель-предметник, решивший организовать научно-исследовательскую деятельность, должен продумать взаимодействие с коллегами, чья помощь будет необходима в реализации межпредметных связей, а также в оформлении и защите презентаций.

#### **6. Социально-культурное проектирование в организации работы по профилактике аддиктивного поведения детей и подростков.**

Социальный проект – это всегда нововведение, то, чего ранее не существовало.

Социальный проект преследует цель создание материальной и духовной ценности.

Другими словами, создание того, что имеет значение для человека в его жизни.

Проект должен соответствовать принятым в сообществе ценностно-нормативным требованиям.

Проект – это деятельность, имеющая строгую ограниченность: – во времени (месяц, полгода, десять месяцев), – месте (школа, район, город и т.д.), – ресурсах (материальные и нематериальные).

Для того чтобы создать эффективный социальный проект, нужно следовать общему алгоритму социального проектирования.

Это так называемые этапы создания проекта, их схема такова:

- ✓ Анализ ситуации и постановка проблемы.
- ✓ Формулировка темы проекта.
- ✓ Постановка цели и задач проекта.
- ✓ Определение целевых групп.
- ✓ Методы осуществления.
- ✓ Необходимые ресурсы.
- ✓ Оценка.

#### **7. Организация волонтерского движения за здоровый образ жизни.**

Волонтеры (от англ.Volunteer - доброволец) – это люди, делающие что-либо по своей воле, по согласию, а не по принуждению. Добровольно выбранная социально значимая деятельность неизмеримо выше для личности подростка навязанной извне.

Цель волонтерского движения - Формирование у детей и подростков установок по отношению привилегий ведения здорового образа жизни

Задачи:

- ✓ Проведение комплексной профилактики и коррекции антиобщественного поведения учащихся.
- ✓ Содействие в воспитании культурного, законопослушного гражданина; формирование общепринятых норм культуры поведения и здорового образа жизни.
- ✓ Развитие инициативы и творчества ребят в процессе учебной деятельности.

Отличительные особенности волонтерского движения за здоровый образ жизни:

- Основой является методика «равный – равному».
- Понятие «методика «равный – равному» базируется на том, что главное участие в распространении знаний принимает сама молодёжь.
- Преимущества методики «равный – равному» состоят в том, что подростковая среда является естественной социокультурной средой для ровесников, доступность к которой взрослым ограничена возрастом, социальным статусом, языком, стилями коммуникации и эффективности влияний.

Условия для организации волонтерского движения:

- Взаимодействие специалистов различных областей при обучении волонтеров и подготовке мероприятий.
- Использование разнообразных форм организации профилактической деятельности (акции, классные часы, концертные программы, театрализованные представления).
- Информационное обеспечение опыта работы (школьная газета, фотоальбом, и т.п.). В дальнейшем находит место методическое обеспечение: организация выставок, выпуск методических пособий. И, конечно исходя из направлений деятельности, участие в диспутах, праздниках, встречах, соревнованиях.

Схема работы с участниками волонтерского движения:

- 1) Набор участников
- 2) Обучение
- 3) Стажировка. Участие и проведение профилактических акций, тренингов, игр и др. проектов.
- 4) Оценка эффективности/ потребностей волонтерского движения.
- 5) Повышение квалификации участников волонтерского движения.

Ожидаемые результаты:

Основной результат работы - формирование в ходе деятельности более ответственной, адаптированной, здоровой личности.

Владеть знаниями о ЗОЖ и уметь аргументировано отстаивать свою позицию, формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ, курению, алкоголизму:

- увеличение количества детей и подростков, вовлеченных в волонтерские отряды и проведение альтернативных мероприятий;
- привлечение детей и подростков к общественно значимой деятельности и уменьшение количества несовершеннолетних состоящих на внутришкольном учете.
- создание модели детского и родительского волонтерского движения внутри школы и вне ее; уметь общаться с учащимися и взрослыми, владеть нормами и правилами уважительного отношения.

Участвовать в акциях по здоровому образу жизни организуемых школой, районом.

Волонтер - это доброволец, разговаривающий на языке юной аудитории, вызывающий доверие и интерес к себе. Волонтерство (по пропаганде ЗОЖ) - это доступный, массовый способ профилактики вредных привычек и асоциального поведения в обществе.

Для организации полноценной добровольческой работы в сфере здравоохранения привлекаются студенты физкультурных вузов, студенты направлений педагогики и психологии, ныне действующие спортсмены и тренеры, а также любые заинтересованные студенты.

Волонтер, реализующий свою деятельность в рамках популяризации ЗОЖ, именуется добровольцем в сфере здравоохранения.

Основной деятельностью добровольцев в сфере здравоохранения является популяризация здорового образа жизни у населения через интерактивные форматы, а также помощь волонтерам-медикам в различных мероприятиях.

#### Ожидаемые результаты

- ✓ Сформированное грамотное представление у населения ценностей здорового образа жизни;
- ✓ Разработанные новые методов формы работы с населением по углублению знаний о здоровом образе жизни;
- ✓ Увеличение доли граждан, приверженных здоровому образу жизни;
- ✓ Увеличение доли граждан, систематически занимающихся физкультурой и спортом;
- ✓ Увеличение продолжительности жизни у населения.

Создание комитетов полезного действия в области популяризации ЗОЖ (КПД ЗОЖ)

КПД ЗОЖ – это добровольческое объединение направления «Здоровый образ жизни» на базе конкретной организации (любого образовательного учреждения высшего или среднего образования, рабочего коллектива коммерческого предприятия и т.д.).

Деятельность КПД ЗОЖ – это волонтерская деятельность в сфере здравоохранения, направленная в первую очередь на реализацию целей и задач направления Популяризация ЗОЖ (далее -Направления) в конкретной Организации, в ее трудовом или учебном коллективе. Кроме того, приветствуется привлечение сотрудников/учащихся данной Организации в качестве волонтеров для реализации Направления за ее пределами: в других организациях, в городе, районе и т.д.

Куратором КПД ЗОЖ в высшем или среднем учебном заведении может стать студент/учащийся с активной жизненной и гражданской позицией. На базе организации куратором может выступить любое заинтересованное в Направлении лицо. В одном учреждении или организации может быть открыт только один КПД ЗОЖ, количество КПД ЗОЖ в регионе не ограничено. Еще один вариант – создание нового направления в существующем волонтерском центре, за которым закрепляется ответственный. Данное ответственное лицо и будет куратором КПД ЗОЖ.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КПД ЗОЖ

1 этап: создание рабочей группы.

Для продуктивной реализации Направления каждому куратору необходимо создать свою рабочую группу. Это «ядро» будущей команды КПД ЗОЖ в составе 3-5 добровольцев, которые будут принимать участие в организации мероприятий, создании новых форматов, привлечении большего числа добровольцев и т.д. Совместное с рабочей группой планирование деятельности, обсуждение приоритетных задач, имеющихся ресурсов и их распределения, а также непосредственная работа по организации и проведению мероприятий – залог успешной деятельности КПД ЗОЖ, а также реализации Направления.

В случае эффективно выстроенной командной работы достигается несколько преимуществ:

- ✓ Формат регулярного «мозгового штурма» позволяет успешно генерировать новые идеи, создавать и поддерживать атмосферу креативности;
- ✓ Активное участие всех членов рабочей группы в работе КПД ЗОЖ формирует благоприятную психологическую обстановку в коллективе и лучше способствует формированию искренней приверженности ценностям здорового образа жизни, а также укрепляет мотивацию к добровольческой деятельности.

Из этого следует, что привлекать в рабочую группу следует мотивированных добровольцев, готовых к регулярной совместной творческой и организаторской деятельности, а также к регулярной работе на мероприятиях.

Рабочая группа в дальнейшем будет принимать участие в привлечении добровольцев в Направление, в планировании и координировании их деятельности.

2 этап: планирование деятельности.

Для планирования деятельности вновь открытого КПД ЗОЖ рекомендуется проведение рабочей встречи куратора с рабочей группой в формате «мозгового штурма».

В первую очередь рабочая группа во главе с куратором вырабатывает общее видение приоритетных задач своего КПД ЗОЖ. Ориентироваться в данном случае необходимо на имеющуюся федеральную повестку в сфере здравоохранения, а также на особенности конкретного региона (климатические условия, экологическая обстановка, распространенные заболевания и пагубные зависимости и т.п.).

Затем собравшиеся изучают и обсуждают имеющиеся типовые форматы деятельности в рамках Направления. Среди них:

- Тренинги и мастер-классы;

- Всероссийские, межрегиональные и региональные акции в сфере здравоохранения;
- Массовые зарядки;
- Видеолекторий;
- Брейн-ринги;
- Публичные дебаты;
- Энерго-точки;
- Наглядные опыты.

Уникальность и эффективность данных форматов заключается в полном погружении и вовлечении участников в мероприятие, а также в использовании и комбинировании различных способов восприятия информации человеком.

### 3 этап: организация взаимодействия в рамках Движения

Для координации деятельности вновь созданного КПД ЗОЖ с волонтерами куратору рекомендуется:

- ✓ Еженедельно проводить совещания (очно или в онлайн-режиме) с членами рабочей группы, в ходе которых доносить новости, обсуждать и
- ✓ контролировать исполнение текущих задач, а также получать обратную связь;
- ✓ Ежемесячно проводить рабочие встречи с рабочей группой;
- ✓ Ежемесячно проводить общие собрания всех добровольцев, привлекаемых в деятельность КПД ЗОЖ, для обсуждения новых задач и их распределения, а также обмена мнениями, мотивации и поддержания психологически комфортного климата;
- ✓ Регулярно размещать информацию о своей деятельности в социальных сетях, в средствах массовой информации, обеспечивать широкое освещение проводимых мероприятий в обществе, содействовать формированию положительного общественного мнения о здоровом образе жизни вообще и о деятельности КПД ЗОЖ в частности.

### 4 этап: привлечение добровольцев к работе Направления.

В зависимости от специфики условий, в которых действует тот или иной КПД ЗОЖ, возможны различные варианты привлечения добровольцев к его работе. Наиболее эффективным и зарекомендовавшим себя методом является проведение презентационных встреч. Презентационные встречи проводятся с целью вовлечения в Направление большего количества заинтересованных вузов, колледжей, организаций, партнеров направления, а также волонтеров.

В данном случае огромную роль играет пример тех сотрудников или учащихся данной Организации, кто уже вступил в КПД ЗОЖ, а также их дружеские отношения с коллегами и соучениками. Такие встречи могут проводиться в менее формальной обстановке, возможно, с элементами пропаганды здорового образа жизни или в форме одного из мероприятий, предусмотренных в рамках Направления. В данном случае презентация может быть проведена как в начале, так и в конце мероприятия.

При проведении такой встречи также значим опыт тех волонтеров, кто уже вовлечен в деятельность КПД ЗОЖ. При проведении презентаций важно сделать акцент на том, какие преимущества дает собственно волонтерская деятельность и как можно органично встроить ее в существующую трудовую и учебную деятельность потенциальных волонтеров.

#### **8. Организация образовательно-интерактивной программы как пример новых форм первичной профилактики зависимостей и популяризации ЗОЖ.**

Для проведения образовательно-интерактивной программы необходимы достаточно простые организационные мероприятия. Ее достоинством является высокая тиражируемость и доступность воспроизведения.

Количество команд: 9 по 15 человек в команде

Количество участников: 135 человек

Количество кураторов: 9 человек

Время мероприятия: 100 минут

Участники: учащиеся образовательных учреждений

Необходимый материал для проведения мероприятия:

- ✓ Задания для команд.
- ✓ Инструкции для кураторов станций.
- ✓ Маршрутные листы.
- ✓ Ноутбук, проектор, экран.
- ✓ Соответствующие видео.
- ✓ Канцелярские принадлежности (бумага, ручки, малярный скотч).
- ✓ Таблички с названиями станций.
- ✓ Подарки победителям.
- ✓ Парта.

Мероприятие представляет совокупность следующих станций, расположенных на одной территориально-ограниченной местности:

- Станция «Простые правила» (общая для всех команд)

- Станция «Истории из жизни»
- Станция «Факты и вымыслы»
- Станция «Степень риска»
- Станция «Социум»
- Станция «Мораль и нравственность в жизни человека»
- Станция «Тесты на наркотики- необходимость?»
- Станция «Разгрузка»
- Станция «Мозговой штурм»

Детальное описание работы кураторов станций:

- ✓ Кураторы являются ответственными за организацию работ станций. Весь материал
- ✓ Куратор каждой станции должен иметь задания всех станций.
- ✓ Каждому куратору присваивается номер и соответственно команда в зависимости от маршрутного листа направляется к определенному куратору, который выдает задание в соответствии с маршрутным листом.

- ✓ Куратор станции (вместе с капитаном команды) следит за своевременным передвижением по станциям (каждая станция, исключая станцию «Простые правила», рассчитана на 10 минут).

Передвижение команд по станциям фиксируется в маршрутном листе. По окончании прохождения всех станций команды возвращаются на «точку старта» (место сбора и организации команд) для подведения итогов.

После прохождения задания станции каждой из 9 команд куратор станции субъективно оценивает качество работы команды по 5-бальной шкале.

Организация команд-участниц (5 минут):

- Участники делятся на команды.
- Число команд равно числу станций.
- За каждой командой закрепляется свой номер.
- В каждой команде назначается капитан.
- Капитан должен следить, чтобы на станциях активность проявляли все члены команды.

➤ Капитан получает на первой станции маршрутный лист (последовательность прохождения станций) которому должна следовать его команда.

- После прохождения задания, команда отправляется на следующую станцию,

согласно своему маршрутному листу.

➤ Перемещение команд происходит таким образом, чтобы на станциях команды не пересекались. Все станции участники проходят в строгой последовательности согласно их расположению выше.

➤ Передвижение команд по станциям фиксируется в маршрутном листе.

➤ По окончании прохождения всех станций команды возвращаются на «точку старта» (место сбора и организации команд) для подведения итогов и награждения победителей.

После формирования команд и объяснения правил объявляется старт образовательно-интерактивной программы.

Станция «Простые правила»

Время проведения станции: 15 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

- ✓ Введение
- ✓ Демонстрация ролика

Материалы:

- ✓ Видео-ролик
- ✓ Экран, проектор, ноутбук
- ✓ Большая территория, размещающая всех участников

Введение:

Для вступительных слов в рамках мероприятия предпочтительно приглашение специалиста в данной области для обозначения актуальности данного мероприятия (5 минут).

Основная часть:

Состоит из просмотра ролика, рассказывающего о зависимостях и опасности их для современного молодого человека (10 минут).

Заключительная часть:

После просмотра ролика, капитан каждой команды получает маршрутный лист и вместе со своей командой начинает проходить станции (со 2 станции) в индивидуальном порядке.

Станция «Истории из жизни»

Время проведения станции: 10 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

- ✓ Проведение заданий

Материалы:

- ✓ Задания, которые выдаются команде (карточки с кейсами)
- ✓ Канцелярские принадлежности (Ручки, бумага)

Информационная справка для куратора:

- ✓ На данной станции ребятам будет предложено решение различных кейсов.

Кейс – это конкретная практическая проблемная ситуация, рассказывающая о событии (или последовательности событий), которую нужно разрешить. В данной ситуации описываются реальные люди в момент принятия важного решения, сталкивающиеся с необходимостью предпринимать какие-то действия и нести ответственность за их последствия.

Участники смогут применить теоретические знания к решению практических задач.

Метод способствует развитию у участников самостоятельного мышления, умения выслушивать и учитывать альтернативную точку зрения, аргументированно высказывать свою. С помощью этого метода появляется возможность проявить и усовершенствовать оценочные навыки, научиться работать в команде, находить решение поставленной проблемы.

Этапы решения кейсов:

- ✓ знакомство с ситуацией, ее особенностями;
- ✓ выделение основной проблемы (или нескольких проблем);
- ✓ выделение воздействующих факторов;
- ✓ анализ последствий принятия того или иного решения;
- ✓ решение – предложение одного или нескольких вариантов (последовательности действий);
- ✓ указание на возможное возникновение проблем, механизмы их

предотвращения и решения.

Основная часть:

Куратор: Приветствие. «На данной станции мы с вами будем развивать умение анализировать. Развивать аналитическую компетенцию мы будем с помощью кейсов. Каждая группа, приходящая на станцию получает карточку с кейсом одну на выбор».

Задача группы, используя ситуацию, имеющиеся у них знания и прилагаясь к кейсу информацию, ответить на вопросы кейса. Информация, данная в кейсе, может быть ложной. Обсуждение в группе длится в течение 5 минут. После этого каждая группа зачитывает

информационные факты, оценивает их (правда/ложь) и саму ситуацию, а также отвечает на вопросы кейса (5 минут).

Станция «Факты и вымыслы»

Время проведения станции: 10 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

- ✓ Проведение заданий

Материалы:

- ✓ Задания, которые выдаются команде (карточки с утверждениями 14 шт.)
- ✓ Куратор помимо выдачи карточек может выбрать несколько спорных утверждений для обсуждения в командах.

Основная часть:

Куратор: Приветствие. «На данной станции мы с вами будем развивать умение логически рассуждать и развеивать мифы о зависимостях. Для этого вы получите карточки с утверждениями».

Капитан команды зачитывает спорное утверждение и проводит дискуссию на эту тему.

Каждый участник должен отстаивать свою точку зрения.

После обсуждения куратор объясняет спорные моменты.

Предпочтительно, чтобы куратор каждой команде давал как карточки с утверждениями, так и зачитывал спорные утверждения.

Цель: научиться в повседневной жизни отличать правду от мифов, связанных с зависимостями.

Станция «Степень риска»

Время проведения станции: 10 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

- ✓ Проведение заданий

Материалы:

- ✓ Задания, которые выдаются команде
- ✓ Карточки с обозначением степени риска возникновения зависимостей – 16 шт. («Высокий риск», «Небольшой риск», «Риск отсутствует»)
- ✓ Скотч

✓ Парты для обозначения линии риска

Основная часть:

Куратор: Приветствие. «На данной станции мы с вами будем учиться определять степень риска возникновения зависимостей в зависимости от наших действий».

Цель: научиться верно оценивать степени риска .

На парте чертится линия — линия РИСКА (или отмечается скотчем).

На одном ее конце размещается карточка с надписью «ВЫСОКИЙ РИСК», на другом — «РИСК ОТСУТСТВУЕТ»; карточка «НЕБОЛЬШОЙ РИСК» размещается ближе к середине линии.

Каждому участнику дается карточка с ситуацией.

Участники по очереди зачитывают надпись на своей карточке и кладут ее на тот участок ЛИНИИ РИСКА, который, по их мнению, наиболее точно отражает степень риска.

Куратор контролирует процесс. После участия всех представителей команды коллективно обсуждаются ошибки. Выстраивается правильная «линия риска».

Станция «Социум»

Время проведения станции: 10 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

✓ Проведение заданий

Материалы:

✓ Задание, которое выдается команде

✓ Купоны двух цветов (зеленый – «за», красный – «против»)

✓ Канцелярские принадлежности (Ручки, бумага)

Основная часть:

Куратор: Приветствие. «На данной станции мы с вами будем делать жизненно важный выбор».

Цель: Научиться принимать правильное решение и прислушиваться к мнению других.

Из группы для проведения игры выбирается доброволец, затем он выходит за пределы станции. Оставшиеся участники делятся на 2 команды. Ведущий зачитывает ситуацию (на выбор), над которой будет думать доброволец. Пока доброволец находится за дверью, одна команда должна приготовить аргументы «за», другая — «против» (5 мин.) Когда команды будут готовы, добровольца приглашают обратно. Ведущий зачитывает эту же ситуацию для добровольца, и дает следующее задание:

«Необходимо внимательно выслушать обе команды, за каждый аргумент нужно дать команде соответствующий купон. После выступления обеих команд в Вашу задачу входит принятие решения — переход в одну или другую команду». Далее следует обсуждение выбора добровольца о переходе в соответствующую команду (5 минут).

Обсуждение:

- ✓ Трудно ли было сделать выбор участнику?
- ✓ Что может повлиять на выбор человека? (качество приведенных аргументов, его симпатии, ранее существующая установка и т.д.)
- ✓ Как человек сделал выбор?

Ситуации для игры (одна на выбор):

- ✓ Перед молодой девушкой стоит вопрос – что делать если ее друг-наркоман?
- ✓ Молодой человек (девушка) приходит в компанию, где ему (ей) друзья предлагают попробовать наркотик.

Станция «Мораль и нравственность в жизни человека»

Время проведения станции: 10 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

- ✓ Проведение заданий

Материалы:

- ✓ Канцелярские принадлежности (ручки, бумага, лист ватмана, фломастеры)
- ✓ Карточки с заданиями
- ✓ Карточки с высказываниями

Основная часть:

Куратор: Приветствие. «На данной станции предлагается поразмышлять, поучиться аргументировать свою позицию при обсуждении таких понятий как мораль и нравственность. Предстоит определить, как влияют мораль и нравственность на здоровье и здоровый образ жизни, а также решить могут ли они защитить человека от возникновения таких социально обусловленных заболеваний как наркомания»

Цель: Развитие представлений о морали и нравственности как духовной основы здоровья и здорового образа жизни; развитие готовности следовать морально-нравственным и иным социальным нормам, принятым в культурных традициях того народа, где проживают молодые люди.

Ведущий предлагает участникам ответить на вопрос «Что такое мораль и что такое нравственность?».

Ответы участников записывает на ватман.

- ✓ Информация для ведущего, которую ему следует обсудить с участниками.

Моралью (или нравственностью) (от лат. *mores* – общепринятые традиции, негласные правила) называют принятые в обществе представления о хорошем и плохом, правильном и неправильном, добре и зле, а также систему норм, идеалов, принципов поведения, вытекающих из этих представлений.

Мораль изучает отдельная философская дисциплина – этика.

В более узком значении мораль является внешним (социальным) требованием к поведению человека. А нравственность – это внутренняя установка человека действовать согласно своей совести и свободной воли.

Мораль, в целом, проявляет себя в осмыслении противоположности добра и зла.

Добро понимается как важнейшая личная и общественная ценность и соотносится с влечением человека к поддержанию межличностных связей и достижению нравственного совершенства. Если добро – созидательно, то зло – это всё, что разрушает межличностные связи и внутренний мир человека.

Все нормы, идеалы, предписания морали ставят своей целью поддержание добра и отвлечение человека от зла. Когда человек осознаёт требования поддержания добра как свою личную задачу, можно говорить, что он осознаёт свой долг – обязательства перед обществом. Исполнение долга контролируется внешним образом – общественным мнением и внутренним образом – совестью. Таким образом, совесть есть личное осознание своего долга.

Человек свободен в моральной деятельности – он волен выбрать или не выбрать путь следования требованиям долга. Эта свобода человека, его способность выбирать между добром и злом называется морально-нравственным выбором.

Однако не в самой способности выбирать между добром и злом заключается основная ценность свободы, а в выборе добра.

Ведущий предлагает участникам разделить на 3 группы и в режиме мозгового штурма составить 4 набора понятий:

- ✓ Основные моральные принципы
- ✓ Моральные нормы поведения
- ✓ Высшие моральные ценности
- ✓ Нравственные идеалы.

После обсуждения морали как системы принципов, ценностей, норм и идеалов, ведущий предлагает участникам ответить на вопрос (написан на карточке): Помогут ли полученные на этой станции знания и умения в сохранении и укреплении собственного здоровья и здоровья окружающих людей? Аргументируйте свою позицию.

Задание группе.

- ✓ Составь декларацию прав и обязанностей современного человека или декларацию норм морали общества, в котором ты бы хотел/а строить свою взрослую жизнь, создавать свою семью.

- ✓ Выбери понравившиеся тебе высказывание и скажи, как ты понимаешь его смысл:

«Первый признак здоровья души есть видение грехов своих, бесчисленных, как песок морской» (св. Петр Дамаскин, православный подвижник, живший в XII веке в Дамаске)

«(Не) поступай по отношению к другим так, как ты (не) хотел бы, чтобы другие поступали по отношению к тебе» (Золотое правило нравственности)

«Добро — это то, что служит сохранению и развитию жизни, зло есть то, что уничтожает жизнь или препятствует ей» (Альберт Швейцер (1875-1965), немецко-французский философ, врач)

После завершения работы над упражнениями и заданиями проводится рефлексия личного опыта обсуждаются результаты.

Станция «Тесты на наркотики- необходимость?»

Время проведения станции: 10 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

- ✓ Проведение заданий

Материалы:

1. Ватманы (3шт. на каждую команду)
2. Канцелярские принадлежности (ручки, маркеры)

Основная часть:

Куратор: Приветствие. «Сейчас Ваша задача описать ситуации, когда необходимо сдать тест на наркотики».

Цель: определить ситуации риска для обязательной сдачи теста на наркотики в целях сохранения здоровья.

Команда делится на 3 части. Каждая из команд, не сообщаясь друг с другом, продумывает ситуации в соответствии с заданием и отражает их на ватмане (5 минут). По итогам каждая команда представляет свои варианты для дальнейшего коллективного обсуждения.

Станция «Разгрузка»

Время проведения станции: 10 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

- ✓ Проведение заданий

Материалы:

- ✓ Ватманы (2 шт. на каждую команду)
- ✓ Цветные карандаши, фломастеры, маркеры

Основная часть:

Куратор: Приветствие. «Ваша задача на станции «Разгрузка» с помощью рисунков/схем и т.д. отобразить основную информацию о зависимостях, которой вы владеете».

Цель: выяснить уровень информированности участников о проблеме, степень их знакомства с терминологией; выработать общий запас терминов.

Команда делится на две части. Необходимо нарисовать профилактический плакат.

Эта станция является разгрузочной между остальными, способствующая переключению с умственной работы на творческую.

Во время подведения итогов мероприятия можно сделать выставку плакатов для их оценки другими командами и дополнительного акцентирования внимания участников на основных фактах возникновения зависимостей.

Станция «Мозговой штурм»

Время проведения станции: 10 минут

Количество кураторов: 1 человек

Функции:

- ✓ Проведение заданий

Материалы:

- ✓ Письмо от президента
- ✓ Задания для групп в конвертах
- ✓ Ватманы (2 шт. на каждую команду)
- ✓ Канцелярские принадлежности (Ручки, бумага)

Основная часть:

Куратор: Приветствие. «Вам пришло письмо от губернатора региона X нашей страны, в котором со стороны правительства приняты все меры по предупреждению возникновения зависимого поведения среди молодежи. Губернатор просит вас, как молодых ребят с активной жизненной позицией, помочь в осуществлении данной стратегии.

Цель: продумать стратегию проведения просветительской и профилактической работы со стороны инициативных представителей молодого поколения.

Участники делятся на две команды. Каждой из них необходимо решить проблему, отраженную в письме (у каждой из двух команд одна и та же проблема), отобразить свое решение на ватмане (5 минут).

Каждая команда представляет ответы на свое задание для общего обсуждения – проведение «мозгового штурма» (5 минут).

Данная образовательно-интерактивная игра является «конструктором» и может быть использована в проведении профилактических мероприятий и занятий как целиком, так и частями, в различных форматах, объединенных одной идейно-смысловой составляющей.

## **9. Профилактические тренинги для подростков как пример работы по системе равный-равному:**

### **9.1. Тренинг отказа**

Цель тренинга: выработка и закрепление навыков отказа от употребления наркотических веществ.

Целевая аудитория: подростки 13-17 лет

Материально-техническое обеспечение:

- ✓ упаковочная бумага, картонные коробки различных размеров, ножницы, клей-карандаш, листы бумаги, скрепки, ручки, фломастеры, конфетти разных цветов и размеров.

Заранее на двух листах необходимо написать задания для команд:

- ✓ изготовить подарочные коробочки с различным наполнением (на вашу фантазию)

и убедить хотя бы одного участника противоположной команды взять ее в руки.

- ✓ придумать различные способы отказаться взять в руки подарок.

Ход тренинга

- ✓ Участникам тренинга в самом начале предлагаетсяделиться на две команды.

✓ Вводный информационный блок:

Каждый день, из различных источников, мы слышим о том, что употребление психоактивных веществ (ПАВ) ведет к смерти.

Что же такое ПАВ? По утверждению Всемирной организации здравоохранения психоактивными веществами являются такие вещества, которые при приеме или введении в организм человека воздействуют на психические процессы. Такие вещества, безусловно, вызывают зависимость. Современные статистические данные утверждают, что большинство наркоманов начинают употреблять наркотики в подростковом возрасте, и более половины лиц, регулярно употребляющих ПАВ-подростки. Сегодня мы с вами узнаем, какими же способами оградить себя от употребления наркотических средств.

Приглашаем обе команды вытащить свое задание.

Необходимо обозначить главное правило – в момент обсуждения участники команд должны тихо совещаться между собой, чтобы противоположная команда не услышала.

Когда все готово- команда с «подарочными» коробками начинает убеждать взять в руки «подарок» участников второй команды.

В случае, если один из участников команды отказа взял в руки коробку, команда убеждения выиграла.

Далее начинаем обсуждение:

- Расскажи, почему же ты взял эту коробочку?

Возможные варианты ответов:

- ✓ любопытство;
- ✓ никто же не увидит;
- ✓ все берут, и я взял;
- ✓ от одного раза ничего же не будет, в следующий раз откажусь и т.д.
  - скажи, а чего тебе не хватило в отказе от коробки?
  - Словарного запаса или уверенности?
- ✓ В большинстве случаев ответ будет уверенности.

На данном этапе идет следующий убеждающий блок:

Уверенность – это отношение к миру и к себе.

- Уверенный в себе человек – успешный человек. Он радуется жизни, у него замечательные друзья, хобби. Он свободен и счастлив. Он не нуждается в различных наркотических веществах. Он прекрасно знает, что минутная эйфория не стоит всей его испорченной жизни.

- Наркоман же – больной и безвольный, оказавшийся в сетях ПАВ человек. Он не осознает реального масштаба беды и питает иллюзию, что может «соскочить» в любое время. У него нет друзей, его презирают окружающие люди. Все его интересы сводятся к одному – как и где достать еще наркотик, а сделает он это любыми способами.
- Под действием ПАВ наркоманы совершают уголовные преступления, не давая себе отчета о содеянном. Вся его жизнь протекает «от дозы до дозы», пока одна из них не станет последней.
- Сильный человек - тот, кто может уверенно сказать: «Нет!».  
Давайте выучим и закрепим универсальные тактики отказа:
- Вежливо отказаться: «Хочешь попробовать?» - «Нет, спасибо».
- Объяснить причину отказа: «Почему не хочешь?» - «Не могу, сдаю анализы», «Мне это не интересно».
- Сменить тему: «Давай покайфуем?» - «А ты слышал, что?...»
- Надавить со своей стороны: «Если бы ты был крутым, то бы попробовал.» - «А если бы ты был крутым, то перестал бы ребячиться».
- Не проявлять интереса. Тебе предлагают наркотик - не обращай внимания, пройди мимо.
- Избегать ситуации и места, где на тебя могут оказать давление.
- Сила в числе. Если приходится проходить такие места - иди вместе с теми, кто тоже не употребляет наркотики. Если вы смогли ответить отказом, есть вероятность, что свое «нет» придется повторить еще раз. Собеседник может всячески ухищряться и придумывать все новые способы убедить вас в том, что вы должны попробовать наркотик. Но во второй раз, как правило, отказать уже легче. Главное - не оправдываться, а твердо повторить свой отказ.

## 9.2. Тренинг «Профилактика наркомании у подростков»

Цель: обозначить проблемы, связанные с наркоманией, предупреждение первого приема наркотиков и ПАВ.

Задачи:

- ✓ Повышение уровня информированности у детей и подростков;
- ✓ Изменение отношения детей к наркомании;
- ✓ Умение сказать «НЕТ» наркотикам;

✓ Повышение мотивации ЗОЖ

Возраст участников: 13-17 лет

Время 2 часа:

Материально-техническое обеспечение:

- ✓ Ноутбук
- ✓ Проектор
- ✓ Листы бумаги
- ✓ Ватман
- ✓ Фломастеры
- ✓ Ручки

Ход тренинга:

Перед тем, как начать наше занятие, давайте выделим ряд правил, которые мы все будем соблюдать:

- ✓ Говорящего прерывает только ведущий, а не участники тренинга;
- ✓ Правило поднятой руки;
- ✓ Критикуешь-предлагай альтернативу;
- ✓ Не давай оценок участникам тренинга;
- ✓ Все, что происходит на тренинге, остается на тренинге.

Наша сегодняшняя встреча связана с проблемой наркомании в современном обществе.

Нам необходимо ответить на следующие вопросы:

- ✓ Существует ли проблема наркомании?
- ✓ Сталкивались ли вы с данной проблемой?
- ✓ Что вы чувствовали, когда сталкивались с этой проблемой?
- ✓ Насколько опасна наркомания среди молодежи?
- ✓ Насколько опасна наркомания для будущего планеты?
- ✓ Знаете ли вы тех людей, которые погибли от наркотиков?

Вывод: употребление ПАВ и веществ, вызывающих зависимость, включая наркотики, является в настоящее время одной из самых актуальных в современном обществе. Вопросы лечения наркозависимых в настоящее время весьма спорны. Поэтому остро стоит проблема профилактики и отказа от первого употребления наркотиков и ПАВ.

- ✓ Игра-разминка.

Участники становятся в круг и кидают мяч друг другу, произнеся свое имя и говоря комплимент участнику, которому бросают мяч. Игра проводится в быстром темпе, все участники должны представится.

- ✓ Готовность группы к работе.

Учащиеся располагаются вдоль стены, дается команда: «Вы-стрелка измерительного прибора. Эта стена - нулевая отметка, противоположная сторона-максимальная. Сделайте столько шагов к противоположной стене, насколько вы оцениваете свою работоспособность (активность, хорошее самочувствие и др.). Участники располагаются по комнате, ведущий отмечает наиболее активных и неуверенных участников.

- ✓ Игра «Ассоциации».

Цель: определить уровень знаний участников группы, создать основу для более глубоких бесед и дискуссий.

Для игры необходимы ручки и листы бумаги.

Дается задание:

Назовите 2-3 слова, которые ассоциируются у вас с понятием «наркотики», «наркомания», «зависимость».

После чего участники по кругу говорят свои ассоциации, а ведущий записывает их на бумаге так, чтобы они не повторялись. В ходе обсуждения ведущий суммирует предложенные ассоциации.

- ✓ Игра : «Спорные утверждения»

Цель: выяснить свои взгляды на проблему наркомании:

Для проведения игры необходимо четыре листа бумаги и написанными на них утверждениями:

«Совершенно согласен»

«Согласен, но с оговорками»

«Совершенно не согласен»

«Не имею точного мнения»

Эти листы прикрепляются по четырем сторонам комнаты.

Ведущий зачитывает спорные утверждения, после чего участники должны разойтись и встать возле того, которое отражает их точку зрения. После принятия решения каждый участник должен обосновать почему он выбран именно такую позицию. Выслушав мнение каждого из участников, ведущий в форме краткой

лекции излагает свое мнение, после чего участники могут поменять свое положение и объяснить почему.

Примеры спорных утверждений:

- ✓ Наркомания-это преступление
- ✓ Легкие наркотики безвредны
- ✓ Наркотики повышают творческий потенциал
- ✓ Наркомания-это болезнь
- ✓ У многих молодых людей возникают проблемы из-за наркотиков
- ✓ Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент
- ✓ Наркомания излечима
- ✓ Многие подростки употребляют наркотики «за компанию»
- ✓ Люди, употребляющие наркотики, не понимают, что все зависит от них
- ✓ Наркоман может умереть от СПИДа
- ✓ Зависимость наркотиков формируется только после многократного применения
- ✓ По внешнему виду человека можно определить наркоман ли он
- ✓ Наркоман может умереть от передозировки
- ✓ Продажа наркотиков преследуется законом
- ✓ Наркомания излечима
- ✓ Наркоманы уже не люди
- ✓ Чтобы решить проблему тяжелых наркотиков, нужно разрешить легкие
  - Игра «Словеный портрет»

Группа при помощи жеребьевки делится на четыре подгруппы, каждой из которых дается задание описать наркомана.
  - Ролевая игра «Семья»

Цель: принять участие в решение проблемы, предложить варианты решения

Каждая микрогруппа должна придумать историю семьи, где кто-то страдает от употребления наркотических веществ. Вся группа участвует в описании истории. в распределении ролей. Задача каждого участника – продумать, как он может помочь исправить ситуацию.

Группа разыгрывает ситуацию, после чего следует обсуждение наиболее приемлемого решения проблемы.

Варианты распределения ролей в группе из пяти человек: наркоман, его мать, отец, друг и тень наркомана (его внутренний голос).

➤ Игра «Марионетки»

Цель: определить, что чувствует человек, когда им кто-либо управляет, когда он не свободен.

Участники должны разбиться по три человека.

Каждой тройке дается задание: два участника становятся кукловодами и полностью управляют движениями куклы-марионетки. Каждый участник должен побывать в роли «куклы».

Для каждой тройки ставятся два стула на расстоянии 1,5-3 метра. Цель кукловода-перевести куклу с одного стула на другой. При этом кукла не должна сопротивляться и полностью выполнять команды. В роли «кукловодов» также должен побывать каждый участник.

После завершения игры следует обсуждение.

Игравшим предлагается ответить на следующие вопросы:

- ✓ Что вы чувствовали, когда были в роли куклы?
- ✓ Понравилось ли вам это чувство, комфортно ли вам было?
- ✓ Хотелось ли выполнить задание самому?

➤ Игра «Отказ»

Цель: игра дает возможность участникам овладеть навыками уверенного поведения и аргументированного отказа в ситуации выбора.

Работа также проводится в микрогруппах, где предлагается одна из ситуаций:

- ✓ Одноклассник ( сосед, лидер) предлагает сделать наркотик у тебя дома
- ✓ Одноклассник ( сосед, лидер) предлагает оставить странные вещи у тебя дома
- ✓ Одноклассник ( сосед, лидер) предлагает попробовать наркотик «за компанию»
- ✓ Одноклассник ( сосед, лидер) предлагает отвезти какую-то вещь незнакомому человеку
- ✓ Одноклассник ( сосед, лидер) просит достать для него наркотик

Задание подгруппам: в течение семи минут придумать как можно больше аргументов для отказа в данной ситуации.

После этого каждая подгруппа проигрывает свою ситуацию для всех участников. Ведущий предлагает использовать три способа отказа: уверенный, агрессивный, неуверенный.

➤ Плакат «Будущее в наших руках!» (рефлексия)

Ведущий раздает приготовленные заранее половинки ватмана, на каждой из которых написано: «Будущее в наших руках. Присоединяйтесь!» На каждой половинке нарисованы две ладони. Участники делятся на две команды.

Каждая подгруппа в течение 5 минут обсуждает и записывает на плакате на 10 пальцах рук 10 основных качеств, какими, по вашему мнению, должен обладать человек, свободный от наркотиков.

Для защиты плаката выбирается по одному участнику от каждой подгруппы.

Ведущий:

«Теперь пусть каждый из вас напишет на листочке то качество, которое он хотел бы взять с собой в будущее и прикрепить его к плакату, вокруг ладошек. Теперь выстройтесь в ряд и присоедините друг к другу плакаты.

Ребята, будущее в наших руках и только объединившись, вы сможете сказать НЕТ наркотикам.

Скажите, что из тренинга было для вас наиболее полезно.»

## **10. Концепция проведения публичных дебатов «Электронные сигареты и вейпы: вред или просто дым?»**

Цель формата:

- ✓ воспитание у населения ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, актуализация проблемы доступного повсеместного распространения электронных сигарет и вейпов;
- ✓ привлечение внимания медицинского сообщества, органов исполнительной власти к проведению дополнительных исследований в области влияния электронных сигарет и вейпов на организм человека.

Время проведения: 1 час.

Площадки проведения: аудитория образовательного учреждения; любое помещение, отвечающее требованиям проведения дебатов.

Описание формата: дебаты подразумевают взаимодействие между командами, в рамках которого каждая из сторон должна аргументированно убедить зрителей в своей правоте.

Основными элементами дебатов являются:

- ✓ тема,
- ✓ ведущий дебатов,
- ✓ утверждающая сторона (команда)
- ✓ отрицающая сторона (команда),
- ✓ Аргументы поддержки и доказательства,
- ✓ перекрестные вопросы, выступление экспертов (в случае их участия),
- ✓ участие зрителей.

Тема дебатов: электронные сигареты и вейпы способны нанести вред организму.

- ✓ Ведущий дебатов вызывает у спикеров и их команд желание доказывать свою точку зрения, убеждать зрителей и другую команду в своей правоте. Он поддерживает контакт с командами дебатов, обращает их внимание на соблюдение основных правил для оппонентов. Особенно важно подчеркнуть, что именно ведущий направляет спор в нужное русло, не дает спикерам отклониться от темы, осуществляет переход к следующей теме.
- ✓ Утверждающая сторона должна убедить зрителей и противоположную сторону в том, что электронные сигареты и вейпы способны нанести вред организму.
- ✓ Отрицающая сторона должна убедить зрителей и противоположную сторону, что позиция утверждающей стороны неверна или ее аргументация не достаточна, тем самым поддерживая мнение, что электронные сигареты и вейпы это «просто дым».
- ✓ Аргументы, поддержки и доказательства. Аргументы являются важным инструментом убеждения зрителей. Необходимо использовать свидетельства (цитаты, факты, статистические данные, примеры), подтверждающие позицию (выдвинутый аргумент). Перекрестные вопросы. Так называют дискуссию в рамках одного раунда, включающей вопросы спикера одной команды и ответов спикера другой команды. Он используется для разъяснения позиции или для выявления потенциальных ошибок противника. Информация, полученная в ходе перекрестных вопросов, может быть использована в выступлениях следующих спикеров.

✓ Зрители открыто голосуют за каждую из команд в по окончании каждого раунда.

Эксперты (в случае их участия) дают свое профессиональное мнение на высказывания сторон по окончании каждого раунда после голосования зрителей.

✓ Участники дебатов:

Команда состоит из учащих в количествен не менее 5 человек

✓ Ведущий дебатов – волонтер-медик или волонтер.

Зрителем может стать любой желающий.

В качестве экспертов могут выступать волонтеры-медики, представители органов исполнительной власти, представители комитетов по делам молодежи и другие лица, чья деятельность сопряжена с освещаемой темой.

Материально-технической оснащение:

✓ дискуссионные места для команд, непосредственно участвующих в дебатах, ведущего, экспертов и зрителей;

✓ компьютер/ноутбук с возможностью трансляции презентации на экран посредством проектора (в случае необходимости);

✓ заранее подготовленные кейсы утверждающей и отрицающей сторон;

✓ карточки для жеребьевки или любой другой реквизит для ее организации;

✓ карточки для голосования зрителей, в случае выбора формата открытого голосования с их помощью.

Этапы проведения дебатов.

➤ Подготовительный этап:

✓ При подготовке к дебатам командам важно уделить особое внимание по сбору информации в рамках заявленной темы. Для правильной подачи информации командам следует ознакомиться с теоретическим блоком по электронным сигаретам и вейпам. Особое внимание стоит уделить международному опыту в рамках данного вопроса. Допустимо использование официальных источников, подтвержденных исследований и мнений специалистов, опросов общественного мнения и т.д.

✓ У каждой команды должен быть заранее подготовлен кейс аргументов для утверждения поставленной темы и ее отрицания. Жеребьевка определяет, какую сторону займет каждая из команд.

В период подготовки к дебатам команды должны ответить на следующие вопросы, чтобы убедительней обосновать свою позицию в отношении темы:

- ✓ почему мы соглашаемся (не соглашаемся) с темой;
- ✓ какие сильные доводы мы можем привести в поддержку (отрицание) темы;
- ✓ какие основные проблемы содержит тема, и какие примеры можно привести;
- ✓ какие дополнительные вопросы возникают в связи с этой темой и как их следует интерпретировать (к какой стороне отнести);
- ✓ каковы могут быть опровергающие аргументы;
- ✓ имелся ли личный опыт у участников команд в отношении заявленной темы.

Ответив на эти вопросы, команды смогут создать четкую и стратегически верную концепцию доказательств и неоспоримый кейс.

➤ Непосредственное проведение дебатов:

- ✓ Дебаты проводятся между двумя командами – утверждающей стороны вреда электронных сигарет и вейпов, и отрицающей данное утверждение.
- ✓ В каждой команде принимает участие не более 5-ти человек.
- ✓ Представители от каждой из сторон выступают на дискуссионных местах, находящихся друг напротив друга.
- ✓ Ведущий является модератором данной дискуссии.
- ✓ Дебаты состоят из 4-х раундов, каждый по 10 минут.
- ✓ Проведение жеребьевки и определение сторон.
- ✓ Каждый раунд состоит из следующих блоков: подготовка каждой из сторон в течение 1 минуты, выступление спикеров команд в течение не более 4 минут, проведение дискуссии между командами в течение не более 5 минут.
- ✓ Предпочтительно, чтобы спикерами от команд выступали разные ее представители.
- ✓ Во время подготовки каждой из сторон к выступлению рекомендуется запуск минутного тематического видеоролика или же небольшой диалог ведущего со зрителями.
- ✓ Каждая из сторон имеет право задать провокационные, уточняющие и иные вопросы своему оппоненту.

Команды отстаивают свою точку зрения в каждом раунде согласно следующим тезисам:

- 1 раунд: «Электронные сигареты: замена одной зависимости на другую»;
- 2 раунд: «Можно ли говорить о пассивном курении применительно к электронным сигаретам и вейпам?»;
- 3 раунд: «Необходимость проведения исследований электронных сигарет в России, приравнивание их к обычным сигаретам. Мировая практика в отношении электронных сигарет и вейпов»;
- 4 раунд: «Подведение итогов трех раундов».

Эксперты и зрители следят за ходом дебатов; задают вопросы участникам.

После каждого раунда зрители открыто голосуют (например, с помощью карточек с номером команды или по поднятой руке) за более убедившую их команду.

После проведения открытого голосования зрителей эксперты (в случае их участия в дебатах) дают свою профессиональную оценку доводам каждой из сторон.

Команда объявляется победителем в том случае, если по итогу всех раундов за нее в сумме проголосовали большее количество зрителей.

Если одна из команд соглашается с аргументами другой команды, то убедившей в своей позиции стороне присуждается победа в данном раунде и присваивается максимальное число голосов (по количеству зрителей дебатов). Команды должны уважительно относиться друг к другу, не переходить на личности, не оскорблять оппонентов, не использовать в своей речи ненормативную лексику. В случае нарушения данного пункта правил одной из команд последует ее дисквалификация.

Подведение итогов дебатов:

- ✓ Итоги дискуссии подводит ведущий (не более 10 минут). Если в дебатах принимали участие эксперты, то подведение итогов проводится с учетом их профессионального мнения.
- ✓ Подводя итоги дебатов, следует:
  - проанализировать выводы, к которым пришли сами участники дискуссии;
  - обратить внимание на содержание речей, глубину и научность аргументов, точность выражения мыслей, правильность употребления понятий;
  - огласить мнения экспертов и специалистов в данной области
- Инструкция для ведущего дебатов.

- ✓ Ведущий должен предварительно изучить теоретический блок в рамках заявленной темы.
- ✓ Вступительное приветственное слово ведущего (5 минут). Ведущий раскрывает актуальность проблемы, заинтересовывает участников обсуждения; представляет участников дебатов, создает благоприятную атмосферу для обсуждения проблемы; информирует о регламенте.
- ✓ Вступительное слово ведущего всегда должно быть информативно насыщенным и при этом эмоциональным. Добиться внимания слушателей, а также их расположения помогут и специальные приемы – введение в речь рассказа об интересном случае, цитирование известных деятелей культуры, искусства и т.д.
- ✓ После приветственного слова один представитель от каждой команды приглашается для жеребьевки.
- ✓ После определения сторон каждой из команд, ведущий приглашает их занять дискуссионные места.
- ✓ После минутной подготовки команд ведущий приглашает спикеров каждой из команд к выступлению.
- ✓ После выступления спикеров ведущий переходит к следующему блоку проведения дискуссии, в рамках которой спикеры вступают в непосредственный диалог между собой.
- ✓ Ведущий следит за соблюдением регламента; не дает участникам дебатов отклониться от темы; задает вопросы, касающиеся темы дебатов; осуществляет речевой переход от одного участника к другому, тематически связывает одно выступление с другим и т.д.
- ✓ Задача ведущего – своими вопросами разогреть дискуссию двух сторон, а также позволить одной стороне согласиться с другой.
- ✓ Ведущий должен внимательно слушать доводы каждой из сторон и направлять их в нужное русло.
- ✓ Ведущий должен четко следить за таймингом, а также речью команд.
- ✓ После каждого раунда ведущий должен провести голосование зрителей, засчитать результаты каждой команде, предоставить слово эксперту, если таковой имеется.

➤ Памятка для ведущего дебатов:

- ✓ Во время проведения дебатов ведущий должен подчеркнуть важность процесса обсуждения, поиска решения, обмена мнениями относительно тех актуальных проблем, которые являются темой дебатов, а не принятие какого-либо решения, утверждения какого-либо единственно правильного мнения, точки зрения.
- ✓ За соблюдением регламента следит ведущий. Он должен уметь ориентироваться в обстановке: четко и быстро реагировать на речевые события, корректно прерывать говорящего в случае необходимости.

Иногда остановить обсуждение просто необходимо. Ведущий может это сделать следующим образом:

- «К сожалению, вынужден прервать Вас и предоставить слово ...» Такой речевой ход позволяет соблюсти регламент, а также разрядить обстановку.

Ниже представлены речевые примеры корректировки выступлений спикеров ведущим:

✓ Стимулирование дискуссии:

- Продолжайте...
- Прошу вас высказать свое мнение на данное утверждение...
- А что вы можете сказать об этом (по этому поводу, на эту тему)?
- Есть ли (еще) желающие высказаться (выступить)?
- Посмотрим на этот вопрос с другой стороны...

✓ Коррекция обсуждения:

- Извините, я перебею вас...
- Извините, но здесь я хочу (хотел бы) заметить, что...
- Простите, что перебиваю, но...
- Я вынужден вас остановить (перебить, прервать)
- Извините, что не даю договорить, но...
- Вы несколько уклонились от темы...
- Вернемся к нашей теме...
- Я все-таки хотел бы вернуться к разговору о... (к вопросу, к проблеме)...

- ✓ В момент проведения раундов, ведущий должен видеть и понимать, какая из сторон начинает проигрывать и своим вопросом помочь ей в дальнейшей аргументации.

Ниже представлена примерная речь ведущего для помощи командам в аргументации (в данном контексте слово «команда» относится к одной из сторон дебатов, которой данные вопросы помогут в аргументации своей точки зрения):

Первый раунд.

- ✓ «Уважаемая команда, скажите пожалуйста, действительно ли электронная сигарета может вызвать зависимость, ведь некоторые производители утверждают, что в них совсем нет никотина?»
- ✓ «Команда, что вы скажете в защиту? Могу ли я быть уверенным, что завтра мне не захочется перейти на обычные, табачные изделия?»
- ✓ «Команда, как вы считаете, могут ли в ближайшем будущем все курильщики перейти на электронные сигареты? И будет ли это спасать от существующей зависимости от табачных изделий?»

Второй раунд.

- ✓ «Как всем известно, по данным Всемирной организации здравоохранения пассивное курение от обычных сигарет оказывает негативное влияние на окружающих. Команда, можем ли мы быть уверенны в том, что пар от электронных сигарет не осядет надолго в легких окружающих?»
- ✓ «Но ведь состав и производство жидкостей для вейпов и электронных сигарет никто не контролирует, команда, как вы считаете, могут ли быть опасные вещества в паре от электронных сигарет? Порой человек выпускает его так много, что слезятся глаза.»

Третий раунд.

- ✓ «Мы много сегодня проговорили с вами об электронных сигаретах и вейпах. Из этого можно сделать вывод, что не только в России, но и во всем мире проводилось слишком мало исследований. Команда, так ли это?»
- ✓ «Многие подростки (не достигшие возраста 18 лет) покупают электронные сигареты, пытаются выглядеть более взрослыми, может быть следует ограничить рекламу? Как вы считаете, команда? Есть ли страны, в которых это уже сделали? И стоит ли законодательному органу внести к рассмотрению проект закона об ограничении распространения электронных сигарет и вейпов?»

Четвертый раунд.

- ✓ «На трех предыдущих раундах вы услышали аргументы своего оппонента. Сейчас постарайтесь проанализировать всю полученную информацию от

противоположной стороны для своего заключительного выступления по заявленной теме».

### **11. Классный час по профилактике аддиктивного поведения детей и подростков.**

Классный руководитель должен уделить большое внимание в работе с классом профилактике аддиктивного поведения.

С этой целью в классе необходимо организовать серьезную профилактическую просветительскую работу через систему внеклассных мероприятий.

Для эффективности внеклассной работы в этом направлении можно и нужно использовать следующие формы работы:

- просмотр видеофильмов с последующим обсуждением,
  - просмотр кинофильмов, которые отражают ситуации борьбы людей с собственными пороками и пути их преодоления;
  - встречи со специалистами,
  - изучение отношения взрослых к проблемам учащихся
  - чтение и обсуждение журнальных публикаций о силе и стойкости человеческого духа в самых трудных жизненных ситуациях,
  - тематические викторины, устные журналы,
  - выставки рисунков, фотовыставки пропагандирующие привелегии ведения здорового образа жизни,
  - нравственные классные часы
  - интерактивные игры,
  - пресс-конференции, брифинги по данной теме.
- Необходимые условия, которые нужно соблюдать при подготовке профилактических мероприятий:
- ✓ Мероприятия должны соблюдать время и место. Если мероприятие запоздает, оно может вызвать иронию и сарказм учащихся.
  - ✓ Подготовка мероприятия должна быть очень детальной и достоверной. Разговор на данную тему не терпит фальши и формализма.
  - ✓ Мероприятия такого рода должны быть очень искренними и максимально откровенными со стороны взрослого.

- ✓ Форма общения — не назидание с позиции своего опыта, а совместный поиск истины.
- ✓ Такие мероприятия не должны требовать от ученика единства взглядов со всеми остальными. Они должны поставить ученика в позицию раздумий, поисков.

Усугубление наркологической ситуации, в частности тенденция к неуклонному омоложению потребителей ПАВ, требует создания целостной системы профилактики наркозависимости в образовательном учреждении. Профилактика зависимости должна быть направлена на снижение влияния факторов риска наркотизации и усиление защитных факторов. Приоритетной является позитивная профилактика, опирающаяся на возрастные особенности детей.

В этой ситуации возникает особая ответственность специалистов, работающих с несовершеннолетними, - классных руководителей, педагогов, школьных психологов, социальных педагогов, которые нуждаются в выработке совершенного нового подхода к решению проблем, связанных с употреблением и зависимостью от ПАВ.

## **12. Содержательные блоки для конструирования информационной подструктуры профилактических занятий.**

### **➤ Знакомство по парам**

Краткое описание: Участники разбиваются по парам, желательно по принципу наименьшей “знакомости”. В течение 10 минут рассказывают друг другу о себе, потом представляют партнера остальным участникам, говоря о нем от первого лица, стоя за спиной и положив руки на плечи сидящего впереди партнера. Затем рефлексия: кто что чувствовал.

Назначение: Знакомство, обретение опыта общения, опыта восприятия информации о другом и о себе со стороны, проявление внимания к личности другого, создание атмосферы психологической безопасной.

Примечание: Упражнение может вызвать сильные переживания, во время обсуждения надо это учитывать: дать выговориться, дать обратную связь.

### **➤ Поиск общего**

Краткое описание: Группа делится на двойки, и два человека находят у себя определенное количество общих черт, чувств, внешних и поведенческих признаков и т.д. Затем двойки объединяются в четверки с той же целью и т.д.

Назначение: Знакомство, проявление внимания к личности другого и осознание своей индивидуальности.

Примечание: Ведущий по своему усмотрению может остановить процесс на четверках, восьмерках и т.д.

➤ Вопросы на бумажках

Краткое описание: Каждый пишет на маленькой бумажке вопрос, на который хотел бы получить ответ (вариант - на который сам бы хотел ответить). Бумажки с вопросами складываются в шляпу, перемешиваются и раздаются участникам в произвольном порядке. Каждый отвечает на тот вопрос, который ему достался.

Назначение: Знакомство, выход на серьезный разговор, предоставление возможности увидеть товарищей по группе с новой стороны

➤ Я никогда не...

Краткое описание: Участники по очереди говорят фразу, начинающуюся со слов “Я никогда не...”. (Например - “Я никогда не прыгал с парашютом”). Остальные участники загибают по одному пальцу на руке, если для них утверждение не верно (т.е. они, например, прыгали с парашютом). Выигрывает тот, у кого останется последний не загнутый палец на руках. Ведущий заранее говорит, что фразы должны соответствовать реальности, и пальцы загибать надо по-честному.

Назначение: Знакомство в игровой форме, разрядка.

Примечание: Нужно оговорить, что не считаются высказывания, смысл которых связан с половыми различиями.

Выигрывает человек с самым бедным жизненным опытом, а проигрывает с самым богатым: развивается диалектический взгляд на жизненные явления, факты.

➤ Я-ТЫ-МЫ

Назначение: Создание условий для осознания своей Я-концепции и соотнесения ее с мнением Другого, для переживания чувства «Мы».

Квадратный лист бумаги расчерчивают на сектора. Каждый сектор «Я» оформляется одним человеком. Сектора «Ты» оформляются вместе с соседом, а сектор «Мы» оформляет вся группа. Это упражнение следует выполнять молча. В конце проводится рефлексия.

Могут обсуждаться вопросы:

- ✓ Как я себя чувствовал в секторе «Я»?

- ✓ Какое открытие я сделал, работая с партнером в секторе «Ты»?
- ✓ Какая мы группа, и каково каждому в ней, судя по взаимодействию в секторе «Мы»?
- ✓ Правило молчания: легко или трудно было его выполнять?
- ✓ Какая группа сплоченней: где легко молчать или трудно?

#### ➤ Путаница

Краткое описание: Каждый берет за руки двух разных людей стоящих, желательно, не рядом. Задача - не разнимая рук распутаться в новый круг.

Назначение: Сплочение и проявления бережного отношения друг к другу, снятие возбуждения.

Примечание: Перед началом распутывания рекомендуется отметить необходимость бережного отношения друг к другу, уникальность и ценность каждого. Можно использовать для завершения занятия.

#### ➤ Черные шнурки

Краткое описание: Все сидят на стульях в кругу, ведущий в центре круга предлагает поменяться местами тем, у кого, например, черные шнурки. Задача всем найти себе место, в том числе и ведущему. Тот, кто место не нашел, становится ведущим

Назначение: Разрядка, проявление фантазии, осознание общности.

Примечание: по мере овладения игрой взрослые ведущие могут подавать пример называния более интересных признаков, как то: выражаемые определенным образом отношения, чувства, черты характера и т.п., однако – только в позитиве и соответственно реальности. Недопустимо обидное приписывание.

#### ➤ Упражнения-откровения

Упражнения- откровения типа «Мои пять самые...»: учащимся передают конверт, в котором карточки, каждый берет одну (не гадая), громко читает и сразу отвечает.

Примеры карточек: «Мои 5 самые...»

Пять самых презираемых качеств личности человека...

Пять самых близких людей...

Пять самых ненавистных явлений в жизни...

Пять самых веселых и смешных явлений, событий в жизни...

Пять самых любимых произведений искусства...

Пять самых главных дел, которые мечтаешь совершить в жизни...

Пять самых ценных вещей...

Пять лучших книг...

Пять самых дорогих мест...

Пять самых больших ценностей...

#### ➤ Девиз

Все участники по очереди (по кругу) говорят о том, какую футболку и с какой надписью-девизом они купили бы себе, если бы была такая возможность. Эта надпись должна отражать жизненное кредо человека, его основной жизненный принцип, а цвет соответствовать его характеру.

#### ➤ Упражнение «Подарки»

Все участники по кругу высказываются: «Что бы я хотел подарить сидящему рядом?». Называется то, что, по мнению говорящего, могло бы по-настоящему обрадовать человека, которому сделали такой подарок. Затем тот, кому «подарили», благодарит и сообщает о своих чувствах.

#### ➤ Интервью

Один из участников садится в центр круга. Объявляется его социальная роль. Группа может задать ему 5 вопросов, но строго соблюдая рамки объявленной роли. Например, вопросы как педагогу, как родителю и т.д.

Затем следующий желающий садится в центр круга. Задается другая роль. Ему также задают 5 вопросов. Деролизация - обязательно. Рефлексия: кто как себя в роли чувствовал, какие открытия сделал.

#### ➤ Кто я?

На вопрос «Кто Я?» постарайтесь ответить 20 словами, которые вас характеризуют (можно существительными, прилагательными, причастиями). Попросите близких товарищей или взрослых ответить на этот вопрос «за вас». Сравните ряд определений, сделайте вывод о совпадении вашего самовосприятия с восприятием вас другими.

#### ➤ Салки-обнималки

Краткое описание: Водящий может осалить того, у кого нет пары (за пару надо крепко держаться). Если образовалась тройка, салить можно того, кто присоединился последним.

Назначение: Разрядка, взаимовыручка, “спасающий физический контакт”

Примечание: Просторное, безопасное помещение

➤ Семеро козлят и волк

Краткое описание: Участникам раздаются бумажки, треть из которых с надписью “волк”, треть - “коза”, треть - “козленок”. “Козлята” идут в свой “дом”, а “волки и “козы” (не показывая своих бумажек) по очереди пытаются их убедить что они “козы” и что им надо открыть дверь. “Козлята” решают пускать или нет. Если пустили “волка”, то он забирает 1-2 “козлят”, если “козу” не пустили, то 1-2 “козленка” “умирают” от голода.

Назначение: Тренировка умения сказать “нет”, умения убеждать, умения распознать обман, внимания к невербальным проявлениями

➤ Слепец и поводырь

Краткое описание: “Поводырь” ведет участника с завязанными глазами на другой конец комнаты, преодолевая препятствия с помощью устных рекомендаций. Остальные наблюдают.

Назначение: проживание опыта ответственности и беспомощности, доверия партнеру.

Примечание: Участники могут по-разному доверять разным членам группы. Можно узнать заранее, кто с кем хочет идти, но может выявиться человек, которому никто не доверяет, это опасно. В то же время кому-то было бы полезно узнать, что ему доверяют.

➤ Ритм

Краткое описание: Участники по очереди задают ритм хлопками так, чтобы он вписывался в уже звучащий.

Назначение: Сплочение и ощущение общности группы, снятие возбуждения, разрядка

➤ Ассоциации

Краткое описание: Мяч перекидывается в кругу (произвольно) и каждый, у кого в руках мяч называет слово. Тот, кому мяч перекинули, называет слово - ассоциацию к сказанному предыдущим участником.

Назначение: Развитие ассоциативного мышления, создание условий для самораскрытия.

Примечание: Может быть задана тема для ассоциаций - чувства, части тела, проблемы, приятные вещи.

Игра может быть неплохим переходом от одной темы к другой.

➤ Слепой паровозик

Краткое описание: Участники сцепляются в маленькие паровозики по двое или по трое. Тот, кто спереди, закрывает глаза и слушается движений последнего. Тот, кто в середине, - нейтрален. Игра происходит молча. Интересно, когда одновременно двигается не меньше 5 паровозиков.

Назначение: Разрядка, сплочение.

Обретение опыта ответственности и доверия или недоверия партнеру. Сосредоточение на телесных ощущениях.

Примечание: Активно включен телесный компонент, что может вызывать у подростков самые разные эмоции. На материале этой игры можно говорить о телесных проявлениях доверия и недоверия.

#### ➤ Горячий стул

Краткое описание: Один из участников по желанию садится в центр круга, остальные говорят ему, с чем (или кем) он у них ассоциируется, какие чувства вызывает. Затем обсуждаются переживания всех участников во время упражнения.

Назначение: Тренировка навыка восприятия мнения окружающих о себе; провоцирование возникновения сильных переживаний, развитие группового процесса.

Примечание: При работе с подростками возможно при достаточно высоком уровне безопасности в группе и способности участников говорить о своих переживаниях, а не оценивать друг друга.

#### ➤ Выражение чувств

Краткое описание: Участники вытягивают по очереди бумажки с названиями чувств и молча мимически выражают это чувство. Передвигаясь произвольно, находят партнеров, выражающих аналогичные чувства, собираются в группы. По знаку ведущего выясняют, насколько однородные группы образовались.

Назначение: Понимание важности языка тела, налаживание связи между чувством и его телесным выражением.

Примечание: Может быть скучно для подростков, если группа недостаточно разогрета

#### ➤ Ужасно-прекрасный рисунок

Краткое описание: Участникам раздается по листу бумаги и по одному фломастеру. Предлагается нарисовать “прекрасный рисунок”. После этого рисунок передается соседу справа и тот делает из полученного рисунка в течение 30 секунд “ужасный рисунок” и передает следующему. Следующий участник делает “прекрасный рисунок”. Так проходит весь круг. Рисунок возвращается к хозяину. Рефлексия.

Назначение: Стимулирование группового процесса, разрядка, выражение агрессии

#### ➤ Ценности

Краткое описание: Участникам раздаются по шесть листочков и предлагается на каждом из них написать то, что для них ценно в этой жизни. Затем листочки ранжируются таким образом, чтобы самое ценное оказалось на самом последнем листочке. Ведущий предлагает представить себе, что случилось что-то страшное и из жизни исчезла та ценность, которая написана на первой бумажке. Ведущий предлагает смять и отложить бумажку и осознать, как им теперь без этого живется. Затем так происходит с каждой ценностью по порядку. Каждый раз предлагается обратить внимание на внутреннее состояние после потери ценности. Затем ведущий объявляет, что произошло чудо и появилась возможность вернуть любую из ценностей, можно выбрать одну из смятых бумажек. Так шесть раз. Затем предлагается осознать, что произошло, может быть, добавить какие-то ценности, посмотреть, остался ли прежний порядок ранжирования. Обсуждение.

Назначение: Осознание собственной иерархии ценностей.

Примечание: Упражнение выполняется под медитативную музыку, большое значение имеют интонации и голос ведущего, произносимый текст должен быть простым и гладким.

Упражнение провоцирует возникновение очень глубоких переживаний.

Обстановка во время проведения упражнения должна быть предельно безопасной - не должно быть лишних звуков, никто не должен входить в помещение, участники не должны мешать друг другу (их можно рассадить на комфортное расстояние друг от друга).

Ведущему обязательно предварительно надо попробовать проделать это упражнение, оценить его глубину и сложность.

#### ➤ Ладонка

Краткое описание: Каждый обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя, в каждом пальце что-то, что нравится в себе самом. Затем лист передают соседу справа, он в течение 30 секунд пишет на листе (снаружи ладони) что-то, что нравится в человеке, хозяине ладони. Так через весь круг. Хозяину лист возвращается в перевернутом виде.

Назначение: Запрос позитивной обратной связи, возможность выражения позитивных эмоций.

#### ➤ Клубок

Краткое описание: Каждый из участников, держа в руках клубок, говорит о том, как его лично коснулась обсуждаемая проблема. Затем наматывает на палец нитку и отдает клубок следующему, кто хочет говорить. Готовую "паутинку" можно распутать, а можно скомкать.

Назначение: Осознавание общности проблем и возможности взаимоподдержки

Примечание: Ведущему следует задать тон серьезного разговора.

Упражнения эмоциональное, могут возникнуть глубокие переживания

➤ Надписи на спине

Краткое описание: Участникам прикрепляется к спине листок и все хаотично ходят по комнате и пишут на спинах то, что им нравится друг в друге.

Назначение: Обретение опыта получения позитивной обратной связи и доверительного отношения к группе.

➤ Невербальное знакомство

Краткое описание: Участникам предлагается молча и хаотично знакомиться друг с другом руками с закрытыми глазами;

Назначение: Обретение опыта преодоления барьеров в общении, осознание собственных коммуникативных затруднений.

Примечание: Возможно при достаточной готовности группы.

➤ Запрашиваем обратную связь

Дополни предложения:

- Лекарство – это средство для лечения...
- Яд – это вещество, вызывающее отравление или...
- Одно и то же вещество может быть и лекарством и ядом, в зависимости от того,...
- Предложения, начинающиеся со слов «что было бы, если...»

Этот прием можно использовать, чтобы побудить подростков к обсуждению своих чувств и рефлексии собственного поведения, к поиску возможных альтернатив поведения.

Возможное начало предложений:

- Если я в ярости, то...
- Если я печален, то...
- Если я боюсь, то...
- Если у меня нет желания что-либо делать, то...
- Если я кого-то не выношу, то...
- Если я горжусь собой, то...
- Если я хочу с кем-либо познакомиться, то...
- Если я с чем-то хорошо справился, то...

- Если я что-то преодолел, то...
  - Если со мной случится такое несчастье, что я больше не смогу жить, так как сейчас, то...
  - Если я когда-нибудь серьезно заболею, то...
  - Если я вдруг разочаруюсь, то...
  - Если я потеряю свою лучшую подругу (друга), то...
  - Если я в отчаянии, то...
  - Если я в стрессовом состоянии, то...
  - Если я чувствую себя исключенным из группы...
  - Если я одинок (завидую, ревную)...
  - Если мне скучно...
  - Если я не уверен в себе...
  - Если мной кто-то восхищается...
- ✓ Рассмотрите предупреждающие об опасности знаки. Придумай и нарисуй свои знаки, дополни их надписями.
- ✓ Какие ситуации являются рискованными?
- Ты нашел баллончик с аэрозолем. Ты бросил его в огонь костра.
  - Ты нашел что-то похожее на сахарную пудру или щербет в маленькой коробочке. Ты пробуешь это на вкус, чтобы узнать, что это такое.
  - Напишите несколько правил безопасного поведения, которые ты считаешь важными.

Вставь в предложения недостающие слова, выбрав их из трех возможных вариантов:

- Давление одного человека на другого – это когда один человек \_\_\_\_\_ другого сделать что-то, чего тот не хочет (использует, побуждает, заставляет).
- У каждого человека есть \_\_\_\_\_ отстаивать свое мнение (мнение, обязанность, право).
- Необходимо \_\_\_\_\_ давлению (поддаваться, противостоять, сопротивляться).
- Чтобы успешно сопротивляться давлению, надо самостоятельно \_\_\_\_\_ как поступать в каждом случае (решить, поступать, сделать).
- В ситуациях давления, опасных для здоровья, необходимо \_\_\_\_\_ (убегать, говорить «нет», соглашаться).

- ✓ Запиши пять рискованных ситуаций, в которых ты никогда не хотел (а) бы оказаться.
- ✓ Разложи карточки с предложенными ситуациями в два столбика «есть риск», «нет риска» (варианты ситуаций – курить сигареты, кататься на велосипеде, переходить через дорогу, идти по парку, подобрать бывший в употреблении шприц, выпить алкогольный напиток, улыбаться человеку, которого не знаешь, выпить лекарство от кашля, пробовать наркотики, играть в футбол, догонять автобус, выходить гулять поздно вечером и т.п.)

✓ Вставь пропущенные слова в предложения:

- Здоровье – это когда ты чувствуешь себя \_\_\_\_\_, а не только когда ты болеешь.
- Здоровье зависит от многого, а также от принимаемых тобой решений и твоих \_\_\_\_\_
- Чтобы расти и учиться, человеку надо заботиться о своем \_\_\_\_\_
- Полезные привычки и увлечения укрепляют \_\_\_\_\_
- Остановись – подумай

- ✓ Записать ситуации принятия решений. Проиграть их в процессе ролевой игры, где участники делают реальные шаги в пространстве в соответствии с шагами модели, произнося рассуждения вслух.

Назначение: Осознание привычных способов и выработка новых навыков принятия решения

- ✓ Модель принятия решения "ОСТАНОВИСЬ И ПОДУМАЙ".

- ✓ ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ Чего касается эта проблема?

- В чём заключается проблема?
- В чём заключается положительная сторона того, что проблема возникла?
- В чём заключается отрицательная сторона того, что проблема возникла?
- Какие решения в этой ситуации желательны?
- Какие решения в этой ситуации возможны?

Подумай о последствиях

- ОПРЕДЕЛЕНИЕ ДОВОДОВ "ЗА" И "ПРОТИВ" Что может произойти?
- Рассмотрите обе стороны последствий, позитивную и негативную.
- Каково моё решение?
- Решай, что делать

- ✓ ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЯ

- Взвесь все последствия, сделай наилучший для тебя выбор
  - Делай и оцени исход
- ✓ ДЕЙСТВИЕ И ОЦЕНКА ЕГО РЕЗУЛЬТАТОВ Насколько положительны и отрицательны результаты действия для меня и для других?
- ✓ Подбери синоним к слову «тревожность». Какие признаки тревожности ты знаешь?
- ✓ Упражнение «Без маски»

Примерное содержание незаконченных предложений для этого упражнения:

- Чего мне иногда по настоящему хочется, так это...
- Особенно мне не нравится, когда...
- Мне знакомо острое чувство одиночества. Помню...
- Мне очень хочется забыть, что...
- Бывало, что близкие люди вызывали у меня почти ненависть. Однажды...
- Однажды меня очень напугало то, что...
- В незнакомом обществе я, как правило, чувствую...
- У меня немало недостатков. Например...
- Даже близкие люди иногда не понимают меня. Однажды...
- В обществе лиц противоположного пола я обычно чувствую себя...
- Помню случай, когда мне стало невыносимо стыдно, я...
- Мне случалось проявить трусость. Однажды, помню...
- Особенно меня раздражает то, что...

➤ «Телефон доверия»

Инструкция: «Представь себе, что ты набираешь номер «телефона доверия». О чем ты хотел бы спросить дежурного специалиста? Задай по очереди свой вопрос».

Ответом может быть коллективное обсуждение или чье-то персональное высказывание, но обязательно в рамках роли специалиста, отвечающего на вопрос клиента по «телефону доверия».

➤ Обращаемся к органам чувств

- ✓ Видеофильмы и материалы по профилактике зависимого поведения.
- ✓ Слайды, слайд-фильмы.
- ✓ Видеозарисовки, снятые подростками (возможен вариант интервью педагогов, сверстников, родителей, жителей района).

- ✓ Репродукции картин художников и аналитическая работа по выявлению их духовно-нравственного смысла.
  - ✓ Визуальный ряд (предметы, рисунки и т.п.): работа с ассоциациями, раскрытие метафорического содержания образа.
  - ✓ Выставки: детские рисунки, книги, газетные и журнальные статьи.
  - ✓ Песни – осмысление противоречия между содержанием некоторых современных песен и привлекательными мелодиями: анализ содержания текстов песен, где явно или скрыто есть призыв к употреблению психоактивных веществ.
  - ✓ Стихи, легенды, сказки, притчи, художественные тексты, способствующие эмоционально-насыщенному восприятию красоты, переживанию нравственных чувств.
  - ✓ Игры-драматизации, театрализации, психодраматические розыгрыши.
- Для контраста:
- ✓ Видеофильмы, зарисовки для релаксации (лес, море, горы, небо, цветы и т.п.).
  - ✓ Виды природы, фотографии счастливых людей...
  - ✓ Классическая и современная музыка, песни.
  - ✓ Ароматические вещества, оказывающие благоприятное воздействие на человека.

### **13. Терминология, необходимая для проведения профилактических мероприятий.**

Для грамотного выстраивания тематической программы необходимо знание терминов и понятий, представленных ниже.

- ✓ Аддиктивное поведение (от англ. Addiction - пагубная привычка) - форма девиантного поведения, характеризующаяся употреблением ПАВ без формирования зависимости.
- ✓ Группа риска наркотизации - группа молодежи, выделенная на основании набора социально-демографических, личностных, психологических и соматических признаков, характеризующихся большой склонностью к злоупотреблению ПАВ.
- ✓ Зависимость - состояние периодической или хронической интоксикации, вызываемое повторным употреблением естественного или синтетического вещества. Психическая зависимость -

непреодолимое влечение к ПАВ, патологическое стремление вновь испытать действие препарата. Физическая зависимость - состояние, когда вещество, которым злоупотребляли, становится постоянно необходимым для поддержания нормального функционирования организма.

- ✓ Мониторинг наркологический - повторяющиеся с установленной регулярностью на основе выбранной системы регистрации учет и оценка показателей развития наркологической ситуации.
- ✓ Наркомания - болезнь, вызванная употреблением препаратов, отнесенных к списку наркотиков, и характеризующаяся формированием зависимости от принимаемого интоксиканта.
- ✓ Наркотики - препараты и лекарственные средства, способные вызывать привыкание и включенные в официальный список наркотических веществ.
- ✓ Позитивная профилактика – комплекс превентивных маар, направленных на защищающий от проблемы потенциал - освоение и раскрытие ресурсов личности, предоставление благоприятных условий для ее самореализации.
- ✓ Профилактика - система комплексных государственных и общественных, социально-экономических и медико-санитарных, психолого-педагогических и психогигиенических мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний, на всемерное укрепление здоровья.
- ✓ Первичная профилактика - комплекс превентивных мероприятий, направленных на предупреждение формирования негативных ценностей и мотивов употребления ПАВ, пропаганду здорового образа жизни.
- ✓ Вторичная профилактика - раннее выявление начавших употреблять ПАВ и помощь потенциальным алкоголикам, наркоманам и токсикоманам во избежание возникновения у них психической и физической зависимости от интоксикантов.
- ✓ Третичная профилактика направлена на достижение и сохранение повышенного уровня индивидуального функционирования и

реабилитации, раннее восстановление сети общественных связей, а также организацию эффективных последующих программ.

- ✓ Психоактивные вещества - широкий спектр различных препаратов и веществ как растительного происхождения, так и синтезированных, химической природы, которые являются предметами немедицинского потребления и приводят к тяжелым медико-социальным последствиям для человека и общества в целом.
- ✓ Реабилитация - комплекс мероприятий медицинского, психологического, социального и педагогического характера, направленных на восстановление социального и психологического статуса человека, восстановление здоровья.
- ✓ Токсикомания - заболевание, обусловленное употреблением средств, вызывающих привыкание, но не отнесенных к списку наркотических.
- ✓ Толерантность - состояние адаптации (привыкания) к ПАВ, проявляющееся в виде потребности в постоянном увеличении дозы принимаемого вещества.
- ✓ Факторы защиты - условия, препятствующие злоупотреблению ПАВ. Факторы риска - основные компоненты характеристики образа жизни людей, страдающих алкоголизмом или наркоманией.

#### **14. Социальное проектирование в формате форсайт-сессии вовлечения активной молодежи в профилактическую деятельность.**

Форсайт – это технология, которая позволяет кругу лиц, которые участвуют в форсайте, договориться по поводу образа будущего, своих действий по поводу этого будущего, и своего желаемого будущего.

Основа методики: совместная работа участников на карте времени; работа не с текстами, а с образами и схемами. В отличие от традиционного прогнозирования, технология форсайта является проактивной по отношению к будущим событиям. Это означает, что авторы и участники форсайта не просто оценивают вероятности и риски возникновения тех или иных условий, а проектируют свою текущую деятельность таким образом, чтобы усилить положительные тренды и увеличить вероятность желаемых событий и погасить отрицательные, нежелательные тренды. Сама структура форсайта включает в себя обозначение проектов и событий, приводящих к избранной цели. При этом, в отличие от традиционных методов прогнозирования и

планирования, результатом форсайт-сессии является карта будущего, т.е. визуально богатое пространство, позволяющее увидеть различные способы и пути достижения желаемого результата.

➤ Базовые принципы форсайта:

- ✓ Будущее зависит от прилагаемых усилий, его можно создать;
- ✓ Будущее вариативно - оно не проистекает из прошлого, а зависит от решений участников и стейкхолдеров;
- ✓ Есть области, по отношению к которым можно строить прогнозы, но в целом будущее нельзя предсказать достоверно, можно подготовиться или подготовить будущее таким, каким мы его хотим видеть.

Форсайт-технология была создана за рубежом 30 лет назад и активно используется как в различных сферах деятельности.

В 2008 году в рамках движения “Метавер - Образование будущего”, была разработана и апробирована методика быстрого проведения форсайт-проекта, не требующая внушительных сумм бюджета. Это методика получила название Rapid Foresight или “скоростной форсайт”.

Получение значимого и верифицированного результата в рамках этой методики занимает дни или даже часы. Кроме того, она является масштабируемой, позволяющей получать согласованное видение будущего как в масштабе одной проектной команды, так и в масштабе государств и межгосударственных организаций. Возможен даже личный форсайт – для планирования индивидуального будущего.

➤ Форсайт-проект "Новые способы профилактики зависимостей среди молодежи"

Цели форсайт-сессии:

- ✓ прогноз – получение достоверной «карты будущего», описывающей основные возможные события, которые будут влиять на отрасль / территорию / организацию в описываемом горизонте.
- ✓ коммуникация – фасилитировать общение ЛПР = Согласование основными заинтересованными сторонами / экспертами своих позиций относительно существенных факторов, влияющих на развитие отрасли / территории / организации, и формирование «дорожных карт» основных проектов развития.
- ✓ образование – формирование единого «поля представлений» участников форсайтов о существенных трендах и событиях (обучение со стороны экспертов и ведущих форсайта в совместной деятельности).

- ✓ диагностика – определение качества представлений участников о будущем их предметной области, способности системно смотреть на варианты развития области и определять ответы на возможные вызовы.
  - Правила построения форсайта
  - ✓ Тренд – базовая сущность форсайта.
  - ✓ «Начальные» тренды фиксируют «отправную точку» форсайта, а развитие этих трендов (и производных явлений) на карте времени задает процесс наполнения форсайта. Остальные объекты вносятся на карту только относительно трендов – как кульминация трендов или как «ответ на вызов».

Проектная форсайт-сессия длится три дня.

- ✓ В первый день участники-эксперты в группах определяют, оценивают и размещают на карте тренды, технологии, события и форматы. Участники каждой группы работают на своей карте времени, а в конце дня презентуют свои результаты.
- ✓ Во второй день группы работают с ключевыми рынками (заказчиками), и составляют таблицу их существующих и будущих потребностей, происходит генерация проектов. В конце второго дня проводится «круговой линч» проектов с помощью методов геймсторминга (короткие игровые форматы + «мозговой штурм»), так полученные модели развития проектов тестируются на достоверность.
- ✓ В третий день участники работают с нормативными актами и ожидаемыми законодательными изменениями, производится сведение групповых карт в общую карту времени и финальная презентация.
- Результат
  - ✓ Участники форсайта получают «дорожную карту» – визуальный образ совместного будущего, включающий ключевые тренды, события, технологии, стратегические развилки и точки принятия решений, план законодательных и лоббистских мер и прогноз развития технологий.

Форсайт – это прежде всего инструмент коммуникации людей по поводу своего будущего. Чем больше влияние у людей на это будущее – тем более сильный случается форсайт. В ситуации, когда борются много разных структурированных образов будущего, важны люди, которые за ними стоят. В ситуации, когда конкурирующих образов будущего немного,

или практически нет, вы способны входить в будущее и его формировать не за счёт ваших капиталов, власти, силы, связей, а за счёт формирования своей повестки дня.

Роли.

На сессии задействованы следующие основные роли в организационной команде форсайт-проекта:

- Ведущий
- Модератор
- Администратор форсайт-проекта
- Дизайнер
- Визуализатор
- Координатор
- Летописец

Ведущий и модераторы проектируют форсайт-сессию, адаптируя ее под конкретную цель, время, тематику, экспертов- участников и текущие задачи.

Ведущий сессии имеет решающее слово при спорных моментах в подготовке проекта сессии.

Модераторы освежают свое знание предметной области и знакомятся с последними тенденциями тематической отрасли.

Администратор следит за сроками подготовки, координирует коммуникацию с экспертами и другими участниками сессии, обеспечивает своевременное получение необходимых для сессии артефактов.

Инструкции.

Карта времени - основное поле работы участников, представляет собой лист большого размера, где на горизонтальной оси располагаются временные рубежи, на вертикальной - тренды.

Следующие поля одинаковы для карточек всех типов:

- Название
- Описание
- Вероятность
- Автор
- Тренд (кроме карточек самих трендов)

### ➤ Инструкция модератору

Модерация – это технология групповой работы, в которой с помощью различных техник создаются благоприятные условия для принятия эффективного решения в группах специалистов различного профиля, с разной подготовкой и, зачастую, разными взглядами на рассматриваемую проблему.

В качестве обобщенной цели модерации может выступать организация групповой работы в режиме сотрудничества при соблюдении равноправия ее участников.

Рабочий процесс модератора протекает с использованием методов визуализации, вербализации, презентации и обратной связи. Модератор – ведущий процесса модерации, с нейтральной позицией и знанием предметной области.

Модератор должен:

- Обеспечить рабочий процесс
- Выдать инструкцию на работу и мотивировать участников (что делаем / зачем);
- Обеспечить выполнение (контроль и корректировка);
- Управлять темпом работы;
- Использовать альтернативные способы достижения результатов для ускорения/замедления темпами
- Обеспечивать коммуникацию участников
- Подбирать стиль общения, оценивая качества и роли участников;
- Держать фокус на заданной теме;
- Противостоять троллингу или использовать его во благо;
- Обеспечить оптимальное психологическое состояние (например, смех для снятия барьеров);
- Управлять содержанием
- Владеть предметом (знать терминологию предметной области, иметь базовые представления);
- Отбирать качественные предложения (фильтр – симулякры, релевантность);
- Помогать формулировать кратко и емко, сохраняя суть.
- Ведущий и модераторы несут полную ответственность за процесс и за результат – это не техническая, а содержательная роль. Если группы работают над разными темами, то основная ответственность за результат – у модераторов (только они знают мнение участников).

➤ Общие положения:

Форсайт – это технология. Каждое условие, отраженное в инструкции, является условием успешного совмещения в единый результат материалов форсайт-сессий, проводимых по этой технологии.

В случае возникающих трудностей необходимо фиксировать их для последующего обсуждения.

Участниками форсайт-сессии в равной степени являются приглашенные эксперты/специалисты и модераторы. Эксперты отвечают за содержание созданных в ходе сессии материалов, модераторы – за управление процессом появления результатов, их технологическую упаковку, а также за мотивирование других участников к продолжению работ над проектом.

Технология «Карта будущего». Общий принцип создания карты будущего.

В основе работы группы лежит принцип размещения типовых карточек на карте будущего: тренд, технология, формат, событие, нормативный акт, угроза.

Размещение карточек ведется на трех горизонтах:

Ближний (например, 2012-2015). В этом временном коридоре размещаются тренды, технологии и угрозы, до появления которых, по мнению экспертов, остались считанные дни. Фактически, материалы этого горизонта являются мерой профессионализма и осведомленности в собственной предметной области.

Средний (например, 2015-2020). В данный горизонт попадают те сущности, объекты и явления, которые сами эксперты считают значимыми и прорывными, однако хорошо осведомлены об угрозах и рисках, связанных с ними, поэтому верят и не верят в них одновременно.

Дальний (например, 2020-2030). Объекты данного горизонта относятся к двум категориям: научная фантастика – объекты, которые непременно появятся в случае развития по одному из трех базовых сценариев, или уже существующие продукты, получившие развитие на новом технологическом уровне (ламповые линзовые телевизоры 50-х годов и современные плазменные мониторы ).

Основная задача проектной сессии задается при проектировании и озвучивается участникам ведущим и модератором сессии.

Участники сами принимают решение о том, какой объем материала и в каком формате они хотят обсудить. Требования обсудить все заполненные участниками карточки нет.

Работа с недоформулированными материалами ведется на усмотрение модератора: существует несколько промежуточных вариантов от «рубить плохо сформулированные» до «помогать дотачивать потенциально интересные». При выборе варианта следите за временем.

### **15. Оценка эффективности и этичность профилактических мероприятий. Проектные технологии.**

Использование проектных технологий позволяет выработать социальные инициативы среди самих основных целевых групп профилактики, направленных на формирование и развитие ресурсов личности и социокультурной образовательно-воспитательной и семейной среды учащихся.

Однако, чаще всего, в рамках профилактических программ для несовершеннолетних и молодежи недостаточно учитывается дифференцированность самих целевых групп по возрасту, по степени вовлеченности в проблему наркотизации и форм профилактических воздействий. Используются технологии запугивания и устрашения приемом ПАВ, хотя данный вид относится к вторичной или третичной профилактике, направленной на несовершеннолетних и молодежь, употребляющую наркотические вещества, и чаще используется силовыми структурами.

Однако известно, что как негативные, так и позитивные эмоции продуцируют общую характеристику – любопытство и как результат желание испытать, так ли это на самом деле.

Данные формы психоэмоциональных воздействий могли бы найти достойное место в работе с другими целевыми группами, а именно: педагогами и специалистами образовательных учреждений, профессорско-преподавательским составом вузов и сузов, родительской аудиторией.

На основании Федерального закона от 29 декабря 2010 года № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» четко сформулированы позиции по отношению к неэффективным средствам профилактики.

Опираясь на закон, в профилактической работе не рекомендуется:

- ✓ проводить профилактику с установкой на страх наркозависимости с использованием наркоманской атрибутики, включая конкурсы плакатов с использованием тем наркомании, например, «класс против наркотиков», «школа против наркотиков», рисовать или клеить сигареты, бутылки, шприцы, макеты наркотиков, черепа и т.д.;
- ✓ предоставлять учащимся информацию о:
  - действии психоактивных веществ;

- способах приготовления или приобретения ПАВ;
  - наркоманской атрибутике;
  - названиях наркотических веществ (при проведении массовых мониторинговых исследований или включении в предметное содержание тем уроков);
- ✓ обсуждать состояния, которые переживает наркоман, употребляющий наркотики;
  - ✓ использовать наркоманский сленг;
  - ✓ приглашать бывших наркозависимых молодых людей для профилактических бесед в рамках первичной профилактической работы;
    - ✓ проводить театрализованные «антирекламные» акции с использованием атрибутики ПАВ (банок/бутылок из-под пива, алкогольных тоников, сигаретных пачек, макетов-заменителей ПАВ);
    - ✓ в рамках массовых акций осуществлять «суды» над ПАВ с использованием макетов гипертрофированных сигарет, бутылок или обменивать сигареты на конфеты.

Хотелось бы напомнить об этической и нравственной стороне предоставляемой информации. Не рекомендуется в каких-либо «воспитательных» целях использовать психотравмирующую информацию.

Сюда относятся сюжеты, связанные со смертью наркозависимых, ритуалы приема наркотиков, сцены насилия.

Вся эта информация имеет декретированный доступ с грифом «для служебного пользования».

Таким образом, проводя позитивно-ориентированную профилактику с несовершеннолетними и молодежью, необходимо опираться не на патологию, а на резервы личности человека.

Исходя из этого, можно определить самосодержание деятельности образовательного учреждения, а именно:

- развитие личностных ресурсов, позволяющих преодолеть социально-психологический стресс;
- формирование социальной и персональной компетентности;
- развитие адаптивных стратегий поведения;
- формирование функциональной семьи;

- функционирование социально-поддерживающих систем (социальных служб, клубов, молодежных просоциальных организаций и т.д.);
- реализация альтернативных употреблению наркотиков программ детско-подростковой и молодежной активности;
- антинаркотические мотивационные акции;
- волонтерская деятельность.

В процессе профилактических воздействий специалистам следует избегать:

- разового характера профилактических действий;
- оправдания употребления ПАВ какими-либо причинами;
- преувеличения негативных последствий употребления ПАВ;
- ложной информации;
- использования тактики запугивания.

Регламентирующим положением Концепции определена также оценка эффективности профилактики ПАВ в образовательной среде, указаны ее основные этапы и функции:

- поэтапная диагностика профилактических воздействий;
- отбор эффективных профилактических программ для дальнейшей трансляции позитивной практики;
- коррекция реализуемых программ с целью повышения их эффективности;
- прогноз и перепланирование профилактической деятельности с учетом изменяющейся ситуации.

Концепцией нормативно задано, что при оценке профилактических программ необходимо учитывать соответствие целей, задач, принципов, заложенных в программе, уровень и объем профилактических мер всем позициям Концепции профилактики.

Любая оценка должна иметь систему показателей.

Концепция предлагает три основные группы индикаторов профилактической деятельности:

- индикаторы, отражающие скоординированность действий всех субъектов профилактики;

- индикаторы, отражающие динамику изменений социально-психологических и личностных характеристик объектов профилактики, особенно демонстрирующие изменения в социальных компетенциях целевых групп;
- индикаторы, отражающие актуальность и продуктивность форм контроля, включая затраты, необходимые для реализации профилактических мер.

Все оценочные мероприятия должны проводиться в рамках определенных Концепцией требований: регулярности, целесообразности и объективности. Любая экспертная оценка деятельности и содержания профилактических мероприятий и программ в обязательном порядке должна осуществляться самими разработчиками как внутренняя экспертная оценка и внешними авторитетными независимыми экспертами, не вовлеченными в конкретный проект образовательного учреждения.

Соблюдение этих требований и процедур повышает объективность комплексной оценки профилактики.

Оценка профилактических мероприятий должна рассматриваться как процесс.

Для объективной оценки следует определить, что может быть результатом профилактических воздействий.

Каждое профилактическое мероприятие должно оцениваться в своих собственных условиях и с учетом диапазона возможных наблюдаемых эффектов, которые оно должно иметь согласно замыслу.

Необходимо иметь в виду, что профилактические мероприятия создают эффекты различных порядков:

- эффекты первого порядка: рост количества участников, что предполагает позитивное восприятие профилактических мероприятий или повышение степени включенности участников в проводимые мероприятия;
- эффекты второго порядка: приобретение знаний, умений и навыков, изменение отношения к проблеме и поведения в ходе профилактических мероприятий;
- эффекты третьего порядка: совершенствование существующих подходов к решению проблем личного и (или) общественного характера, разработка концептуально новых технологий профилактической деятельности.

Каждый из этих эффектов может рассматриваться как результат профилактических мероприятий.

Эффективность реализации профилактических мероприятий определяется из общепринятой формулы профилактики: снижение предложения и снижение спроса. Оценка эффективности профилактических воздействий может выражаться как в количественной, так и в качественной форме.

Количественные критерии анализа деятельности – это прямые и (или) не прямые медицинские, психологические, социальные и другие показатели. Количественные показатели – это степень соответствия полученных результатов целям и задачам или темп изменения заданного норматива.

Качественные показатели – это появление новых изменений (параметров) или новых видов деятельности, а также исчезновение негативных явлений.

Основные компоненты оценочного процесса: предварительная оценка профилактических мероприятий; оценка выполнения профилактических мероприятий; итоговая оценка профилактических мероприятий.

Организация профилактических мероприятий в форме проекта позволяет обеспечить комплексный подход и исключить в методике оценки учет разовых несистемных массовых мероприятий и акций.

Проект является инструментом профилактических воздействий.

Профилактические проекты строятся с учетом организации профилактической работы, направленной на тех, кто не употребляет ПАВ, имеет опыт употребления ПАВ, зависимых от ПАВ. Ориентация профилактических мероприятий с учетом особенностей этих групп обеспечивает реализацию дифференцированного подхода и более четкую критериальную оценку их эффективности.

Оценка эффективности реализации профилактической программы осуществляется в зависимости от степени вовлеченности целевых групп в наркотизацию с позиций спроса.

Смысл оценки степени наркотизации сводится к тому, чтобы оценить степень охвата наркотизирующихся целевых групп несовершеннолетних и молодежи профилактическими мероприятиями.

Предлагается ввести в методику еще один важный показатель оценки эффективности программных мероприятий – расчет вовлеченных в профилактические мероприятия лиц, включая представителей группы риска, и их соотношение с числом общей популяции детей и

молодежи, проживающей на территории или обучающейся в образовательном учреждении, где разворачивается проект.

В схеме агрегирования оценок деятельности необходимо, кроме позиции «вовлеченности групп риска в профилактические проекты/программы», также учитывать «количество социальных проектов/программ, обеспечивающих вовлеченность всех целевых групп, включая группы риска».

Рекомендуем использовать следующие критерии оценки эффективности профилактических проектов/программ:

- наличие концептуальной основы и ее адекватность современным
- направлениям профилактики (современным профилактическим концепциям);
- четкость и реалистичность в постановке цели и задач программы;
- направленность на усиление протективных и адаптационных факторов и уменьшение факторов риска;
- направленность на профилактику употребления всех ПАВ (нет специфических приемов профилактики курения табака, употребления алкоголя или наркотиков), любых форм отклоняющегося поведения (безответственное сексуальное поведение, суицидальное поведение, любые правонарушения)
- развитие ресурсов личности;
- развитие социальной среды: включение модулей для родителей, учителей, воспитателей, соответствующих тематике подростковых/молодежных программ, чтобы инициировать внутрисемейное обсуждение и выработку четкой внутрисемейной политики;
- формирование эффективных стратегий поведения (ассертивного поведения, адаптивного копинг-поведения);
- применение интерактивных и тренинговых методов работы: моделирование ситуаций, ролевые игры, дискуссии, обратная связь и т.п.;
- соответствие возрастным категориям;
- поддержание блока правового регулирования – повышение правовой компетентности;
- привлечение общественного внимания к проблеме;
- возможность дальнейшего распространения знаний, навыков и умений на другие группы населения;

- долгосрочность, цикличность программ, повторяющееся воздействие;
- интенсивность и четкий алгоритм;
- учет местной специфики;
- развитие местных ресурсов для обеспечения программы: подбор и обучение кадров; информационное и методическое обеспечение;
- мониторинг и контроль эффективности программы;
- конкретность формулировки ожидаемых результатов;
- оправданность экономических затрат.

Сделан значительный шаг в становлении системности профилактической работы, которая задается компонентами и условиями ее организации.

Это:

- ✓ Наличие механизма мониторинга:
  - оценка рисков формирования аддиктивных форм поведения;
  - оценка ситуации потребления ПАВ;
  - контроль эффективности реализуемых программ (нормативно закреплённый).
- ✓ Наличие нормативной базы, обеспечивающей системный подход:
  - регламентация профилактической работы в образовательной среде;
  - развитие региональной нормативной базы в соответствии с федеральными законами по проблемам, связанным со злоупотреблением ПАВ.
- ✓ Наличие команды специалистов-организаторов
- ✓ Подготовленные сертифицированные специалисты, для которых профилактическая работа является ведущей деятельностью. Основное содержание их деятельности – это вопросы организации и исполнения профилактических мероприятий и программ на образовательном уровне в рамках инициированных проектов.

- ✓ Наличие системы подготовки и повышения квалификации специалистов, занимающихся вопросами профилактики и их научно-методическое сопровождение:
  - реализация программ подготовки и повышения квалификации специалистов различных профессиональных практик по вопросам профилактики употребления ПАВ;
  - научно-методическое обеспечение профилактического процесса (разработка и обеспечение методическими материалами, сборниками, пособиями, диагностическими материалами и т.д.).
- ✓ Наличие специализированных инфраструктур профилактической работы:
  - центры содействия здоровью, центры профилактики (региональные, межведомственные, ведомственные, муниципальные, негосударственные и т.д.);
  - реабилитационные центры для несовершеннолетних, злоупотребляющих ПАВ, различной ведомственной принадлежности;
  - специализированные социальные службы по работе с семьями «группы риска».
- ✓ Наличие разномасштабных профилактических программ для различных целевых групп;
- ✓ инициация, запуск и методическое сопровождение профилактических проектов и программ.
- ✓ Наличие механизма экспертизы профилактических проектов и программ:
- ✓ формирование и становление экспертных советов и групп по профилактическим проектам и программам (общественно-профессиональная экспертиза).
- ✓ Наличие механизма координации реализуемых проектов и программ:
- ✓ межведомственные антинаркотические координационные советы или
- ✓ координационные группы по вопросам профилактики.
- ✓ Дополнительные условия построения эффективной региональной системы профилактики:
  - наличие достаточной ресурсной базы в регионе по реализации профилактических мероприятий и программ;
  - комплексный анализ региональных ресурсов;
  - уровень развития социального партнерства;

- изучение опыта профилактической работы;
- оценка мотивации участия различных региональных субъектов в профилактической деятельности;
- наличие опыта разработки профилактических проектов или программ;
- вовлечение культурно-образовательной среды региона;
- вовлечение в профилактическую работу основных целевых групп.

В настоящее время в части профилактических мероприятий позитивной направленности, минимально освещающих информацию, связанную с ПАВ, акцент переносится на получение знаний, умений и навыков нормативного функционирования личности в обществе и в части новых технологий и лучших практик в сфере непосредственной более специализированной индивидуальной работы с обучающимися «группы риска».

#### **16. Методическая разработка проведения Всероссийской акции «СТОП ВИЧ/СПИД» и участия в ней образовательных учреждений.**

С целью повышения потенциала профилактической антинаркотической деятельности с 2016 года разработана концепция Всероссийской акции «СТОП ВИЧ/СПИД».

Всероссийская акция, будучи адресованной обучающимся старших классов общеобразовательных организаций, студентам ВУЗов, педагогическим работникам и родительской общественности, направлена на повышение информированности молодёжи по широкому спектру вопросов противодействия распространению ВИЧ инфекции и СПИДа, а также формированию активной гражданской позиции молодёжи и поведенческих навыков, способствующих уменьшению риска заболевания ВИЧ/СПИД.

Ниже представлена Концепция проведения Всероссийской акции «СТОП ВИЧ/СПИД», приуроченная к Всемирному дню борьбы со СПИДом (далее -акция)

Цель акции: привлечение внимания жителей страны из разных целевых и возрастных категорий к общей проблеме распространения ВИЧ-инфекции на территории Российской Федерации.

Задачи акции:

- ✓ повышение уровня информированности населения в вопросах профилактики ВИЧ- инфекции и СПИДа;
- ✓ формирование нравственных качеств, которые способствуют осознанию опасности

- ✓ таких негативных социальных явлений, как ВИЧ/СПИД;ъ
- ✓ реализация мероприятий с использованием активных форм взаимодействия с населением разного возраста.

Планирование проведения акции:

Возможные партнеры:

- Министерство здравоохранения субъекта РФ,
- Комитет по делам молодежи субъекта, региональные Центры по профилактике и борьбе со СПИДом и другие профильные организации.

Подготовка необходимого материала и площадки для проведения мероприятий в рамках Акции.

- ✓ Информирование, проведение набора и отбора волонтеров, желающих принять участие в акции.
- ✓ Проведение обучения волонтеров-медиков, которые будут участвовать в акции.
- ✓ Подготовка информационных памяток по теме акции.
- ✓ Проведение тематического тренинга « Не чужая история» для студентов и школьников;
- ✓ Организация информационных палаток. Информационная палатка – это ограниченная по площади территория, которая имеет тематическое оформление (баннеры, стойки, ролапы и т.д.), на которой расположены информационные материалы (информационные памятки, лифлеты Движения и т.д.), основной целью которой является привлечение внимания аудитории к Акции и другим мероприятиям, работа волонтеров-медиков с аудиторией, а также возможна выдача просветительской, сувенирной и иной продукции. В рамках информационной палатки волонтеры-медики информируют население о профилактике ВИЧ-инфекции и СПИДа, а также могут распространять информационные памятки, а также проводить викторину и опрос населения.

Описание проведения тренинга « Не чужая история»

➤ Вводная часть

Образовательный тренинг по профилактике ВИЧ-инфекции и СПИДа «Не чужая история» разработан с применением инновационных образовательных технологий в виде анализа

конкретных ситуаций (метод «case-study») и элементами ролевой игры. Включает в себя несколько видов ситуаций:

✓ Ситуация-проблема – описание реальной ситуации с заданной проблемой. Цель: команда должна найти решение заявленной проблемы.

✓ Ситуация-оценка – описывает ситуацию с полученным исходом описанной ситуации. Цель: провести критический анализ предоставленного решения и представить свои альтернативные варианты решения.

✓ Ситуация-упреждение – описывает последствия уже принятых ранее решений главным героем, в связи с чем ситуация носит тренировочный характер и служит иллюстрацией. Цель: проанализировать представленную ситуацию и готовые решения, используя при этом приобретённые теоретические знания.

Конечная цель программы – создание у молодого человека мотивации на самостоятельный и осознанный выбор поведения, исключающего риск заражения ВИЧ.

Целевая аудитория: учащиеся средних общеобразовательных и профессиональных образовательных учреждений, учащиеся высших учебных заведений.

Возраст: 16+.

Проведение образовательного тренинга осуществляется по принципу «равный-равному» специально подготовленными волонтерами-тренерами из числа участников ВОД «Волонтеры-медики».

Все волонтеры предварительно проходят тематическое обучение. При подаче информации исключаются поучительные и назидательные мотивы, которые могут восприниматься аудиторией негативно.

- Этапы образовательного тренинга по профилактике ВИЧ-инфекции и СПИДа «Не чужая история»
- ✓ Количество участников - до 30.
- ✓ Количество команд - от 3 до 5 команд.
- ✓ Время 45-60 мин (в зависимости от активности аудитории).

Образовательный тренинг по профилактике ВИЧ-инфекции и СПИДа «Не чужая история» (далее История) – описание реальной ситуации с заданной проблемой в виде обмена

сообщениями между друзьями (скриншот) чата в программе обмена мгновенными сообщениями, мессенджер).

Главный герой «Истории» – виртуальный человек, имевший риск контакта с ВИЧ-положительным человеком.

Роль волонтера - контролировать и придавать процессу игры нужное направление, в определенные моменты выступать в качестве «друга» главного героя, а также предоставлять достоверную теоретическую информацию участникам тренинга по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции по ходу дискуссии.

Пояснение. Каждая команда берет на себя роль главного персонажа Истории и в представленной ситуации действуют соответственно этой роли от первого лица.

Каждая команда в ходе обсуждения самостоятельно составляет алгоритм действий и определяет дальнейшую модель поведения для героя Истории (пути решения заданной проблемы), представляя на общее обсуждение участникам.

Волонтер провоцирует дискуссию, дает рекомендации и комментарии по представленному участниками алгоритму, основываясь на обладаемой подтвержденной информации.

После третьего круга обсуждений Волонтер берет на себя роль друга главного персонажа и предлагает от первого лица выбранную модель поведения («как бы он поступил в данной ситуации», ситуация-упреждение).

Общий сценарий Истории

Всего 3 этапа обсуждения (3 сообщения от главного героя другу)

Первый этап (первое сообщение, ситуация-проблема). 1.1 Волонтер-тренер разделяет участников на команды и дает описание дальнейших действий. Далее на экран выводит сообщение главного героя другу (скриншот чата в программе обмена мгновенными сообщениями, мессенджер в формате видео или слайда). В сообщении описан произошедший с главным героем случай. Сообщение оканчивается открытым вопросом друга главного героя о дальнейших его действиях.

Волонтер-тренер дает время команде на разработку и представление алгоритма действий по решению представленной проблемы.

Общее обсуждение участников и волонтера-тренера, дискуссия.

Второй этап (второе сообщение, ситуация-оценка).

Показ скриншота второго сообщения главного персонажа Истории о выбранном им алгоритме поведения (алгоритм заблуждения, рискованная модель поведения в контексте опасности для своего здоровья и здоровья окружающих).

Команде предлагается выявить моменты рискованного поведения, предложить альтернативу заданному поведению главного персонажа Истории, если группа считает, что был факт рискованного поведения («как бы я поступил»).

Общее обсуждение участников. Комментарии волонтера-тренера. Волонтер-тренер раскрывает блок теоретической информации (основная информация о ВИЧ-инфекции и СПИДе: термины и понятия, статистика, пути передачи, меры защиты). Показ слайда с выделением из сообщения героя моментов рискованного поведения и возможными неблагоприятными последствиями для здоровья главного героя.

Третий этап (третье сообщение, ситуация-упреждение).

Волонтер-тренер берет на себя роль друга главного героя Истории и делится своим видением ситуации, решением заданной проблемы сообщения №1, как бы он поступил и что бы посоветовал, обладая знаниями о проблеме распространения ВИЧ-инфекции (верный алгоритм, безопасная модель поведения в контексте риска для своего здоровья и здоровья окружающих).

Комментарии волонтера-тренера (блок информации, порядок сдачи теста и адреса центров анонимного тестирования, контакты СПИД-центра, благотворительных организаций взаимопомощи и т.п.).

Подведение итогов, обратная связь от аудитории. Рекомендации для волонтера-тренера  
Рекомендуемое материально-техническое оснащение:

- ✓ персональный компьютер,
- ✓ экран,
- ✓ проектор,
- ✓ листы А4,
- ✓ цветные фломастеры/маркеры,
- ✓ бейджи для участников тренинга,
- ✓ информационные памятки,
- ✓ доска/флипчарт (при возможности).

Обращение к волонтеру-тренеру о его роли в тренинге: «Вы – активный участник тренинга. Вы - равный собеседник. Не ментор, не наставник, не лектор. Говорите от себя,

максимально естественно. Вы хотите проинформировать новых знакомых, поделиться знаниями, предупредить. Направляете действия участников и даете комментарии, основываясь на достоверной информации (термины и понятия, пути передачи, статистика, АРВТ, тестирование на ВИЧ-инфекцию, меры защиты). Настоятельно рекомендуем не читать текст, а воспроизводить его своими словами! Перед глазами рекомендуется иметь план тренинга и следить за временем».

Далее курсивом выделены слова волонтера-тренера.

Знакомство, установление контакта с аудиторией.

Перед началом тренинга участникам выдаются бейджи, где они пишут свои имена (необходимо с целью обращения к участникам тренинга по имени и установления доверительных взаимоотношений).

Представление волонтера-тренера (краткая информация о себе, род деятельности, участник ВОД «Волонтеры-медики»).

Коллективное принятие первого правила аудиторией: обращение друг к другу на «ты», в том числе к волонтеру-тренеру.

Волонтер-тренер проговаривает с аудиторией правила тренинга:

- Мы уважаем мнение каждого; слушаем и слышим друг друга (для этого одновременно говорит только один из нас);
- мы за объективную критику
- «критикуешь – предлагай».

Аудитория делится на команды (от 3 до 5 команд).

Деление на команды происходит случайным образом или по какому-то признаку (месяц/время года рождения и др.), таким образом, чтобы в каждой из команд было приблизительно одинаковое число участников.

Участие в тренинге добровольное, если кто-то не захочет участвовать, необходимо предложить ему роль наблюдателя.

Разъяснение формата тренинга аудитории.

Вступительная речь волонтера-тренера: «Я предлагаю провести нашу встречу сегодня в формате диалога. Мне хотелось бы с вами поговорить на тему распространения ВИЧ-инфекции и СПИДа в нашей стране. Здесь есть чем поговорить и что рассказать, ведь незнание порождает страхи и заблуждения, что только способствует увеличению количества ВИЧ-положительных в России. Уверяю, вам будет интересно, если вы активно включитесь в работу и

вступите в диалог друг с другом. Не бойтесь говорить свои мысли вслух. Сейчас я поделюсь с вами реальной историей из жизни, это отрывок чата друзей, попрошу вас отнестись к этому серьезно. Все согласны? Но прежде, чем мы начнем, у меня есть несколько вопросов».

Определение базовых знаний аудитории в рамках темы.

Волонтер-тренер задает вводные вопросы участникам и разъясняет основные термины и понятия.

Примеры вопросов (каждый вопрос предпочтительно задать 3-4 участникам в случайном порядке):

✓ «Что вы знаете о ВИЧ, например, как расшифровывается данная аббревиатура?»

Вирус иммунодефицита человека вызывает заболевание – ВИЧ-инфекцию. Этот вирус постепенно разрушает иммунную систему человека, то есть организм теряет способность сопротивляться многим заболеваниям.

✓ «В чем разница между понятиями ВИЧ и СПИД?»

ВИЧ и СПИД – не синонимы. Получение положительного результата анализа на ВИЧ-инфекцию свидетельствует только об одном – человек является носителем вируса иммунодефицита человека. СПИД, синдром приобретенного иммунодефицита – конечная, терминальная стадия ВИЧ-инфекции. Человек умирает не от самого СПИДа, а от инфекций, которые развиваются в результате того, что иммунитет не может с ними справиться.

✓ «Кто знает или предполагает, сколько людей в России, по данным статистики, на данный момент живет с диагнозом ВИЧ-инфекция?»

Более 900.000 человек живут с диагнозом ВИЧ-инфекция. В 2017 году выявлено около 86 тысяч новых случаев ВИЧ-инфекции среди граждан, а это значит, более 235 случаев в день.

Первый этап (первое сообщение, ситуация-проблема). На экран выводится презентация. Волонтер-тренер демонстрирует первое сообщение (слайд или видео), затем показывает ответ друга «Как ты планируешь поступать дальше?».

Волонтер-тренер: «Непростая жизненная ситуация, не так ли? Когда я услышал(а) эту историю, сразу в голове возникло множество вопросов. И первым из них был: а что бы лично я сделал(а), как бы поступил(а)?! Как вы видите, нашему герою задали вопрос, и прежде чем я покажу вам ответ, попрошу, каждого прямо сейчас примерить на себя роль этого человека, героини истории, и попробовать представить, чтобы ты сделал, если бы оказался в такой ситуации. Какой информацией тебе нужно обладать для этого? Возможно, к кому нужно обратиться? Подумайте лично за себя....»

И напишите, пожалуйста, на листах алгоритм ваших дальнейших действий в сложившейся ситуации, например, по пунктам (1,2,3), мне интересно узнать ваше мнение. 5 минут работы в команде, и мы это обсудим».

Для повышения продуктивности работы участников, исключения негативных моментов, можно прокомментировать предстоящую работу в команде следующим образом: «Обращаю ваше внимание на то, что эта ролевая игра, и вы сейчас в роли главного героя. Нельзя не согласиться, что жизнь непредсказуема, и никто не застрахован, ни вы, ни ваши близкие. Так давайте подумаем и поговорим серьезно. Засаекаю 5 минут, предлагаю начать!»

Работа участников тренинга в командах.

Дискуссия. Каждая команда зачитывает свои варианты, объясняя каждый пункт алгоритма.

Если команда ошибается в терминах и понятиях, волонтер кратко комментирует, предоставляя достоверную информацию (термины, пути передачи, меры профилактики).

Второй этап (второе сообщение, ситуация-оценка). Показ скриншота второго сообщения с рискованным алгоритмом поведения. Волонтер-тренер зачитывает сообщение. Волонтер-тренер: «Припоминаю правила нашей встречи, о которых мы условились в самом начале. Одно из них об объективной критике, критикуешь – предлагай. Перед вами алгоритм действий человека, который не обладает достоверной информацией, живет в неведении и подвергает свое, а также здоровье окружающих риску. Не знаю, согласны ли вы со мной? В чем здесь, по-вашему, заключается риск для героини, если вы его видите? Попрошу, как минимум одного человека из каждой команды, по желанию, поделиться своим мнением. (Вопрос к аудитории, обсуждение. Предпочтительно, чтобы из каждой команды мнение высказали два участника).

Показ слайда «Так в чем же риск?». Теоретический блок.

Волонтер-тренер (устно): Существует три пути передачи ВИЧ- инфекции: через кровь или контакт кровь-кровь (парентеральный), чаще всего данный путь передачи встречается при употреблении инъекционных наркотиков; половой (незащищенные половые контакты), а также вертикальный, от матери к ребенку при беременности и в родах, при кормлении грудью. Теперь давайте поговорим о каждом пути подробнее.

Парентеральный путь передачи. Передача вируса через кровь и поврежденные слизистые. Примеры данного пути передачи – совместное использование шприцов при употреблении инъекционных наркотиков, контакт с кровью через нестерильные медицинские инструменты, а также при переливании крови. Но стоит отметить, что доноры крови и любая донорская кровь проходят соответствующее обследование и проверку, и риск передачи ВИЧ таким способом практически отсутствует.

Половой путь. Так как вирус содержится во всех биологических жидкостях организма, можно заразиться ВИЧ-инфекцией при незащищенном половом контакте. Грамотное использование средств контрацепции позволит защитить вас от заражения. Грамотное использование презервативов это: соблюдение условий хранения (температура хранения, целостность упаковки, срок годности), правильное применение, а также приобретение в специализированных местах, вызывающих доверие (аптеки, крупные супермаркеты).

Вертикальный путь передачи вируса. Передача вируса от матери к ребенку во время беременности, родов, а также при кормлении грудью. Стоит отметить, что есть значительные успехи в борьбе с ВИЧ-инфекцией при вертикальном пути передачи. Применение трехэтапной профилактики антиретровирусными препаратами и контроль врача во время беременности и родов дает возможность иметь здорового ребенка. Так же профилактику антиретровирусными препаратами необходимо проводить и новорожденному.

Для активации визуальной памяти у аудитории волонтер-тренер при соответствующем материальном оснащении аудитории пишет/рисует на доске/флипчарте основные понятия, о которых повествует аудитории тренинга (или прикрепляет соответствующие картинки).

Вопрос аудитории. «Присутствует ли риск заражения в нашей истории? Какой мы наблюдаем путь передачи?». Коллективное обсуждение аудитории.

Волонтер-тренер: «Поговорим о лечении. На сегодняшний день избавиться полностью организм человека с ВИЧ-инфекцией от вируса невозможно. Да, СПИД не излечим, но диагноз ВИЧ-инфекция не приговор.

Существует антиретровирусная терапия (АРВТ), которая подавляет размножение, репликацию вируса в организме человека, что значительно замедляет прогрессирование заболевания, и дело до конечной стадии СПИД может и не дойти. Скажем так, АРВТ позволяет контролировать вирус.

Без лечения от момента заражения до конечной стадии может пройти в среднем 10 лет, это индивидуально. Но принимая препараты согласно предписанию врача, человек может прожить достаточно долгую и полноценную жизнь, а также снизить риск передачи вируса.

Именно поэтому так важно знать свой ВИЧ-статус и как можно раньше начать лечение, которое является бесплатным в нашей стране.

Для наглядности Волонтер пишет на доске/флипчарте или прикрепляет соответствующую картинку: «Антиретровирусная терапия (АРВТ) – контроль заболевания и полноценная жизнь».

Показ слайда с выделенными фразами в сообщении главного героя, характеризующими его рискованное поведения.

Волонтер-тренер: «Каким же рискам подвергает себя главный герой истории? Девушка подвергает себя большому риску, опасаясь идти к врачу. Помните, общение с врачом прежде всего конфиденциально и регламентируется нормативно-правовыми актами. Вы никому не обязаны сообщать о своем диагнозе (только если речь не идет об интимных связях). Конечно, ей необходимо узнать о своем статусе.

Как мы с вами уже знаем раннее начало АРВТ улучшит качество жизни и снизит риск передачи ВИЧ и позволит отсрочить развитие СПИДа. Риск и в том, что девушка при половых контактах не пользуется средствами контрацепции, презервативом. Что провоцирует половой путь передачи вируса.

Вопрос к аудитории: «Девушка опасается и не знает, как себя вести в быту. Как вы думаете, стоит ли беспокоиться по этому поводу и почему?» Коллективный ответ аудитории.

Показ следующего слайда с выделенными фразами в сообщении главного героя, характеризующих его рискованное поведения + миф передачи вируса. Где отсутствуют знания, там зарождаются страхи, предрассудки и мифы. И перед вами один из них. Пожалуй, самый распространенный миф о ВИЧ-инфекции – передача вируса бытовым путем. Вне человеческого организма ВИЧ нестойк. Вы не подхватите вирус при пользовании общей посудой и столовыми приборами, проживая в одной комнате с ВИЧ- положительным, а также при посещении бассейна или сауны. Так же нельзя инфицироваться при посещении туалета и при укусе комара или животных.

Вы также не подвергнете себя риску заражения ВИЧ при общепринятых формах общения (объятия, рукопожатия и поцелуи).

Волонтер пишет на доске/флипчарте: «ВИЧ распространяет НЕ поцелуй, НЕ объятия, НЕ посуда, НЕ насекомые». Предпочтительно прикрепить соответствующие картинки, зачеркивать их двумя чертами крест на крест.

Волонтер-тренер в роли главного героя. Рекомендация для волонтера-тренера: на данном этапе важно дать рекомендации от первого лица, как бы вы лично поступили в данной ситуации, обладая достоверной информацией, не желая подвергать свое здоровье риску. Вы выражаете свое мнение, вы полноценный участник ролевой игры. Данный блок необходимо максимально естественно говорить аудитории, не зачитывать с листа.

Волонтер-тренер: «Хочу поделиться с вами своим видением ситуации, обладая информацией по проблеме ВИЧ-инфекции и СПИДа и, осознавая все риски, я бы поступил(а) следующим образом. Прежде всего поддержку близкого человека, поговорю с ним. Знаю, что существует множество групп взаимопомощи, где люди, столкнувшиеся с данной проблемой, делятся советами, а также есть горячая линия регионального центра по профилактике и борьбе со СПИДом, где специалисты могут дать профессиональную консультацию.

Учитывая, что молодой человек уже принимает препараты, предложу вместе сходить к лечащему врачу, где также смогу узнать свой статус. Я осознаю, что от этого зависит мое будущее. Возможно, сдал(а) бы тест анонимно. И регулярно проверял(а) свой статус, раз в полгода. Всегда бы использовала средства контрацепции. Знаю примеры пар, когда только один из партнеров положительный, а второй в качестве профилактики принимает АРВТ. И уж точно я бы не заводил(а) отдельную кружку с ложкой, думаю, теперь этот момент всем очевиден.» Показ последнего слайда «Узнай свой статус»

Волонтер-тренер: «Поговорим о тестировании на ВИЧ-инфекцию. Что оно из себя представляет, какие есть мысли?» Ответ аудитории (предпочтительно выслушать по два мнения от каждой команды). «Тестирование заключается в сдаче крови, где определяют наличие или отсутствие антител к ВИЧ и/или сам вирус. Антитела – это специальные белки, вырабатываемые иммунной системой в ответ на проникновение в организм вируса. Антитела не выявляются в период так называемого «окна», который длится от двух недель до 3х месяцев, поэтому тест на антитела покажет их наличие только спустя данный период, например, спустя 3 месяца после незащищенного полового контакта.

Тест – это бесплатно и конфиденциально. Сдать тест можно в любом учреждении здравоохранения по месту жительства. Анонимная сдача возможна в региональном центре по профилактике и борьбе со СПИДом, а также в учреждениях с кабинетами анонимного тестирования. Диагноз ставится только врачом и только после нескольких проверок образца крови.

Существуют также доступные экспресс-тесты, которые показывают результаты в среднем через 20 минут. Тесты можно выполнить без специального оборудования, в домашних условиях, действуя по инструкции. Образцом исследования обычно является слюна или кровь. Чаще используются при аварийных ситуациях, поступлении женщин в родильные дома. Но для 100% результата все равно необходимо повторное тестирование в учреждении здравоохранения.

На слайде выводится информация о местонахождении и контактных номер регионального центра по профилактике и борьбе со СПИДом.

Заключительная часть тренинга.

Обратная связь. Вопросы аудитории. Раздача информационных материалов.

Также в рамках акции проводится анкетирование с целью определения уровня знаний о ВИЧ.

**Анкета социального опроса в рамках Всероссийской акции «СТОП ВИЧ/СПИД»**

1. Ваш возраст: \_\_\_\_\_

2. ВИЧ-инфекция и СПИД – одно и то же?

Да

Нет

Не знаю

3. Лечится ли ВИЧ-инфекция?

Да

Нет

Не знаю

4. Можно ли по внешнему виду определить человека, заражённого ВИЧ-инфекцией?

Да

Нет

Не знаю

5. Назовите основные пути передачи ВИЧ-инфекции:

---

6. Знаете ли Вы, где можно пройти анонимное обследование на ВИЧ-инфекцию?

Да

Нет

7. Сдавали ли Вы когда-нибудь тест на ВИЧ-инфекцию?

Да

Нет

8. Хотели ли бы Вы сдать тест на ВИЧ-инфекцию?

Да

Нет

9. Можно ли избежать заражения ВИЧ-инфекцией?

Да

Нет

Не знаю

10. Допускаете ли Вы для себя возможность заражения ВИЧ-инфекцией?

Да

Нет

Не знаю

11. Как Вы считаете, можно ли полноценно жить с ВИЧ-инфекцией?

Да

Нет

12. Может ли ВИЧ-инфицированная женщина родить здорового ребёнка?

Да

Нет

13. Если друг, сосед или коллега окажется ВИЧ-инфицированным, Вы будете продолжать общаться с ним?

Да

Нет

14. Как Вы считаете, нужно ли изолировать от общества ВИЧ-положительных людей, больных СПИДом?

Да

Нет

15. Важна ли для Вас информация по проблеме ВИЧ-инфекции/СПИДа?

Да

Нет

16. Из каких источников Вы знаете о проблеме ВИЧ-инфекции/СПИде?

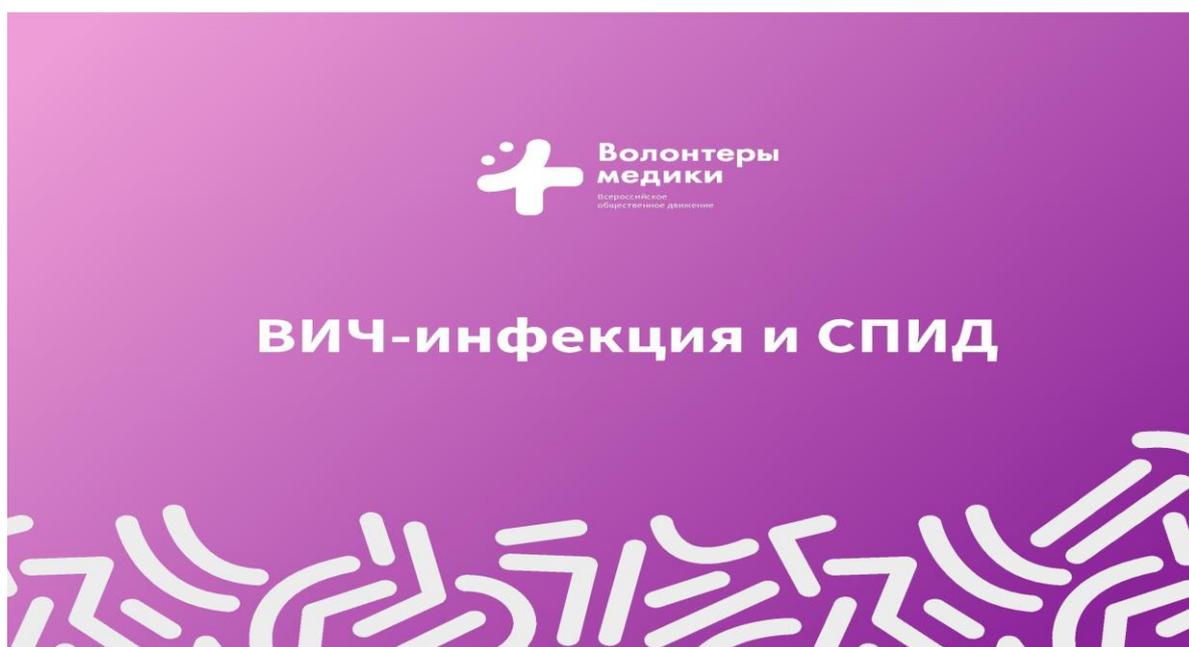
СМИ;

семья;

школа/образовательные учреждения

медицинские работники

**Презентационные образовательные материалы:**



## Что нужно знать о ВИЧ/СПИД?

**ВИЧ-инфекция** — хроническое инфекционное заболевание, вызываемое Вирусом Иммунодефицита Человека (ВИЧ), характеризуется прогрессирующим поражением иммунной системы.

**СПИД** — синдром приобретенного иммунодефицита, терминальная (последняя) стадия развития ВИЧ-инфекции. Развивается у тех, кто не принимает антиретровирусных препаратов.



**ВИЧ-инфекция —  
это еще не СПИД.**

## Субъекты с максимальным значением показателя заболеваемости

За 1 час ВИЧ поражает 10 человек в России.  
Число россиян, инфицированных ВИЧ, более 900 000.



## ВИЧ передается



### Через кровь

Переливание ВИЧ-инфицированной крови, небезопасные инъекции, нестерильные разрезы или прокалывание; совместное пользование иглами, шприцами



### Половым путем

Любой сексуальный контакт без применения средств контрацепции (презерватива), а также при их неправильном применении.



### От матери к ребенку

Во время беременности, родов или грудного вскармливания.

Применение высокоэффективной антиретровирусной профилактики позволяет ВИЧ-положительным матерям рожать здоровых детей.

## ВИЧ не передается, когда Вы



Обнимаете друг друга,  
пожимаете руки, целуете



Пользуетесь общей  
посудой, одеждой, бельем  
и бытовыми предметами



Посещаете бассейн, душевую,  
ходите в сауну и туалет



Кашляете, чихаете.  
ВИЧ не передается  
через слезы и пот.



## Распространенные мифы о ВИЧ

### МИФ 1

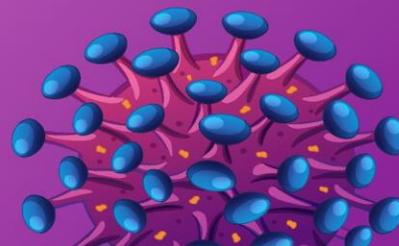
**Я не наркоман, потому  
не вхожу в группу риска.  
ВИЧ мне не грозит**

Многие женщины заразились ВИЧ от своего первого полового партнера, а о том, что они являются носительницами вируса, узнали во время беременности или при подготовке к ней. Мужчины, который их заразили, могли вести в молодости беспорядочную половую жизнь или же пробовали инъекционные наркотики.

### МИФ 2

**ВИЧ можно заразиться где  
удобно — в общественном туалете,  
вагоне метро или на общей  
кухне в офисе**

Заразиться ВИЧ в быту практически невозможно: вне человеческого тела вирус погибает. Нельзя подхватить вирус при посещении бассейна или сауны, а также заразиться после укуса комара. Кроме того, заражение происходит при непосредственном введении вируса в кровоток.



### МИФ 3

#### Заражение ВИЧ — смертельный приговор

Нет. Инфицирование вирусом иммунодефицита человека вовсе не означает скорую смерть. При своевременно начатом лечении и соблюдении режима приема антиретровирусных препаратов, ВИЧ-положительные пациенты имеют все шансы на долгую и активную жизнь.

### МИФ 4

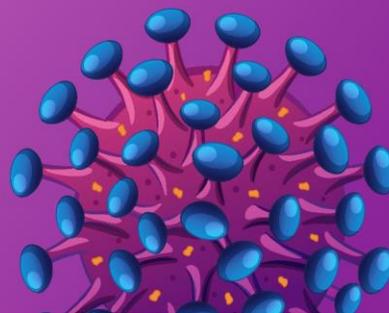
#### Если у человека ВИЧ, то он болен и СПИДом

ВИЧ и СПИД — не синонимы. Получение положительного результата анализа на ВИЧ свидетельствует только об одном — вы являетесь носителем вируса иммунодефицита человека. СПИД — синдром приобретенного иммунодефицита — поздняя стадия ВИЧ-инфекции, которая развивается далеко не у всех больных.

### МИФ 5

#### У ВИЧ-положительной женщины обязательно родится ребенок, инфицированный ВИЧ. Такой ребенок опасен для окружающих и посещать детский сад он не должен

Риск рождения ВИЧ-положительного ребенка от ВИЧ-инфицированной матери меньше 50% — это справедливо в тех случаях, если женщина не получает никакого лечения. Антиретровирусная терапия сводит к минимуму риск передачи вируса от инфицированной матери ребенку.



## ВИЧ-инфекция НЕ приговор!

Полностью избавиться организм от вируса невозможно, но постоянный прием АРВТ (АнтиРетроВируснойТерапии):



Позволяет снизить вирусную нагрузку (количество вируса) и вероятность его передачи другим лицам



Следуя рекомендациям врача, человек живёт полноценной жизнью до глубокой старости



Постоянный ежедневный прием АРВТ замедляет развитие ВИЧ-инфекции и предотвращает переход в стадию СПИД



Предоставляется гражданам России бесплатно

## Узнай свой ВИЧ-статус

Знать свой ВИЧ-статус — это так же естественно, как знать о других своих хронических болезнях.

### КАК?

Бесплатно сдай кровь, проконсультируйся со специалистом. Ты это можешь сделать анонимно. Также существуют экспресс-тесты (например, по слюне).

### ГДЕ?

В любом учреждении здравоохранения по месту жительства, в кабинетах анонимного и добровольного тестирования, в региональном Центре профилактики и борьбы со СПИДом.

### КОГДА?

Если есть риск заражения ВИЧ-инфекцией. Необходимо пройти или повторить тестирование через 3 месяца после вероятного заражения.

**Важно!** Желательно знать свой ВИЧ-статус всегда. Регулярно проходить тестирование.

Сегодня ВИЧ-инфекция —  
контролируемое заболевание  
твоя защита — предупредить ВИЧ

Узнай больше:  
[стопвичспид.рф](http://стопвичспид.рф)  
[www.волонтеры-медики.рф](http://www.волонтеры-медики.рф)  
[o-spide.ru](http://o-spide.ru)

## 17. Заключение.

Сегодня для абсолютного большинства специалистов, занимающихся профилактикой употребления психоактивных веществ, среди молодежи, совершенно очевидным стал тезис о том, что эффективность профилактической работы определяется уровнем организации межведомственного взаимодействия при ее осуществлении.

Действительно, как бы хорошо ни были организованы профилактические мероприятия специалистами наркологической службы, но если они проводятся в отрыве от организаций и учреждений, работающих с молодежью (учебные заведения, комиссии по делам несовершеннолетних, отделы полиции, молодёжные организации и пр.) и между ними не существует преемственности в работе, то чаще всего такие превентивные меры будут носить ограниченный и кратковременный характер.

Беспечность и безответственность взрослых по отношению к детям приводит к тому, что несовершеннолетние попадают в социально опасное положение, угрожающее их жизни, здоровью.

При проведении большинства профилактических мероприятий наркологическая служба занимает как бы центральное место, поскольку ей отведена основная консультативно-методическая роль, и все заинтересованные организации пересекаются с ней в ходе планирования и/или реализации этих мероприятий.

Организация и проведение совместных профилактических мероприятий играют важную роль не только на массовом уровне, но и в гораздо большей степени - при работе на индивидуальном уровне.

Тесное взаимодействие врачей психиатров-наркологов с подразделениями полиции по делам несовершеннолетних дает свои результаты в области раннего выявления несовершеннолетних, употребляющих психоактивные вещества. С этой целью необходимо проведение консультативных приемов несовершеннолетних, состоящих на учете в полиции, врачами-психиатрами-наркологами, и при необходимости направление на дополнительное обследование для решения вопроса о динамическом наблюдении и оказании ему лечебно-реабилитационной помощи.

Сотрудниками правоохранительных органов несовершеннолетние направляются на медицинское освидетельствование на состояние опьянения. Информация о результатах освидетельствования поступает в наркологические кабинеты с целью проведения дополнительного обследования данной категории несовершеннолетних, организации за ними динамического наблюдения и проведения лечебно-профилактических мероприятий.

Врачи психиатры-наркологи, являясь членами комиссий по делам несовершеннолетних муниципальных образований, принимают участие в заседаниях комиссии, рассмотрении административных протоколов в отношении несовершеннолетних, допускающих употребление психоактивных веществ, и их родителей, дают рекомендации о необходимости посещения наркологического кабинета и прохождения несовершеннолетними обследования.

Медицинскими организациями должно регулярно обеспечиваться направление в наркологические кабинеты сведений о несовершеннолетних, госпитализированных в состоянии алкогольного, наркотического опьянения, а также в связи с отравлением алкоголем, его суррогатами, наркотическими и токсическими веществами для организации в последующем индивидуальной профилактической работы.

В рамках межведомственного взаимодействия, специалистами наркологической службы муниципальных образований проводится индивидуальная профилактическая работа с детьми и их семьями, находящимися в категории «социально опасное положение».

В работе с семьями данной категории особое внимание необходимо уделять работе с родителями, употребляющими психоактивные вещества, которые включают беседы о недопустимости употребления алкоголя, наркотиков и других психотропных веществ, а также о медицинских и социальных последствиях, связанных с их употреблением, давать рекомендации по обращению в медицинские учреждения за наркологической помощью.

Наркологам муниципальных образований необходимо осуществлять учет родителей, имеющих несовершеннолетних детей, употребляющих наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача, иные одурманивающие вещества, злоупотребляющих алкогольной и спиртосодержащей продукцией.

В целях повышения эффективности межведомственной работы в вопросах раннего выявления и лечения несовершеннолетних, употребляющих ПАВ, специалистами наркологической службы проводятся сверки данных по несовершеннолетним, направленным на медицинское освидетельствование на состояние опьянения (с кабинетами медосвидетельствования), привлеченным к административной ответственности в связи с употреблением ПАВ (с комиссиями по делам несовершеннолетних и защите их прав муниципальных образований), состоящим на профилактическом учете в подразделениях полиции по делам несовершеннолетних в связи с употреблением ПАВ.

Специалисты наркологической службы региона, совместно с другими органами системы профилактики, принимают участие в межведомственных профилактических операциях.

Специалисты наркологической службы участвуют в заседаниях муниципальных и окружных антинаркотических комиссий, на которых рассматриваются вопросы оказания наркологической помощи детскому населению в муниципальных образованиях или внутригородских округах. Принимают активное участие в совместных профилактических мероприятиях для несовершеннолетних и молодежи.

Таким образом, эффективность системы профилактики обеспечивается:

- участием всех заинтересованных структур на основе межведомственного взаимодействия;
- разнообразием форм и методов профилактической работы, преимущественно на индивидуально-групповом уровне;
- консультативно-методической поддержкой специалистов (проводить семинары, консультации, информационные часы для специалистов системы профилактики);
- важный элемент межведомственного взаимодействия - это обратная связь, обмен информацией между органами системы профилактики и совместное обсуждение дальнейшей профилактической и реабилитационной работы с подростком.

Межведомственное взаимодействие как эффективный компонент профилактической работы - это огромный пласт, который необходимо налаживать и усовершенствовать, так как только при грамотном и рациональном взаимодействии можно получить адекватную, и самое главное действительно действующую программу профилактики употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних.

В современных условиях эпидемия наркотической и иных видов зависимостей охватила всю нашу страну, и особенно коснулась подрастающее поколение. Цифры и факты, приводимые в различных статистических исследованиях, красноречиво свидетельствуют о том, что очевидной необходимостью сегодня является принятие всесторонних профилактических мер, направленных на стабилизацию ситуации с потреблением психоактивных веществ и развитием зависимого поведения молодежи.

Но наиболее эффективной стратегией профилактической работы с молодежью в области профилактики негативных явлений в обществе в настоящее время является организация волонтерского движения в области профилактики зависимого поведения, построенная на основе принципа «Равный – равному».

Эта технология позволяет привлечь самую молодежь к активному поиску ответа на вопрос о собственной ответственности за свое поведение, о самостоятельном выборе эффективного жизненного стиля и о решительном сопротивлении деструктивным воздействиям агрессивной окружающей среды.

Поэтому создание волонтерских объединений с целью подготовки их участников к работе в области профилактики зависимого поведения молодежи является наиболее результативным вкладом в решение одной из самых сложных задач современности.

В настоящее время включение волонтеров в антинаркотическую (в самом широком смысле этого слова) профилактическую работу с молодежью становится все более и более распространенным явлением. В образовательной среде – школах, учреждениях профессионального образования (колледжах), вузах – создаются волонтерские отряды из числа наиболее активных и неравнодушных учащихся и студентов, ставящих перед собой цель – предотвратить формирование зависимых форм поведения у своих сверстников, способствовать сохранению их здоровья и формированию установки на ведение здорового образа жизни.

Развитие молодежного волонтерского движения способствует изменению мировоззрения самих студентов, формирует истинные духовные ценности; способствует формированию умения сделать выбор в сложной жизненной ситуации, отдавая предпочтение ценностям здоровья, любви, семьи, дружбы; формирует потребность приносить пользу; развивает профессиональные умения и навыки, способствует развитию профессионально важных личностных качеств, формирует толерантность и уважение к личности каждого субъекта взаимодействия.

Волонтерство объединяет и организует молодежь вокруг решения важной государственной задачи, направленной на формирование духовно-нравственных позиций современной молодежи. Волонтерское движение – новая философия, в основе которой лежит аксиологическая концепция уважения и безусловного принятия личности.

В основе волонтерской деятельности лежит изменение ценностных отношений студентов к социальным проблемам общества, а также активная позиция в процессе деятельности, превращение ее в лично значимое событие для участников волонтерского движения, рождающая внутреннюю заинтересованность, радость от ощущения своей значимости в едином целостном коллективе единомышленников.

Волонтерское движение – это двусторонний процесс, который формирует установки на здоровый образ жизни как самих волонтеров, так и участников волонтерского взаимодействия.

Волонтерство сегодня - это мощное общественное движение, имеющее свои организации во всех странах мира, но давно уже переросшие как национальные границы, так и сферу применения волонтерского труда.

Во всем мире молодежное добровольческое движение уже получило широкое распространение, а его роль в социальном развитии оценена на международном уровне. Организация Объединенных Наций признает добровольчество богатым источником энергии, навыков, местных занятий. Правительства многих стран используют ресурс добровольчества, финансируя его проекты, в реализации государственных программ по поддержке молодежи, в решении общественных проблем.

Последние десятилетия стали наиболее активным этапом развития волонтерства в новейшей истории России. За это время российский добровольческий сектор стремительно развивался и своему нынешнему состоянию во многом обязан социальной активности молодежи, ее стремлению оказать поддержку нуждающимся что, собственно, и является основой добровольчества.

Результатом ежегодного проведения волонтерских акции в целом по всей стране является множество общественно полезных мероприятий и проектов, осуществленных на добровольной основе гражданами и организациями в дни проведения акций.

Волонтерское движение внедряется в самые разные проблемные места социальной сферы. На сегодня одной из важных функций волонтерства является не только деятельность, направленная на оказание конкретной социальной помощи и поддержки, но и меры, направленные на социальную профилактику. В этой связи особым объектом волонтерства выступают молодежь, подростки, будущее нашего общества, имеющее некоторые отклонения от социальных норм, принятых в обществе.

Именно негативные отклонения становятся объектом волонтерских движений последних лет, внося качественные коррективы в деле воспитания подрастающего поколения и профилактики нежелательных, социально-неодобряемых форм поведения молодежи.

Главная задача профилактической работы с несовершеннолетними - это предупреждение и коррекция социальных отклонений и социальной дезадаптации детей и подростков, которые являются результатом неблагоприятного социального развития, обусловленного различными неблагоприятными факторами среды, воспитания, психобиологическими особенностями.

Таким образом, учитывая сложность и важность профилактической работы девиантного поведения среди подростков необходимо учитывать, что это проблема комплексная,

требующая пристального внимания основных социальных институтов государства, ведомств и учреждений, имеющих не только прямое, но и косвенное отношение к подрастающему поколению. В этой связи деятельность волонтерских отрядов самых разных уровней и масштабов, несомненно, носит конструктивный характер в деле предупреждения отклоняющегося поведения и воспитания молодежи в духе гуманизма, патриотизма, взаимоподдержки и гармоничного развития личности.