



ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«АКАДЕМИЯ ПОСЛЕДИПЛОМНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

**ПОДГОТОВКА ВОЛОНТЕРОВ
К РЕАЛИЗАЦИИ ПОДХОДА «РАВНЫЙ ОБУЧАЕТ РАВНОГО»
В УЧРЕЖДЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ**



МИНСК • 2015

Министерство образования Республики Беларусь
Государственное учреждение образования
«Академия последипломного образования»

**ПОДГОТОВКА ВОЛОНТЕРОВ
К РЕАЛИЗАЦИИ ПОДХОДА «РАВНЫЙ ОБУЧАЕТ РАВНОГО»
В УЧРЕЖДЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ**

Учебно-методическое пособие

Минск АПО
2015

УДК 373.3/5.015.31:613

ББК 74.200.555.2

П44

Разработчики:

зам. декана факультета профессионального развития специалистов образования ГУО «Академия последипломного образования» **М. Е. Минова**; методист управления социальной и воспитательной работы ГУО «Академия последипломного образования» **Е. Ф. Михалевич**

Рецензенты:

декан факультета профессионального развития специалистов образования ГУО «Академия последипломного образования», д-р психол. наук, профессор **В. А. Янчук**; зам. декана факультета социально-педагогических технологий УО «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», канд. пед. наук **Е. Н. Алтынцева**

Подготовка волонтеров к реализации подхода «Равный обучает равного» П44 в учреждении образования : учеб.-метод. пособие / разработ. : М. Е. Минова, Е. Ф. Михалевич; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск : АПО, 2015. – 198с.

ISBN978-985-495-392-2.

Учебно-методическое пособие представляет собой учебно-методический комплекс, в который вошли программа факультативных занятий «Подготовка волонтеров к реализации подхода «равный обучает равного» в учреждении образования, информационные материалы и разработки занятий к программе.

Учебно-методический комплекс предназначен для педагогических работников учреждений образования.

УДК 373.3/5.015.31:613

ББК 74.200.555.2

ISBN978-985-495-392-2

©ГУО «Академия последипломного образования», 2015

Содержание

Введение.....	5
1. Программа факультативных занятий для IX (XI) классов «Подготовка волонтеров к реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования».....	8
2. Теоретические и нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь.....	32
2.1. Теоретические основы равного обучения.....	32
2.2. Нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования.....	38
2.3. Нравственный кодекс, права и обязанности волонтеров равного обучения.....	42
3. Организационно-управленческие основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь.....	47
3.1. Планирование и организация равного обучения в учреждении образования.....	47
3.2. Формирование группы участников равного обучения.....	58
3.3. Подготовка волонтеров-инструкторов к проведению обучающих занятий со сверстниками.....	68
4. Методические основы реализации подхода «Равный обучает равного».....	77
4.1. Активные и интерактивные методы и формы равного обучения.....	77
4.2. Игровые методы и формы равного обучения.....	94

5. Обучающие занятия по подготовке волонтеров равного обучения.....	102
5.1. Понятие здорового образа жизни. Ценность здоровья в жизни человека.....	102
5.2. Формирование гендерной культуры молодых людей.....	113
5.3. Профилактика насилия в молодежной среде.....	110
5.4. Сохранение репродуктивного здоровья.....	115
5.5. Ответственное сексуальное поведение.....	122
5.6. Профилактика ВИЧ-инфекции и инфекций, передающихся половым путем, среди молодежи.....	141
5.7. Предупреждение приобщения молодежи к употреблению психоактивных, наркотических веществ.....	151
5.8. Профилактика употребления алкоголя.....	166
5.9. Профилактика употребления табака.....	176
5.10. Профилактика компьютерной зависимости среди молодежи.....	182
5.11. Итоговое занятие.....	187
Заключение.....	192

Введение

Уважаемые коллеги, учебно-методическое пособие для педагогов-консультантов равного обучения, которое вы держите в руках, призвано помочь вам подготовить волонтеров-инструкторов – подростков, юношей и девушек (14–18 лет) к волонтерской работе среди сверстников в соответствии с подходом «Равный обучает равного».

Создание и публикация учебно-методического пособия, как и многие другие мероприятия в рамках внедрения подхода РОР в учреждениях образования нашей республики, осуществлена благодаря поддержке представительства Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Республике Беларусь и Фонда ООН в области народонаселения (ЮНФПА).

Подготовка волонтеров осуществляется по программе факультативных занятий для учащихся 9–11 классов учреждений общего среднего образования «Подготовка волонтеров к реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования». Данное учебно-методическое пособие предназначено в помощь педагогам-консультантам для проведения факультативных занятий. Оно содержательно и методически ориентировано на программу факультативных занятий.

Чем обусловлен выбор данной проблематики, содержания, методов и форм равного обучения?

Во-первых, в последние годы серьезную озабоченность вызывают проблемы, связанные с проявлениями рискованного поведения подростков и молодежи, которые выражаются в их приобщении к никотину, алкоголю, наркотикам, в ранних половых контактах, склонности к аддиктивному и безответственному поведению.

Во-вторых, подростки, юноши и девушки в возрасте от 14 до 18 лет – одна из наиболее уязвимых социальных групп, в среде которых активно распространяются алкоголизм, наркомания, ИППП, ВИЧ-инфекция, регистрируется беременность, отмечаются правонарушения.

В-третьих, важнейшей задачей реализации профилактических программ, направленных на информирование общества и его граждан о преимуществах здорового образа жизни, является формирование у них ответственного отношения к своему здоровью как к личной и общественной ценности, а также содействие в приобретении знаний,

развитии умений и навыков здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, безопасного и ответственного поведения.

В-четвертых, отечественный и зарубежный опыт показывает, что наиболее эффективно в подростковой и молодежной среде работают программы равного обучения. В рамках таких программ после специальной подготовки волонтеры-инструкторы могут проводить среди сверстников обучающие занятия, используя групповые и индивидуальные формы работы.

В первой части учебно-методического пособия размещена программа и учебно-тематический план факультативных занятий «Подготовка волонтеров к реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования».

Во второй части дана информация о подходе «равный обучает равного», рассмотрены теоретические и нормативные правовые основы равного обучения.

В третьей части пособия описаны организационно-управленческие основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь. Вторая часть содержит базовую информацию для педагога-консультанта по планированию и организации равного обучения в учреждении образования, формированию групп участников равного обучения, подготовке волонтеров-инструкторов к проведению обучающих занятий со сверстниками.

Четвертая часть пособия содержит информацию о методических основах реализации подхода «Равный обучает равного». В ней подробно описаны активные, интерактивные и игровые методы и формы равного обучения, приводятся примеры конкретных методов и форм.

В пятую часть пособия включены материалы для проведения обучающих занятий с волонтерами по следующим темам:

Понятие здорового образа жизни. Ценность здоровья в жизни человека.

Формирование гендерной культуры молодых людей.

Профилактика насилия в молодежной среде.

Сохранение репродуктивного здоровья.

Ответственное сексуальное поведение.

Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП.

Предупреждение приобщения молодежи к употреблению психоактивных, наркотических веществ.

Профилактика употребления алкоголя.

Профилактика употребления табака.

Профилактика компьютерной зависимости среди молодежи.

Успешность равного обучения во многом зависит от профессионального уровня педагога-консультанта, от его мотивации, его знаний, умений и навыков. Педагог-консультант должен систематически повышать свою компетентность, участвуя в реализации программ дополнительного образования взрослых, в том числе программ обучающих курсов (лекториев, тематических семинаров, тренингов и т. д.).

Учебно-методическое пособие содержит материалы, позволяющие педагогу-консультанту оценить степень своей готовности к организации обучения в соответствии с подходом «Равный обучает равного» в учреждении образования, к подготовке волонтеров, а также эффективность процесса равного обучения в целом.

**1. ПРОГРАММА ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ
ДЛЯ IX (XI) КЛАССОВ
«ПОДГОТОВКА ВОЛОНТЕРОВ К РЕАЛИЗАЦИИ ПОДХОДА
«РАВНЫЙ ОБУЧАЕТ РАВНОГО» В УЧРЕЖДЕНИИ
ОБРАЗОВАНИЯ»**

Пояснительная записка

Современная социокультурная ситуация требует от подрастающего поколения гибкого реагирования на происходящие изменения в социуме, принятия ответственных решений в проблемных жизненных ситуациях. Серьезные опасения в социуме вызывают негативные явления, связанные с деформациями социального поведения и безответственным отношением к своему здоровью учащейся молодежи. Распространение вредных привычек, зависимостей и заболеваний, моделей безответственного и рискованного поведения, сексуальных отношений, приносящих ущерб репродуктивному здоровью молодежи, рост насилия и агрессивности в молодежной среде, употребление молодыми людьми наркотических, психоактивных веществ являются злободневными и серьезными проблемами современного общества.

Решение этих проблем является одним из приоритетов системы образования. Важной частью образования и воспитания является формирование ценностей здоровья, гендерной культуры, потребностей и навыков здорового образа жизни у подростков и молодежи. В связи с этим в учреждении образования должны создаваться условия для формирования у обучающихся ценностного отношения к здоровью, гендерной культуры, умений и навыков здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения.

Одним из таких условий является подход «Равный обучает равного», который предусматривает реализацию волонтерских образовательных программ и мероприятий, в процессе которых подготовленные волонтеры обучают своих сверстников, равных по социальному статусу и образовательному уровню подростков и молодых людей основам здорового образа жизни, гендерной культуры, безопасного и ответственного поведения.

Реализуемый в учреждениях образования подход «Равный обучает равного» предполагает формирование у обучающихся ценностного

отношения к здоровью, гендерной культуры, знаний, умений и навыков здорового образа жизни путем специально организованных форм взаимодействия, активных и интерактивных обучающих занятий волонтеров со сверстниками.

В Республике Беларусь принята Концепция «Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях Республики Беларусь», которая определяет нормативные основы, цели, основное содержание, методы и формы равного обучения в учреждениях образования.

Подготовку и сопровождение практической работы волонтеров со сверстниками в учреждениях образования должны осуществлять педагоги-консультанты, обладающие сформированными компетенциями в области равного обучения. Подготовка, педагогическая поддержка и сопровождение работы волонтеров предусматривает их выявление и дальнейшее обучение.

Педагоги-консультанты, реализующие подход «Равный обучает равного», нуждаются в программах по подготовке волонтеров, которые непосредственно будут осуществлять равное обучение со сверстниками.

Подготовка волонтеров равного обучения осуществляется, в частности, посредством разработки и включения образовательный процесс факультативных занятий, направленных на формирование их знаний, умений и навыков в области равного обучения, здоровья и здорового образа жизни, гендерной культуры подростков и молодежи.

Программа факультативных занятий предусматривает усвоение участниками теоретических, нормативных правовых основ равного обучения, методических основ реализации подхода «Равный обучает равного» в работе со сверстниками по формированию у них ценностей здоровья, гендерной культуры, умений и навыков здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения. В программу включены занятия по подготовке волонтеров для их будущей практической деятельности со сверстниками.

Исходная позиция в построении содержания факультативных занятий – это системная организация обучения волонтеров согласно Кодексу Республики Беларусь об образовании, Концепции и Программе непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь, Закону Республики Беларусь «О правах ребёнка», Концепции «Реализация принципа «равный обучает равного» в

общеобразовательных учреждениях Республики Беларусь».

Цель факультативных занятий – формирование теоретических, нормативных правовых, методических знаний и умений волонтеров (подростков, молодых людей), обеспечивающих реализацию подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования.

Основные задачи:

- приобретение знаний о теоретических, нормативных правовых основах реализации подхода «Равный обучает равного»;
- создание условий для осознания волонтерами требований к планированию и организации равного обучения в учреждении образования;
- содействие усвоению участниками содержания равного обучения в области сохранения и укрепления здоровья, здорового образа жизни, гендерной культуры, безопасного и ответственного поведения;
- создание условий для освоения волонтерами современных методов и форм реализации подхода «Равный обучает равного», подготовки и проведения обучающих занятий со сверстниками;
- формирование у волонтеров умений и навыков здорового образа жизни, гендерной культуры, безопасного и ответственного поведения, а также умений конструктивно общаться и сотрудничать в коллективе сверстников.

Для достижения цели и решения поставленных задач используются такие формы и методы работы, как лекции, дискуссии, активные и интерактивные формы и методы обучения, тренинги, игры, презентации, анализ публикаций в СМИ по проблематике равного обучения и волонтерской деятельности и др.

Программа факультативных занятий «Подготовка волонтеров к реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования» рассчитана на 36 ч. (2–4 ч. в месяц в течение года). Для проведения занятий рекомендуется выделять спаренные уроки.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		Теоретические занятия	Практические занятия
1	2	3	4
	Теоретические и нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь	3	—
1.	Теоретические основы равного обучения	1	—
2.	Нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования	1	—
3.	Нравственный кодекс, права и обязанности волонтеров равного обучения	1	—
	Организационно-управленческие основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь	2	1
4.	Планирование и организация равного обучения в учреждении образования	1	—
5.	Формирование группы участников равного обучения	—	1
6.	Подготовка волонтеров-инструкторов к проведению обучающих занятий со сверстниками	1	—
	Методические основы реализации подхода «Равный обучает равного»	1	2

Окончание

1	2	3	4
7.	Активные и интерактивные методы и формы равного обучения	1	1
8.	Игровые методы и формы равного обучения	—	1
	Обучающие занятия по подготовке волонтеров равного обучения	—	27
9.	Понятие здорового образа жизни. Ценность здоровья в жизни человека	—	2
10.	Формирование гендерной культуры молодых людей	—	2
11.	Профилактика насилия в молодежной среде	—	4
12.	Сохранение репродуктивного здоровья	—	2
13.	Ответственное сексуальное поведение	—	2
14.	Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП	—	4
15.	Предупреждение приобщения молодежи к употреблению психоактивных, наркотических веществ	—	4
16.	Профилактика употребления алкоголя	—	2
17.	Профилактика употребления табака	—	2
18.	Профилактика компьютерной зависимости среди молодежи	—	2
19.	Итоговое занятие	—	1
	Итого часов	6	30
	Всего часов	36	

ПРОГРАММА

Теоретические и нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь (3 ч)

Теоретические основы равного обучения (1 ч)

Сущность и основное содержание подхода «Равный обучает равного». Равное обучение как процесс взаимодействия волонтеров со сверстниками, в результате которого они приобретают знания, развивают умения и навыки, формируют ценностные ориентации, направленные на здоровый образ жизни, сохранение здоровья, на нравственное отношение к себе и другим людям, на безопасное и ответственное поведение. Ценностные основания подхода «Равный обучает равного»: подготовка участников к самостоятельной жизни и труду; овладение ценностями и навыками здорового образа жизни; формирование нравственной, эстетической и гендерной культуры; создание условий для социализации, саморазвития и самореализации личности.

Значение волонтерской деятельности и равного обучения в социальном развитии личности. Участие в волонтерской деятельности, равном обучении как условие эффективной социализации подрастающего поколения. Удовлетворение потребностей подрастающего поколения в совместной социально значимой деятельности, самореализации, саморазвитии, самоопределении, самоутверждении, самовыражении и самоуправлении.

Дополнительный характер равного обучения по отношению к основным образовательным программам учреждений образования. Принципы интерактивного взаимодействия и неформального общения молодежи в процессе реализации подхода «Равный обучает равного». Учет возрастных особенностей подростков и молодых людей в процессе равного обучения.

Нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования (1 ч)

Нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного»: Кодекс Республики Беларусь об образовании, Закон Республики Беларусь «О правах ребенка», Концепция и Программа

непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь, в которых отражены приоритеты образования и воспитания в области здоровья и здорового образа жизни, нравственности, гендерной культуры, безопасного и ответственного поведения молодых людей.

Концепция «Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях Республики Беларусь» – основной нормативный документ, определяющий цели, содержание, направления, средства, методы и формы равного обучения в учреждениях образования.

Стандарты равного обучения как основа реализации подхода «Равный обучает равного». Стандарты образовательных программ и обучающих занятий волонтеров с молодыми людьми. Стандартные требования к привлечению и подготовке волонтеров в системе равного обучения. Применение стандартов мониторинга и оценки эффективности равного обучения.

Нравственный кодекс, права и обязанности волонтеров равного обучения (1 ч)

Этические нормы реализации подхода «Равный обучает равного». Сущность, принципы и функции нравственного кодекса волонтеров равного обучения. Нравственные нормы волонтеров равного обучения: уважение, продвижение и защита прав человека; учет культурных особенностей участников равного обучения; диалог, толерантность и разнообразие мнений молодых людей; гендерное равенство и справедливость; конфиденциальность; содействие формированию ценностей морали, здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения; стремление избегать неприятных ситуаций личного характера, конфликтов; опора на точную и беспристрастную информацию по тематике здоровья и здорового образа жизни; знание и осознание возможных личных недостатков и понимание того, как неправильное поведение влияет на сверстников; недопущение злоупотребления своим положением в работе со сверстниками.

Нравственное самоопределение молодых людей в процессе равного обучения и волонтерской работы. Права и обязанности волонтеров равного обучения. Правила взаимодействия волонтеров с участниками равного обучения. Правила проведения обучающих занятий.

Привлечение к волонтерской работе в системе равного обучения молодых людей с особенностями психофизического развития, молодежных неформальных лидеров, которые имели опыт употребления психоактивных веществ, спиртных напитков, табака или других девиаций, но смогли осознать негативные последствия, переоценить ситуацию и изменить свое поведение.

Организационно-управленческие основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь (3 ч)

Планирование и организация равного обучения в учреждении образования (1 ч)

Планирование процесса равного обучения в учреждении образования. Планирование деятельности волонтеров равного обучения. Основные типы планирования: стратегическое и тактическое (календарное) планирование. Принципы планирования процесса равного обучения. План организации равного обучения в учреждении образования. План работы волонтеров. Основные компоненты плана деятельности волонтеров со сверстниками. Содержательное и методическое оформление плана работы волонтеров.

Организационные принципы и условия реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования. Организация волонтерской деятельности с учетом специфики учреждения образования. Педагогическая поддержка и сопровождение деятельности волонтеров. Сотрудничество волонтеров с педагогами учреждения образования в процессе реализации образовательных программ равного обучения. Взаимодействие волонтеров с педагогами, родителями, обучающимися, а также с социальными институтами, государственными учреждениями, общественными объединениями в процессе реализации подхода «Равный обучает равного».

Формирование группы участников равного обучения (1 ч)

Понятие «динамика развития группы». Теории возникновения и развития групп в педагогике, психологии, социологии. Типология социальных групп. Качественные и количественные характеристики социальных групп. Стадии группового развития. Социально-психологические свойства групп разного уровня развития.

Коллектив как высшая стадия группового развития. Характеристики и объединяющие свойства коллектива: направленность, организованность, подготовленность, сплочённость, интеллектуальная коммуникативность, морально-психологический климат.

Молодежный коллектив как социальная группа. Социально-педагогические и психологические характеристики молодежных социальных групп и коллективов. Влияние возрастных особенностей участников на формирование молодежной группы, коллектива. Равное обучение и интерактивное взаимодействие как условие формирования молодежной группы. Ценности и принципы межличностных отношений, общения и взаимодействия участников равного обучения. Роль волонтера как лидера и организатора в процессе группового развития и формирования молодежного коллектива. Интерактивное взаимодействие в процессе организации совместной деятельности, общения и отношений участников равного обучения. Процедуры и способы интерактивного взаимодействия. Самоуправление в деятельности молодежных групп и коллективов. Методики сплочения группы. Игровые и интерактивные методики формирования группы, коллектива участников равного обучения.

Подготовка волонтеров-инструкторов к проведению обучающих занятий со сверстниками (1 ч)

Содержание, методические и организационные условия подготовки волонтеров в сфере реализации подхода «Равный обучает равного». Программа факультативных занятий по подготовке волонтеров равного обучения в области здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения, гендерной культуры: сущность, структура и основное содержание. Разработка модели занятия для участников равного обучения (молодых людей). Подготовка волонтеров к проведению обучающих занятий со сверстниками. Структура занятия и ее основные компоненты. Формулировка целей и задач занятия. Разработка содержания занятия по тематике здоровья и здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения, гендерной культуры, профилактики насилия в молодежной среде. Определение организационных условий проведения занятия. Подбор средств, методов, форм проведения занятия. Определение критериев и показателей эффективности занятия.

Эффективные технологии, методы, формы и опыт подготовки

молодых людей – волонтеров равного обучения в учреждениях образования, молодежных общественных объединениях. Интерактивные методы, тренинги, дискуссии, дебаты, диспуты, игры, творческие задания и упражнения как эффективные формы подготовки волонтеров. Компетентность волонтера как тренера в программах равного обучения.

Методические основы реализации подхода «Равный обучает равного» (3 ч)

Активные и интерактивные методы и формы равного обучения(2 ч)

Характеристика активных и интерактивных методов и форм равного обучения. Особенности активных и интерактивных методов и форм и условия их использования в процессе равного обучения. Сочетание групповой формы работы, активных и интерактивных методов равного обучения, когда каждый участник может высказывать свою точку зрения, задавать вопросы, обсуждать значимые проблемы. Тренинг как основная форма равного обучения. Методы проведения группового тренинга. Ролевые позиции в тренинговой подростковой, молодежной группе. Интерактивные методы проведения обучающего занятия для участников равного обучения с элементами тренинга. Методы организации коммуникации, совместной творческой деятельности, смыслов творчества, обмена деятельностью, рефлексивной деятельности.

Дискуссия как форма организованного обсуждения различных тем. Дискуссия и дебаты как методы формирования точки зрения. Метод анализа конкретных ситуаций и создания проектов их решения (CaseStudies): исследовательская направленность, работа в группах, интеграция элементов развивающего обучения и проектной методики. Метод проектов как способ достижения цели через детальную разработку проблемы самими участниками. Индивидуальные и групповые проекты молодых людей в сфере здоровья и здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения, гендерной культуры, профилактики насилия в молодежной среде.

Методические основы проведения обучающего занятия в системе равного обучения. Мониторинг эффективности использования активных и интерактивных методов и форм волонтерами равного

обучения.

Игровые методы и формы равного обучения (1 ч)

Игра как пространство межличностного взаимодействия, неформального общения и коллективной творческой деятельности участников равного обучения. Игра как метод и форма равного обучения. Особенности взаимодействия участников равного обучения в процессе игры. Основные принципы и правила игры и игрового взаимодействия. Типология современных игровых методов и форм, технологий. Деловые, дидактические, интерактивные, коммуникативные, развивающие, ролевые, сюжетно-ролевые игры в процессе равного обучения. Цели и основное содержание игр.

Технологии игровой деятельности. Алгоритм игровой деятельности. Формы игровой деятельности. Реализация методов, форм и технологий игровой деятельности с учетом специфики равного обучения.

Методики проведения различных игр на обучающем занятии волонтеров с подростками, молодыми людьми по тематике здоровья и здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения, гендерной культуры, профилактики насилия в молодежной среде. Сценарии и методические разработки игр и игровых программ. Примеры игр и игровых программ, применяемых волонтером равного обучения.

Обучающие занятия по подготовке волонтеров равного обучения (27 ч)

Понятие здорового образа жизни. Ценность здоровья в жизни человека (2 ч)

Цель: формирование понятия о здоровом образе жизни, его компонентах, содействие осознанию участниками ценности здоровья.

Понятие здоровья человека. Здоровье человека как сложная система компонентов физического, психического и социального здоровья. Ценности здоровья, здорового образа жизни. Основы знаний о физиологии, строении и функциях человеческого организма, обеспечивающего здоровье и адаптацию к окружающей среде. Здоровый образ жизни как условие сохранения и укрепления здоровья человека. Роль здорового образа жизни. Основные слагаемые здорового образа жизни. Формирование ценностей здоровья, здорового образа

жизни, безопасного и ответственного поведения молодежи как социально-педагогическая проблема и цель равного обучения.

Образовательные и профилактические программы по тематике здоровья и здорового образа жизни. Методы и формы равного обучения по профилактике зависимостей, заболеваний, вредных привычек, моделей асоциального и рискованного поведения в среде молодежи. Роль волонтера в организации деятельности, направленной на здоровьесбережение молодых людей.

Обучающее занятие как форма равного обучения по тематике здоровья и здорового образа жизни молодежи. Структура, цели и основное содержание занятия. План занятия. Методы и формы проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм проведения занятия.

Формирование гендерной культуры молодых людей (2 ч)

Цель: развитие у участников представлений о гендерной культуре, методах и формах ее формирования.

Понятия «гендер», «гендерная культура», их содержание. Гендерные роли и гендерные стереотипы в индивидуальном и общественном сознании. Учет возрастных особенностей молодежи в процессе гендерного образования. Гендерная культура как приоритетное направление равного обучения молодых людей. Гендерное равенство и справедливость как один из основных принципов равного обучения. Взаимодействие участников равного обучения (юношей и девушек) как равных партнеров. Учет гендерных особенностей молодых людей в процессе реализации подхода «Равный обучает равного».

Структура и особенности процесса формирования гендерной культуры юношей и девушек. Коррекция дефектов гендерного воспитания и подготовка к семейной жизни юношей и девушек. Формирование ориентации на сохранение репродуктивного здоровья и безопасную жизнедеятельность. Обучение эффективной гендерной и социальной коммуникации. Методы и формы равного обучения по формированию гендерной культуры молодых людей.

Обучающее занятие по формированию гендерной культуры. Структура, цели и основное содержание занятия. План занятия. Методы и формы проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм проведения занятия по формированию гендерной культуры молодых людей.

Профилактика насилия в молодежной среде (4 ч)

Цель: расширение и углубление знаний участников по проблемам профилактики насилия в молодежной среде.

Понятия: «социальное насилие», «факторы социального насилия», «типы социального насилия», «домашнее насилие». Работа с молодыми людьми при наличии факторов риска проявления насилия. Способы общения с молодыми людьми, пострадавшими от насилия. Техники и приемы общения с молодым человеком в ситуации риска насилия. Работа по предупреждению насилия над молодыми людьми в киберпространстве. Формирование правил безопасного поведения молодых людей в Интернет.

Проблемы жестокого обращения с детьми и молодыми людьми в семье. Профилактика жестокого обращения с молодыми людьми. Формы поддержки молодых людей, оказавшихся в неблагоприятных условиях социализации, проявляющих виктимность в поведении. Стратегии работы с семьей в кризисной ситуации, связанной с жестоким обращением, домашним насилием.

Стигматизация в молодежных коллективах. Изгой в коллективе. Направления коррекции поведения индивида и группы. Интерактивные методы и ролевые игры по предупреждению виктимного поведения. Формирование правильных стратегий поведения. Защита и поддержка молодых людей с виктимным поведением, ставших жертвами насилия.

Использование методов и форм равного обучения в образовательных программах по профилактике насилия в молодежной среде. Обучающее занятие как форма равного обучения по профилактике насилия. Структура, цели и основное содержание занятия. План занятия. Методы и формы проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм проведения занятия.

Сохранение репродуктивного здоровья (2 ч)

Цель: формирование у участников представлений о репродуктивном здоровье, о способах его сохранения, определение персональных действий участников по сохранению и укреплению собственного здоровья.

Понятие репродуктивного здоровья и его составляющие. Репродуктивная система мужчин и женщин. Репродуктивное здоровье как отсутствие у человека заболеваний репродуктивной системы, нарушения ее функций и/или процессов в ней. Значимость

репродуктивного здоровья для личной и семейной жизни молодых людей. Условия сохранения и укрепления репродуктивного здоровья. Общие показатели репродуктивного здоровья населения. Социальные и демографические аспекты репродуктивного здоровья. Медицинские аспекты репродуктивного здоровья. Факторы, влияющие на состояние репродуктивного здоровья. Репродуктивное здоровье и планирование семьи, рождение детей.

Программы, методы и формы равного обучения по проблематике репродуктивного здоровья, его сохранения и укрепления. Обучающее занятие по сохранению репродуктивного здоровья. Структура, цели и основное содержание занятия. План занятия. Подбор актуальной и достоверной информации по теме занятия. Методы и формы проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм проведения занятия.

Ответственное сексуальное поведение (2 ч)

Цель: повышение уровня информированности участников о способах безопасного и ответственного сексуального поведения.

Понятия «ответственное сексуальное поведение» и «безопасное сексуальное поведение». Нравственные нормы и ценности сексуальных отношений. Целомудрие и воздержание. Любовь и выбор сексуального партнера. Начало половой жизни и ответственное сексуальное поведение. Риски и последствия безответственного сексуального поведения. Влияние сексуального поведения на репродуктивное здоровье и семейную жизнь молодых людей.

Основные пути и способы безопасного сексуального поведения. Методы планирования семьи. Контрацепция. Основные способы контрацепции. Способы контрацепции, рекомендованные для молодых людей для защиты от инфицирования ВИЧ и большинства инфекций, передающихся половым путем, предохранения от нежелательной беременности.

Обучающее занятие по теме ответственного сексуального поведения. Структура, цели и основное содержание занятия. План занятия. Подбор актуальной и достоверной информации. Методы и формы проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм проведения занятия.

Профилактика ВИЧ-инфекции и инфекций, передающихся половым путем (ИППП), среди молодежи (4 ч)

Цель: расширение и углубление знаний участников по проблемам профилактики ВИЧ-инфекции ИППП среди молодежи.

ВИЧ-инфекция как медицинская и социальная проблема. Пути передачи ВИЧ-инфекции. Основные группы риска заражения ВИЧ-инфекцией. Причины заражения ВИЧ и факторы угрозы здоровью молодежи. Последствия заражения ВИЧ-инфекцией для организма человека. Рискованное и безответственное поведение как основной фактор риска заражения ВИЧ.

Инфекции, передающиеся половым путем (ИППП). Признаки и симптомы ИППП. Причины заражения ИППП. Негативные последствия ИППП для организма человека. Рискованное и безответственное сексуальное поведение как причина распространения ИППП.

Пути и способы профилактики заражения ВИЧ-инфекцией и ИППП среди молодежи. Целомудрие, воздержание от сексуальных контактов, контрацепция, полное доверие между сексуальными партнерами как основные способы профилактики заражения ВИЧ-инфекцией и ИППП. Необходимость обращения к врачу и недопустимость самолечения в случаях заражения ВИЧ и ИППП.

Программы, методы и формы равного обучения по профилактике ВИЧ-инфекции и ИППП в молодежной среде. Структура, цели и основное содержание занятия по профилактике ВИЧ-инфекции и ИППП. План занятия. Подбор актуальной и достоверной информации, разработка и систематизация информационных и наглядных материалов к занятию. Апробация активных, интерактивных и игровых методов и форм проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм проведения занятия.

Предупреждение приобщения молодежи к употреблению психоактивных, наркотических веществ (4 ч)

Цели: расширение и углубление знаний по проблемам употребления психоактивных, наркотических веществ; развитие мотиваций и умений, необходимых для отказа от употребления психоактивных веществ, наркотиков.

Психоактивные вещества и наркотики. Растительные, полусинтетические (синтезируемые на основе растительного сырья) и синтетические психоактивные вещества и наркотик. Стимулирующие центральную нервную систему вещества, депрессанты (успокоительные средства), галлюциногены, нейролептики. Лёгкие и тяжёлые наркотики. Синтетические наркотики. Дизайнерские

наркотики. Курительные смеси. ЛСД, «спайсы» и «марки».

Влияние психоактивных веществ на функционирование нервной системы, психическое и физическое состояние человека. Механизм действия психоактивных, наркотических веществ на внутренние органы и системы организма. Риски и последствия употребления психоактивных веществ и наркотиков. Формирование наркотической зависимости. Правила и способы уверенного отказа от употребления психоактивных, наркотических веществ.

Программы, методы и формы равного обучения по профилактике употребления психоактивных, наркотических веществ среди молодежи. Обучающее занятие по профилактике употребления психоактивных, наркотических веществ. Структура, цели и содержание занятия. План занятия. Подбор актуальной и достоверной информации по теме занятия. Методы и формы проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм занятия.

Профилактика употребления алкоголя (2 ч)

Цели: расширение и углубление знаний участников о проблемах и последствиях употребления алкоголя; развитие мотиваций и умений, необходимых для отказа от употребления алкоголя.

Употребление алкоголя как социальная и медицинская проблема. Влияние алкоголя на здоровье человека. Особенности влияния алкоголя на женский организм. Особенности влияния алкоголя на мужской организм. Влияние алкоголя на внутренние органы и системы организма. Последствия злоупотребления алкоголем: тяжелая зависимость; проблемы со здоровьем; проблемы в семье и обществе; трагический финал – гибель.

Направления и формы профилактики употребления алкоголя и алкоголизма. Социальная профилактика алкоголизма: общественное регулирование употребления спиртного, законодательное ограничение времени продажи алкогольных напитков, запрет употребления алкоголя в общественных местах и т. п. Собеседования и тренинги по проблемам алкоголизма.

Использование методов и форм равного обучения в программах по профилактике употребления алкоголя. Обучающее занятие по профилактике употребления алкоголя. Структура, цели и основное содержание занятия. План занятия. Подбор актуальной и достоверной информации, разработка и систематизация информационных

и наглядных материалов к занятию. Апробация активных, интерактивных и игровых методов проведения занятия.

Профилактика употребления табака (2 ч)

Цели: расширение и углубление знаний участников по проблемам курения; развитие мотиваций и умений, необходимых для отказа от курения.

Употребление табака как социальная и медицинская проблема. Курение как распространенная в обществе вредная привычка. Активное и пассивное курение. Особенности воздействия употребления табака на мужской организм. Негативные последствия употребления табака для женского организма. Влияние никотина на внутренние органы и системы курильщика. Механизм вредного воздействия на организм никотина, токсичных газов и смол, радиоактивных веществ, содержащихся в сигаретах. Основные заболевания, которым подвержены курильщики. Восстановление организма после курения.

Направления и формы профилактики употребления табака, курения. Образовательные программы по профилактике курения. Собеседования и тренинги по проблемам курения. Правила и способы отказа от курения.

Программы, методы и формы равного обучения по профилактике употребления табака, курения среди молодежи. Обучающее занятие по профилактике курения. Структура, цели и содержание занятия. План занятия. Подбор актуальной и достоверной информации. Методы и формы проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм проведения занятия.

Профилактика компьютерной зависимости среди молодежи (2 ч)

Цель: расширение и углубление знаний участников по проблемам профилактики компьютерной зависимости в молодежной среде.

Позитивные и негативные последствия внедрения информационных, компьютерных технологий в жизнь современного человека. Компьютерная зависимость как патологическое пристрастие человека к работе или проведению времени за компьютером. Разновидности компьютерной зависимости: Интернет-зависимость, зависимость от компьютерных и видео игр. Гендерные особенности компьютерной зависимости.

Симптомы и физические признаки компьютерной зависимости. Влияние компьютерной зависимости на социальные качества

молодого человека. Причины компьютерной зависимости у молодых людей: отсутствие навыков самоконтроля; неумение самостоятельно организовывать свой досуг; дефицит общения; незнание правил психогигиены взаимодействия с компьютером; стремление заменить компьютером общение с близкими людьми; стремление уйти от трудностей реального мира в виртуальный мир; низкая самооценка и неуверенность в своих силах, зависимость его от мнения окружающих; подражание, уход из реальности вслед за друзьями и знакомыми. Последствия компьютерной зависимости: сужение круга интересов, уход от реальности в виртуальный мир, проблемы отношений и общения, асоциальное поведение.

Программы, методы и формы равного обучения по профилактике компьютерной зависимости и ее разновидностей. Обучающее занятие как форма равного обучения по профилактике компьютерной зависимости. Структура, цели и содержание занятия. План, методы и формы проведения занятия. Отработка волонтерами методов и форм проведения занятия.

Итоговое занятие (1ч)

Обобщение представлений о роли волонтера в процессе равного обучения, проведения обучающих занятий с молодыми людьми. Обсуждение способов решения проблем здоровья, асоциального поведения, распространения зависимостей, вредных привычек, заболеваний, насилия в молодежной среде. Равное обучение, передача актуальной и достоверной информации волонтерами сверстникам, интерактивное взаимодействие и опора на личный опыт и пример как один из способов решения проблем. Ценности здоровья, здорового образа жизни, нравственности, активной жизненной позиции, гендерной культуры, толерантности и диалога как ориентиры для волонтеров и участников равного обучения.

Закрепление знаний, умений и навыков, необходимых волонтеру для эффективной деятельности и конструктивного общения с молодыми людьми по вопросам здоровья и здорового образа жизни, гендерной культуры, безопасного и ответственного поведения, профилактики насилия в молодежной среде.

Ожидаемые результаты

В результате освоения программы факультативных занятий «Подготовка волонтеров к реализации подхода «Равный обучает равного»

в учреждении образования» обучающиеся должны **знать**:

- о теоретических, нормативных правовых основах реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь;

- о современных требованиях к планированию и организации равного обучения в учреждении образования;

- о содержании равного обучения в области сохранения и укрепления здоровья, здорового образа жизни, гендерной культуры, безопасного и ответственного поведения;

- о современных методах и формах реализации подхода «Равный обучает равного», подготовки и проведения обучающих занятий со сверстниками;

- об особенностях взаимодействия в группах молодых людей;

овладеть навыками и умениями:

- организовывать и проводить обучающие занятия с молодыми людьми в соответствии с подходом «Равный обучает равного», оценивать их эффективность;

- использовать полученные знания в области здоровья, здорового образа жизни, гендерной культуры, безопасного и ответственного поведения в процессе специально организованного и неформального взаимодействия с молодыми людьми;

- применять методы и формы реализации подхода «Равный обучает равного», подготовки и проведения обучающих занятий со сверстниками;

- конструктивно общаться, сотрудничать с участниками равного обучения (молодыми людьми) на основе уважения достоинства, прав, интересов каждого участника;

- использовать организаторские, коммуникативные приёмы, техники, методики в своей работе.

Список рекомендуемой литературы

Литература для педагогов

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании : принят Палатой представителей 2 дек. 2010 г.: одобр. Советом Респ. 22 дек. 2010 г. : текст Кодекса по состоянию на 15 марта 2012 г. – Минск :

- Амалфея, 2012. – 496 с.
2. О правах ребенка : Закон Респ. Беларусь от 19 нояб. 1993 г. №2570-ХІІ: с изм. и доп.: текст по состоянию на 1 февр. 2011 г. – Минск : Дикта, 2011.– 20 с.
 3. Об основах государственной молодежной политики : Закон Респ. Беларусь, 19 нояб. 2009 г., №65-3 // Нац. реестр правовых актов Респ. Беларусь. – 2011. – № 8. – 2/1794.
 4. Конвенция о правах ребенка // Конвенции ООН по правам человека, ратифицированные Республикой Беларусь : официальные тексты / под ред. Е. Новикова. – Минск, 1998. – С. 80–101.
 5. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь. – Минск : ГИАЦ Министерства образования РБ, 2006. – 30 с.
 6. Концепция «Реализация принципа «равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях Республики Беларусь» // Социально-педагогическая работа. – 2010. – № 9. – С. 5–10.
 7. Аддиктивное поведение молодежи: профилактика и психотерапия зависимостей / под ред. Н. А. Залыгиной, Я. В. Обухова, В. А. Поликарпова. – Минск : Прописи, 2004. – 196 с.
 8. Ананенко, А. А. Право на счастье: предупреждение сексуальной эксплуатации детей / А. А. Ананенко. – Минск : Адукацыя і выхаванне, 2002. – 172 с.
 9. Веселовская, Н. В. Наркотики. Свойства, Действие, Фармакокинетика, Метаболизм : пособие для работников наркологических больниц, наркодиспансеров, химико-токсикологических и судебно-химических лабораторий / Н. В. Веселовская, А. Е. Коваленко. – М. : Триада-Х, 2000. — 196 с.
 10. Гусева, Н. А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами / Н. А. Гусева; под ред. Л. М. Шипициной. – Спб. : Речь, 2003. – 256 с.
 11. Добровольцы: Как их найти и как их удержать / под ред. Р. Кроу. – М. : Пед. Объед. «Радуга», 1994. – 51 с.
 12. Еникеева, Д. Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков / Д. Д. Еникеева. – М. : Изд. центр «Академия», 1999. – 144 с.
 13. Залыгина, Н. А. Использование технологии «равный обучает

- равного» в воспитательной работе со старшеклассниками / Н. А. Залыгина // Диалог. – 2013. – № 7. – С. 3–7.
14. Залыгина, Н. А. Внедрение подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования : метод. рекомендации для организаторов равного обучения / Н.А. Залыгина, А. С. Никончук. – Минск : Парадокс, 2012. – 51 с.
 15. Залыгина, Н. А., Калачевский, Г. В. Здоровье как ценность в системе воспитания // Здоровы лад жыцця. – 2009. – № 7. – С. 3–5.
 16. Как сохранить репродуктивное здоровье / сост. Е. М. Русакова и др. – Минск : Современная школа, 2008. – 136 с.
 17. Как организовать работу по предупреждению торговли людьми и минимизации ее коренных причин : учеб.-практ. пособие / под ред. Е. Г. Неструк. – Минск : Мисанта, 2010. – 216 с.
 18. Как уберечь подростка от наркотиков : метод. пособие по антинаркотической и антиалкогольной профилактике среди учащихся общеобразовательных школ / Отв. ред. Н. А. Залыгина. – Минск : РУМЦ, 2000. – 200 с.
 19. Кашлев, С.С. Технология интерактивного обучения / С. С. Кашлев. – Минск : Белорусский верасень, 2005. – 196 с.
 20. Краснова, С. В. Как справиться с компьютерной зависимостью / С. В. Краснова. – М. : Эксмо-Пресс, 2008. – 170 с.
 21. Кривцова, С. В. Тренинг : навыки конструктивного взаимодействия с подростками / С. В. Кривцова, Е. А. Мухаматулина. – М. : Генезис, 1997. – 191 с.
 22. Мартынова, В. В. Формирование ценностного отношения подростков к репродуктивному здоровью : пособие / В. В. Мартынова [и др.]. – Минск : Современная школа, 2007. – 168 с.
 23. Матыцина, И. Г. Мир коммуникативной игры : методические рекомендации для педагогов / И. Г. Матыцина. – 2-е изд., испр. и допол. – Брест : Изд-во БрГИПКиПРРиСО, 2008. – 49 с.
 24. Минова, М. Е. Педагогика детского и молодежного движения / М. Е. Минова : учеб.-метод. пособие / М. Е. Минова. – Минск : Акад. последиплом. образования, 2013. – 334 с.
 25. Минова, М. Е. Принцип «Равный обучает равного» в деятельности детского общественного объединения / М. Е. Минова // Дополнительное образование: опыт, состояние, перспективы развития : материалы междунар.

- научно-практической конференции, Минск, 19–20 октября 2011 г. / Нац. центр художественного творчества детей и молодежи ; Нац. ин-т образования ; Акад. последиплом. образования ; редкол. : Н.В. Васильченко (отв. ред.) [и др.].– Минск : Нац. центр художественного творчества детей и молодежи, 2011. – С. 255–260.
26. Минова, М. Е. Формирование нравственных ценностей учащихся в детских и молодежных объединениях / М. Е. Минова. – Минск : Нац. ин-т образования, 2009. – 152 с.
 27. Минова, М. Е. Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях: пособие для педагогов-консультантов по подготовке волонтеров-инструкторов / М. Е. Минова [и др.]. – Минск : Парадокс, 2012. – 110 с.
 28. Николаева, Л. П. Уроки профилактики наркомании в школе : пособие для учителя / Л. П. Николаева, Д. В. Колесов. – М.: Московский психолого-социальный ин-т. – 2000. – 64 с.
 29. Никончук, А. С. Группы в социально-педагогической работе: пособие /А. С. Никончук. – Минск : АПО. – 2009. – 130 с.
 30. Подготовка волонтеров для работы по профилактике ВИЧ-инфекции среди молодежи : пособие для тренеров / Авт.-сост. Б. Ю. Шапиро, Е. Б. Царапкина. – М. : Здоровая Россия, 2005. – 198 с.
 31. Подхвятилин, Н. В. Психокоррекционная профилактика подростковой наркозависимости : практическое руководство к проведению тренинга для школьных психологов, педагогов, социальных работников / Н. В. Подхвятилин. –М.: ТЦ Сфера, 2002. – 64 с.
 21. Селевко, Г.К. Воспитательные технологии / Г.К. Селевко. – М. : НИИ школьных технологий, 2005. – 320 с.
 32. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н. К. Смирнов. – М. : АРКТИ, 2003. – 272 с.
 33. Собкин, В. С. Подросток: виртуальная и социальная реальность: по материалам социологических исследований / В. С. Собкин, Ю.М. Евстигнеева. – М. : Центр социологии образования РАО, 2001. – 156 с.
 34. Собкин В., Евстигнеева Ю. Виртуальная атака / В. С. Собкин[идр.] // Первое сентября. – М.: 2001. – № 8. – 34–35 с.

35. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: учеб. пособие / под общ. ред. Н.В. Сократова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 224 с.
36. Тихомирова, О.К. Психология компьютеризации / О.К. Тихомирова. М., 2006. – 106 с.
37. Тренинг для тренеров. Практическое руководство / Фонд ООН в области Народонаселения и Программа «Молодежная образовательная сеть «равный равному» (Y-Peer). – 204 с.
38. Формирование здорового образа жизни: курс консультирования подростков и молодежи : пособие / под ред. Е. М. Русаковой. – Минск : Современная школа, 2007. – 200 с.

Литература для учащихся

1. Все в твоих руках : пособие для волонтеров программ по профилактике ВИЧ-СПИДа среди сверстников / авт.-сост. Б. Ю. Шапиро, Е. Б. Царапкина. – М. : Здоровая Россия, 2005. – 92 с.
2. Занятия по профилактике наркопотребления для учащихся 5–11 классов / Белорусско-украинско-молдавская программа по борьбе с незаконным оборотом и торговлей наркотическими средствами (БУМАД). – Минск : Белсэнс, 2009. – 40 с.
3. Знай, понимай, действуй : сб. практ. материалов для волонтеров, работающих с использованием принципа «равный обучает равного» по профилактике ВИЧ-инфекции / авт.-сост. Ю. В. Станкевич. – Минск, 2011. – 44 с.
4. Инфекции передающиеся половым путем / Авт.-сост. Е. Костюченко, О. Поддубная, Е. Родионова, Ю. Станкевич. – Минск : Представит. Христианского детского фонда в Республике Беларусь. – 25 с.
5. Книга для лидера. – Гомель : Центр научно технической и деловой информации, 2002. – 213 с.
6. Книга для подростка о здоровье и счастье / под ред.Н. А. Залыгиной, Ю. А. Маскалевич, О. С. Тишуровой. – Минск : Белпрофипринт, 2008. – 82 с.
7. Минова, М. Е.Равное обучение как фактор эффективной деятельности детского общественного объединения / М. Е. Минова // Пазашкольнае выхаванне. – 2011. – №5. – С. 3–7.
8. Минова, М. Е. Равный обучает равного в учреждениях общего среднего образования: модули для волонтеров-инструкторов по

проведению занятий для сверстников / М. Е. Минова [и др.]. – Минск : Парадокс, 2012. – 53 с.

9. Молодёжные и детские инициативы – опыт гражданственности : сб. материалов / под. ред. Н. М. Беляевой. – Минск : Пачатковая школа, 2008. – 144 с.

10. Стать лидером : сб. метод. материалов / сост. Н. В. Шишова, Г. В. Фими́на, Н. Г. Эрнепесова. – Минск, 2006. – 82 с.

11. Учение с увлечением : сб. практ. материалов по использованию интерактивных методик в учебно-воспитательном процессе. – Хабаровск : Винрок Интернешнл, 2006. – 228 с.

12. Эффективное лидерство: практ. пособие для организаторов интерактивных семинаров / сост. В. Н. Никонович, О. И. Свидерская. – Минск, 2006. – 74 с.

13. Я обучаю сверстника по проблеме ВИЧ/СПИД. – Минск : ОО «МОЦ «Фиальта», 2007. – 98 с.

14. Я обучаю сверстника по проблеме наркопотребления. – Минск : ОО «МОЦ «Фиальта», 2007. – 98 с.

15. Я хочу провести тренинг : пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и инфекций, передающихся половым путем. – 3-е изд. – М, 2006. – 201с.

2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПОДХОДА «РАВНЫЙ ОБУЧАЕТ РАВНОГО» В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

2.1. Теоретические основы равного обучения

Цель: расширение и углубление теоретических знаний по основам равного обучения.

Основные понятия

Подход «Равный обучает равного» – подход, когда молодые люди (волонтеры) проводят занятия со своими ровесниками по формированию здорового образа жизни

Здоровый образ жизни– образ жизни человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Сегодня национальным приоритетом нашего государства является здоровый и образованный человек. Поэтому задача формирования навыков здорового образа жизни (далее – ЗОЖ) у обучающихся была и остается наиболее актуальной образования в целом и равного обучения в частности.

Несмотря на высокий уровень информированности по проблемам табакокурения, употреблением алкоголя, наркотиков, ранним началом половой жизни и опасностью инфицирования ВИЧ, ИППП, нежелательной беременности эти проблемы остаются актуальными для молодежной среды. Все больше молодым людям присуще рискованное поведения в плане заражения ВИЧ, ИППП, наркопотребления и т. д.

Решение данных проблем может быть достигнуто путем обеспечения устойчивости функционирования системы формирования навыков здорового образа жизни среди подростков и молодежи через использование подхода «Равный обучает равного» (далее РОР) в учреждениях общего среднего образования и дополнительного образования детей и молодежи.

Этот подход, как правило, предполагает влияние членов определенной группы на других членов той же группы с целью добиться желаемых изменений в знаниях, отношениях и (в идеале) поведении последних.

В течение жизни человек добывает информацию из различных источников. Однако в определенных ситуациях он с большим доверием относится к сведениям, полученным от равного себе по какому-либо признаку (возрасту, социальному положению, схожей жизненной ситуации и т. п.). Именно этот механизм положен в основу подхода POP.

В подростковой и молодежной среде общение со сверстниками представляет собой очень важный канал необходимой информации, в том числе и той, которая в силу разных причин не сообщается взрослыми.

Вместе с тем подход POP ориентирован не столько на передачу знаний, сколько на формирование эмоционального отношения к определенным способам поведения, усвоение учащимися устойчивых образцов адаптивного поведения, а также готовности действовать конструктивно (в отношении собственного здоровья).

Любое поведение является выражением единства внешнего и внутреннего, мотива и результата, целей и средств, ценностей и жизни. Поступки могут проявляться в соответствующих настроениях, но в основном они предстают в виде культурно-регулируемого поведения, привычных и не подверженных рефлексии ценностей, образцов поведения или обычаев.

Теоретическое обоснование необходимости реализации подхода POP в обучении и воспитании связано с переходом от цели – «формирование определенного набора знаний» к более значимой цели – «формирование конструктивного типа поведения» на основе социальных установок, сформированных в результате общения со «значимыми другими» – авторитетными сверстниками.

Новой составляющей, возникающей в этом общении, является передача позитивного опыта равными по статусу, возрасту, интересам коммуникантами, что позволяет транслировать именно опыт, а не только определенный набор знаний в области ЗОЖ. В качестве коммуниканта выступает специально обученный тренер, равный или близкий по статусу и возрасту, имеющий позитивный опыт и авторитет. Это и будет волонтер-инструктор из числа молодых людей.

Включение волонтеров-инструкторов в структуру воспитательного взаимодействия с целью формирования здорового образа жизни у учащихся обосновано особенностями подросткового и юношеского общения, в котором мнение авторитетных сверстников становится более значимым, чем мнение социализирующих взрослых.

Волонтер-инструктор – учащийся, прошедший специальную подготовку, который передает знания и способствует формированию поведенческих установок и навыков в области ЗОЖ, путем проведения мероприятий применяя подход РОР.

Они доносят достоверную информацию, формируют отношение к проблеме и способам поведения в рискованных ситуациях путем интерактивных форм взаимодействия со своими сверстниками. Волонтеры-инструкторы – добровольцы из числа учащихся (14–18 лет), прошедшие специальную теоретическую и методическую подготовку, обучающие сверстников, равных по образовательному уровню, статусу подростков и молодых людей по вопросам здорового образа жизни и культуры поведения, применяя подход «Равный обучает равного».

Подготовку и сопровождение практической работы волонтеров-инструкторов со сверстниками в учреждениях образования должны осуществлять педагоги-консультанты, обладающие сформированными компетенциями в области равного обучения. В целях осуществления эффективной профессиональной деятельности по реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования педагоги-консультанты должны пройти соответствующую теоретическую и методическую подготовку.

Педагог-консультант – педагог, прошедший специальную теоретическую и методическую подготовку, осуществляющий обучение подростков, юношей и девушек по вопросам здорового образа жизни и культуры поведения применяя подход «Равный обучает равного».

Педагог-консультант несет ответственность за реализацию подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования, прошедший специальное обучение и получивший документ о повышении квалификации установленного образца. Педагог-консультант обучает волонтеров-консультантов и волонтеров – инструкторов, координирует и сопровождает деятельность по реализации данного подхода, осуществляет информационно-методи-

ческую организационную поддержку.

Программы, построенные на основе применения подхода «Равный обучает равного», носят неформальный характер, реализуются в привычной для молодежной среды атмосфере непринужденного общения. Отсутствие представителей старшего поколения позволяет участникам этих программ быть более откровенными, не беспокоиться о том, как их слова и поведение будут восприняты взрослыми.

В программах, основанных на данном подходе, используются интерактивные формы и методы обучения. Каждый может высказать свою точку зрения, задавать вопросы, обсуждать значимые проблемы. Происходит не только распространение информации по определенной теме, но и взаимное обогащение опытом, выработка новых моделей поведения. В то же время молодые люди развивают навыки плодотворного социального взаимодействия.

Для самих же волонтеров-инструкторов такой подход дает возможность выработать либо развить качества и навыки, необходимые человеку как в личностном, так и социальном аспектах; реализовать потребность в самоутверждении, признании окружающих, самостоятельной общественной деятельности; участвовать в решении актуальных проблем.

Положительный эффект программ, построенных с применением подхода «Равный обучает равного», на этом не ограничивается. Благодаря такому подходу общество приобретает активных, компетентных граждан, осознающих необходимость собственного участия в решении социальных проблем и готовых к реальной общественно полезной деятельности. Самоутверждение и самореализация молодых людей осуществляется социально приемлемым способом. Работа волонтеров-инструкторов по распространению информации, посвященной той или иной теме, среди сверстников вносит реальный, осязаемый вклад в решение соответствующей проблемы. Использование подхода «Равный обучает равного» позволяет охватить большое количество людей с привлечением минимальных ресурсов. Взрослые же имеют возможность распространить через волонтеров-инструкторов идеи, которые были бы восприняты молодежью с меньшей вероятностью, если бы исходили непосредственно от взрослых.

Теоретической основой реализации подхода РОР в образовательном процессе являются познавательные-поведенческие теории, прежде всего теория деятельности, концепция социального влия-

ния, диспозиционная теория личности, гуманистическая теория воспитания.

Социально-когнитивная теория утверждает, что люди моделируют свое поведение, подражая поведению других, и что некоторые из них (более значимые, чем другие) способны добиться изменения поведения определенных индивидуумов, влияя на их систему ценностей и установок (А. Бандура, 1986).

Теория рационального действия утверждает, что одним из элементов, наиболее сильно влияющих на изменение поведения, является восприятие индивидуумом социальных норм или установок тех людей, мнение которых для него важно (Фишбейн и Айзен, 1975).

Воспитательное взаимодействие, соответствующее принципам утвердившейся в отечественной педагогике гуманистической теории воспитания, предполагает изменение статуса учащегося. Он становится полноценным субъектом взаимодействия, усиливается его роль, повышается активность в приобретении знаний и навыков, формировании социальных установок.

Основное внимание в диспозиционной теории личности уделяется не только процессу передачи знаний, а формированию социальных установок личности, формированию адаптивных и изменению неадаптивных форм поведения.

Подход «Равный обучает равного» – дополнение к традиционным формам образования. Функции, обычно принадлежащие взрослым, передаются молодым людям. В результате срабатывает эффект новизны и неожиданности.

Использование подхода «Равный обучает равного» позволяет упорядочить процесс получения и усвоения информации, которая отличается особой достоверностью. Кроме того, молодые люди общаются друг с другом на «одном языке», что делает информацию более доступной и принимаемой, а процесс воспитания более эффективным.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, мозговой штурм, дискуссия, работа в группах, игровые, интерактивные, рефлексивные методы, задания и упражнения.

Упражнение «Термины и определения»

Цель: знакомство с новыми терминами по теме занятия и их

определениями.

Необходимые материалы: карточки с терминами и их определениями.

Ход работы. Участникам раздаются два вида карточек: на одних распечатаны термины, а на других – определения к ним. Каждый термин и определение располагаются на отдельной карточке. Необходимо соотнести карточки с терминами с карточками, в которых даны к ним определения.

Можно задание усложнить, внося элемент соревнования. Для этого надо разделить участников на группы, поставив условием выполнение задания на скорость, когда побеждает та группа, которая первая правильно соотнесет карточки.

Рекомендуемая литература

1. Внедрение подхода «Равный обучает равного» в учреждения общего среднего образования / Н.А. Залыгина. – Минск : Бестпринт, 2014. – 78 с.
2. Минова, М. Е. Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях : пособие для педагогов-консультантов / М.Е. Минова [и др.]. – Минск : Парадокс, 2012. – 110 с.
3. Минова, М. Е. Учебно-методический комплекс «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования : в 4 ч. / разработ. : М.Е. Минова, Е.Ф. Михалевич ; ГУО «Академия последипломного образования». – Минск: АПО, 2014. – Ч. 3. – 166 с.
4. Минова, М. Е. Учебно-методический комплекс «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования : в 4 ч. / разработ. : М.Е. Минова, Е.Ф. Михалевич ; ГУО «Академия последипломного образования». – Минск: АПО, 2014. – Ч. 4. – 138 с.
5. Михалевич, Е.Ф. Реализация подхода «Равный обучает равного» как условие формирования ответственного поведения учащихся / Е.Ф. Михалевич // Педагогическое взаимодействие в системе отдыха и оздоровления детей и молодежи: роль и место воспитательно-оздоровительных учреждений образования в обеспечении преемственности и непрерывности воспитания :

материалы V Международной научно-практической конференции.
– НДЦ Зубренок. – 2014.

2.2. Нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования

Цель: расширение и углубление теоретических знаний по нормативным правовым основам реализации подхода «равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования.

Основные понятия

Нормативные правовые основы реализации подхода «равный обучает равного» – совокупность законодательных актов, нормативных правовых документов, регламентирующих реализацию подхода «равный обучает равного», содержащих принципы, нормы и правила осуществления равного обучения.

Стандарт – документ, устанавливающий требования, руководящие принципы или характеристики, в соответствии с которыми могут использоваться материалы, процессы и услуги, которые подходят для этих целей.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Внедрение подхода «Равный обучает равного» в образовательную практику учреждений образования, его комплексная реализация требует приведения имеющейся практики равного обучения к стандартам, которые признаны всеми структурами, его осуществляющими. Создание системы равного обучения в учреждениях без стандартизации немыслимо. Однако применение стандартов должно осуществляться гибким способом и учитывать контекст программы и специфику условий осуществления подхода. В таком случае применение стандартов принесет больше преимуществ, чем недостатков. Такая стандартизация не должна ограничивать инициативу на местах и творческий потенциал программ равного обучения, поскольку стандарты касаются самых общих и принципиальных его характеристик.

Стандарты предусматривают следующие общие требования к

равному обучению.

1. Образование с применением подхода РОР осуществляется в рамках программ формирования репродуктивного здоровья, здорового образа жизни в целом. На сегодняшний день рамки подхода расширяются и содержание программ выходит за пределы здорового образа жизни. В программы равного обучения включена тематика формирования гендерной и правовой культуры, профилактики насилия в молодежной среде и т. д.

2. В реализацию подхода РОР в учреждениях образования в обязательном порядке включаются сообщества. Равное обучение не замыкается рамками учреждения образования. В значительной мере данное обучение реализуется негосударственными общественными молодежными объединениями. Образование как важнейший социализирующий институт и, в частности, учреждения общего среднего образования, учреждения дополнительного образования детей и молодежи в продвижении подхода РОР используют ресурсы НГО, профессиональных сообществ (медицинских работников, специалистов в области права и др.).

3. Все программы, реализующие подход РОР, учитывают социокультурную специфику в работе с учащимися (этническую, поселенческую, гендерную, а также специфику субкультуры подростковых и молодежных сообществ и групп).

4. Учет гендерной специфики не только в содержании программ, но и в способах осуществления равного обучения, обеспечение гендерного паритета в подготовке волонтеров (нельзя допускать, чтобы в качестве тренеров-волонтеров были подготовлены исключительно девушки, проявляющие в учреждениях образования более высокую, чем юноши, активность и позитивную направленность поведения).

5. Все программы равного обучения формирующие. Они предполагают, что определенная часть подростков и молодежи в процессе освоения роли тренеров-волонтеров приобретает помимо знаний значительный жизненный опыт, лидерские и коммуникативные качества, расширяем и укрепляем свои социальные сети.

6. Обязательное включение учащихся в реализацию равного обучения в учреждениях образования на всех его этапах: планирования, проведения мероприятий, продвижения и распространения, мониторинга и оценки.

7. Все участвующие в системе равного обучения придержи-

ваются Этического кодекса работающих в системе подхода «равный равным») [Стандарты для программ: образование с применением подхода «равный равному». Фонд ООН в области народонаселения и программа «Молодежная образовательная сеть «равный равному» (Y-Peer), Arlington, 2005. С. 71–751.

8. Программы POP – это программы косвенного контроля социального поведения учащихся и управления важнейшим направлением воспитательной работы в системе образования.

9. Образование с применением подхода POP – составная часть дополнительного образования, внеурочной и внеучебной воспитательной работы.

10. Требования учета специфических возрастных особенностей подросткового и юношеского возраста с перспективой развития социальных новообразований личности, соответствующих возрасту.

Стандарты POP обеспечивают:

- сопоставимость достигнутых результатов равного обучения в различных учреждениях образования;

- унификацию методик, возможность обмена методиками и методической работы по совершенствованию равного обучения;

- возможность предъявления единых требований в процессе управления и контроля за реализацией программ равного обучения;

- обоснованное планирование и продвижение программ, включение их в планы воспитательной работы, в том числе в реализацию ресурсов шестого школьного дня;

- возможность аккумулировать средства и ресурсы для осуществления мероприятий.

Стандарты равного обучения являются эталонами для идентификации программ: определяют, действительно ли программы относятся к обучению с применением подхода «Равный обучает равного» или это иные информационно-просветительские программы.

Основные принципы, закрепленные в международных стандартах равного обучения:

1. Подростки, юноши и девушки участвуют в разработке и реализации программ равного обучения на всех этапах. Это условие подразумевает, что они вовлечены во все аспекты программы: в целеполагание, определение содержания, планирование, выбор средств, методов и форм, реализацию, мониторинг и оценку эффективности. При этом подростки, юноши и девушки признаются

в качестве равных и основных субъектов взаимодействия.

II. Педагог должен понимать и принимать ценности субкультуры подростков, юношества. Это условие предполагает приоритетное значение ценностей подростковой, юношеской субкультуры в процессе равного обучения, а также нравственную позицию педагога по отношению к участникам. Педагог должен стремиться понимать ценности, интересы и потребности подростков, юношей и девушек (значимость общения со сверстниками, любви, романтики, игры, поиска смысла жизни и др.). В процессе равного обучения должны уважаться права большинства и меньшинства, а также мнения каждого участника.

III. Планирование и реализация программ равного обучения должны проводиться с учетом гендерных особенностей подростков, юношей и девушек. Программы, методики и конкретные мероприятия равного обучения должны учитывать общепризнанные нормы гендерных взаимоотношений и предоставлять равные возможности для участия, самореализации и взаимодействия для юношей и девушек с акцентом на понимание специфики гендерных взаимоотношений.

IV. Равное обучение должно обеспечивать отсутствие дискриминации по половому признаку. Равное обучение не допускает дискриминации по отношению к сексуальной стороне жизни человека и его гендерному самосознанию.

V. Учет возрастных особенностей подростков, юношества. Цели, содержание, средства, методы и формы равного обучения должны соответствовать возрастным особенностям, интересам и потребностям подростков, юношества.

VI. Моральный кодекс равного обучения. В процессе разработки и реализации программ и методик равного обучения необходимо учитывать определенные нравственные требования, которые в совокупности и составляют моральный кодекс.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, мозговой штурм, дискуссия, работа в группах, игровые, интерактивные, рефлексивные методы, задания и упражнения.

Упражнение «Новый материал»

Цель: усвоение и закрепление нового материала по теме занятия.

Необходимые материалы: листы с распечатанными разделами теоретического материала, ручки, карандаши.

Ход работы. Заранее распечатывается новый теоретический материал, который разделен на смысловые части. Участники делятся на малые группы по количеству смысловых частей. Обычно лучше организовать такое количество групп, чтобы в них было по 2–4 человека. Все группы получают одну смысловую часть материала и самостоятельно ее изучают (около 10 минут). После чего представители каждой группы по очереди объясняет свой изученный материал для всех участников занятия.

Рекомендуемая литература

1. Внедрение подхода «Равный обучает равного» в учреждения общего среднего образования / Н.А. Залыгина. – Минск : Бестпринт, 2014. – 78 с.
2. Стандарты для программ: образование с применением подхода «равный равному». Фонд ООН в области народонаселения и программа «Молодежная образовательная сеть «равный равному» (Y-Peer), Arlington, – 2005. с. 71 -751
3. Минова, М.Е. Учебно-методический комплекс «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования : в 4 ч. /разраб. : М.Е. Минова, Е.Ф. Михалевич ; ГУО «Академия последипломного образования». – Минск: АПО, 2014. – Ч. 3. – 166 с.

2.3. Нравственный кодекс, права и обязанности волонтеров равного обучения

Цель: расширение и углубление теоретических знаний в области нравственного кодекса, прав и обязанностей волонтера равного обучения.

Основные понятия

Нравственный (этический) кодекс– система принципов и правил, определяющих поведение членов определенного сообщества,

выражающих понимание достойного поведения в соответствии с нравственными, этическими принципами данного сообщества.

Права волонтеров равного обучения – то, что гарантировано дается волонтерам равного обучения.

Обязанности волонтеров равного обучения – то, что волонтеры равного обучения гарантируют дать в своей деятельности.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Нравственный (этический) кодекс тренеров, работающих в системеподхода «равный равному» включает следующие принципы и нормы равного обучения.

1. Уважать, продвигать и защищать права человека

Реализация принципа включает уважение к правам человека как неотъемлемой части любых программ, реализующих подход «равный – равному». Необходимо тщательно идентифицировать вопросы прав человека, которые касаются каждой программы, гарантировать соблюдение прав человека всеми участниками программы и всеми вовлеченными в нее сторонами. Следует определить приоритеты прав человека, которые наиболее тесно связаны с реализацией программы и соотнести их с конкретными условиями ее реализации.

2. Обеспечить учет культурных особенностей

Учет культурных особенностей потенциальных клиентов программы, в рамках которой реализуется подход «равный обучает равного», отсутствие культурной дискриминации и обеспечение равенства участия. Тренеры и консультанты должны уважать разнообразие культур, расы, языка, поселенческие культурные особенности участников программ.

3. Умножать разнообразие мнений

Обсуждать различия. Обеспечить разнообразие в риторике, схемах, приемах и формах обучения (передаче опыта). Демонстрировать стремление к разнообразию в рамках подхода.

4. Продвигать гендерное равенство и справедливость

Программы, реализующие принцип «равный равному», ставят цель обеспечения гендерного равенства и равного участия, а также возможности учета гендерной специфики в ходе обучения. Гендерный

компонент присутствует по всех направлениях программ: управление, укомплектование персоналом, обучение, контроль, проводимые сверстниками мероприятия, возможность лидерства и роста.

5. Гарантировать и охранять конфиденциальность

Волонтеры равного обучения гарантируют неразглашение личной информации и высказываний участников программы, умеют обеспечивать конфиденциальность. Практика соблюдения конфиденциальности закрепляется в ходе обучения волонтеров-тренеров: разрабатывается система четко сформулированных предупреждений и санкций. Четко определяются различия между сохранением тайны информации и необходимости доведения информации о критических событиях до определенного программой штата консультантов-педагогов.

6. Обеспечить формирование ценностей, а не навязывать их

Прилагаются усилия для того, чтобы связать индивидуальные ценности участников с ценностями самой программы. Однаколические ценности одного человека не должны быть навязаны другому. Самоопределение в ценностях волонтеров-тренеров демонстрируется в качестве позитивного варианта смысложизненного самоопределения. В то же время предполагается, что работать необходимо с любым молодым человеком, если его ценности не нарушают основные права человека и этические нормы.

7. Избегать неприятных ситуаций личного характера, делится личными проблемами с психолого-педагогическим штатом программы

Волонтеры, работающие в рамках подхода «равный – равному» должны быть принципиальными в отношении собственных жизненных ситуаций, однако не обязаны рассказывать о своем негативном опыте или проблемах в той или иной сфере. Они говорят о жизненном опыте, не раскрываясь сверх самостоятельно установленной меры. Жизненный опыт тренера не подается как идеальный образец, однако, тренер-волонтер способен его анализировать, признавать ошибки, демонстрировать достижения.

Чем больше тренер говорит о себе, тем меньше времени остается участникам группы на собственные размышления. Каждый тренер должен ориентироваться на следующее: «моя цель не в том, чтобы

рассказать вам о себе, я должен помочь вам думать самостоятельно».

8. Опирайтесь на самую последнюю, точную и беспристрастную информацию

Обеспечение распространения научно-методической, статистической, нормативно-правовой, медицинской, социальной, психолого-педагогической и иной информации. Избегать использования информации из непроверенных и необъективных источников, а также источников, которые продвигают цели, не соответствующие программе.

9. Знать о личных недостатках и о том, как поведение влияет на сверстников

Проведение волонтерами-инструкторами обучающих занятий со сверстниками помогает им осознать собственные проблемы и справиться с ними. Не следует переоценивать своих полномочий и возможностей в рамках равного обучения: волонтер не может решить многие проблемы, связанные со здоровьем и личностными особенностями подростков и молодых людей. Волонтер может помочь только частично (советом, личным примером и т. д.), все остальное зависит от самого молодого человека и обстоятельств.

10. Избегать злоупотребления своим положением в работе со сверстниками

Воздерживаться от использования своего положения в целях самоутверждения за счет низкой оценки жизненных достижений тех, с кем приходится работать. Прислушиваться к оценкам и наблюдениям группы относительно реализации собственных тренерских полномочий.

Деятельность волонтера основана на принципе добровольности, поэтому он должен действовать по собственному желанию, а не по принуждению. Труд волонтера не оплачивается, он должен быть готов работать бесплатно. Компенсации подлежат только расходы волонтера, связанные с его деятельностью.

В своей деятельности волонтер должен стремиться овладеть различными дополнительными навыками и знаниями для оказания более качественной помощи нуждающимся людям. Для этого он должен посещать различные семинары и тренинги. Волонтер имеет право выбирать для себя тот вид деятельности, ту тематику, которая ему более интересна.

Волонтер имеет право высказывать свое мнение относительно деятельности волонтерского движения, предлагать или делать замечания в ходе проведения мероприятий.

Волонтер обязан стремиться выполнять возложенные на него задачи. Но если у волонтера имеются уважительные причины, он может отказаться выполнять возложенные на него обязанности.

Добровольный помощник, состоящий в волонтерском отряде, обязан уважительно относиться к другим членам команды.

Вся волонтерская деятельность осуществляется только в рамках действующего законодательства

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, мозговой штурм, дискуссия, работа в группах, игровые, интерактивные, рефлексивные методы, задания и упражнения.

Упражнение «4 угла»

Цель: усвоение и закрепление нового материала по разным темам подготовки волонтеров.

Необходимые материалы: карточки с вариантами ответов на вопросы.

Ход работы. Педагог развешивает в четырех углах аудитории заранее подготовленные карточки с вариантами ответов на вопросы (один вопрос – четыре варианта ответа), которые будут заданы в ходе упражнения. Озвучивая каждый вопрос, он предлагает участникам подойти к тому варианту ответа, который, на их взгляд, будет наиболее правильным. После того как все участники займут свою позицию, проводится обсуждение выбранных вариантов. (Те, кто сделал правильный выбор, опрашиваются в последнюю очередь). После проведения необходимо обсудить упражнение.

Рекомендуемая литература

1. Внедрение подхода «Равный обучает равного» в учреждения общего среднего образования / Н.А. Залыгина. – Минск : Бестпринт, 2014. – 78 с.
2. Стандарты для программ: образование по принципу «равный равному» / Фонд ООН в области Народонаселения и Программа «Молодежная образовательная сеть «равный равному»

(Y-Peer), – Arlington, – 2005.)

3. Минова, М. Е. Учебно-методический комплекс «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования : в 4 ч. / разработ. : М.Е. Минова, Е.Ф. Михалевич ; ГУО «Академия последиplomного образования». – Минск: АПО, 2014. – Ч. 3. – 166 с.
4. Минова, М.Е. Учебно-методический комплекс «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования : в 4 ч. / разработ. : М.Е. Минова, Е.Ф. Михалевич ; ГУО «Академия последиplomного образования». – Минск: АПО, 2014. – Ч. 4. – 138с.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПОДХОДА «РАВНЫЙ ОБУЧАЕТ РАВНОГО» В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

3.1. Планирование и организация равного обучения в учреждении образования

Цель: приобретение теоретических знаний и развитие практических умений волонтеров по планированию и организации равного обучения в учреждении образования.

Основные понятия

План – ряд предварительно обдуманных действий, мероприятий, объединённых последовательно для достижения цели с возможными сроками выполнения.

Планреализации подхода «равный обучает равного» в учреждении образования – это совокупность последовательно осуществляемых действий, мероприятий по реализации целей и задач равного обучения.

Организация равного обучения – деятельность педагога-консультанта (или педагогов) и волонтеров, а также администрации, педагогического и ученического коллективов, родителей, по

осуществлению равного обучения.

Одно из занятий по подготовке волонтеров должно быть посвящено планированию равного обучения в целом, а также составлению и реализации плана волонтерской деятельности со сверстниками в частности. В процессе проведения занятия по планированию педагог информирует волонтеров о плане реализации подхода «равный обучает равного» в учреждении образования, организует обсуждение его разделов, проблем и перспектив его реализации.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

В процессе обучения волонтеров основам составления и реализации планов равного обучения педагог должен учитывать существующие принципы планирования:

- целенаправленность плана;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей участников равного обучения;
- непрерывность, преемственность, систематичность, последовательность запланированных мероприятий;
- реальность;
- разнообразие содержания, направлений, форм и методов;
- творческий подход.

Планирование деятельности волонтеров включает разработку плана реализации подхода «равный обучает равного» в учреждении образования, планирование самостоятельной работы волонтеров, а также составление волонтерами плана конкретного обучающего занятия со сверстниками.

Разработка плана реализации подхода «равный обучает равного» в учреждении образования осуществляется в процессе сотрудничества заинтересованных участников равного обучения: педагогов, волонтеров, целевых групп подростков и молодых людей, родителей. При разработке плана нужно, прежде всего, учитывать интересы волонтеров и участников равного обучения (подростков, молодых людей). Педагог и волонтеры должны познакомить с проектом плана участников равного обучения, обсудить его разделы и учесть все возможные замечания и предложения. Необходимо организовать «открытое» обсуждение, диалог и дискуссию. План должен быть известен, доступен, открыт для обсуждения, размещен на сайте,

стендах учреждения образования, в СМИ и т. д.

Планирование работы волонтеров со сверстниками осуществляется волонтерами и педагогом-консультантом равного обучения. Планирование работы предусматривает определение тематики и количества обучающих занятий волонтеров со сверстниками. Волонтеры могут проводить занятия по одной или нескольким (всем) темам, определенным в учебной программе факультативных занятий «Подготовка волонтеров к реализации подхода «равный обучает равного». Выбор волонтерами темы или нескольких тем зависит от их мотиваций и уровня подготовки. Количество занятий по равному обучению не регламентировано. Оно зависит от потребностей волонтеров и участников равного обучения, а также от условий учреждения образования.

Волонтеры могут и должны самостоятельно составлять планы. В процессе планирования волонтеры играют «главную роль», а педагог выступает в роли консультанта, авторитетного товарища. Иногда целесообразно привлекать экспертов: психологов, педагогов социальных, работников медицинских учреждений, правоохранительных органов и др.

План обучающего занятия – целостная совокупность содержания и действий, направленных на достижение цели и задач занятия. План включает основные составляющие: название, цель, задачи, содержание (направления деятельности), средства (оборудование и материалы), методы и формы, организационные условия (сроки, место и время проведения, участники).

Занятие должно включать теоретическую часть (информацию по теме, которая транслируется в форме мини-лекции, информационных материалов, презентаций) и практическую часть (самостоятельную работу участников над решением задач, отработку умений, групповую деятельность, выполнение заданий, упражнений). Практическая часть должна быть большей по объему, т. к. организация равного обучения предполагает освоение знаний, развитие умений и навыков на практике.

Рассмотрим вышеназванные компоненты. *Название занятия* формулируется в зависимости от цели и содержания занятия. Название отражает тематику равного обучения: ценности здоровья и здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения, гендерной культуры и т. д.

Цель – это конечный результат, на который преднамеренно направлен весь процесс проведения занятия.

Задачи занятия представляют собой конкретные части цели, которые предстоит реализовать, направления деятельности (действия) по достижению цели.

Содержание занятия представляет собой систему ценностей равного обучения. Ценности воплощаются в теоретических (информации) и методических компонентах занятия.

Спектр направлений деятельности широк: организация коммуникации и знакомство, выяснение ожиданий участников, непосредственное общение с участниками, информирование по теме занятия, обсуждение реальных проблем и поиск способов их решения, работа в группах над решением задач, выполнением заданий и упражнений, подведение итогов и рефлексия и т. д.

Средства, необходимые для проведения занятия, включают **помещение, оборудование и материалы**.

Помещение должно быть достаточно просторным для работы в нескольких группах. Желательно, чтобы столы и стулья в нем свободно передвигались. Группа должна сидеть так, чтобы каждый ее член был виден и слышен всем.

Техническое оборудование (проекторы, компьютеры, телевизоры, приборы и т. д.), как правило, для проведения занятия не требуется. Для представления информации достаточно стены, пола и учебной доски.

Материалы: листы бумаги разного формата, ручки, карандаши, маркеры, ножницы, скотч, раздаточные материалы для творческих заданий, игр, упражнений (если они включены в программу занятия).

Методы и формы – это конкретные пути и способы достижения цели, решения задач. В равном обучении используются интерактивные, активные и игровые методы и формы. Методы и формы реализуются в комплексе с учетом их предназначения, а также алгоритма проведения занятия.

Организационные условия – это те условия, которые необходимы для проведения занятия. Они включают дату и время проведения, место проведения, количество участников, ресурсное обеспечение и т. д.

План отражает цель, задачи, содержание, методы, формы, организационные условия проведения занятия. План занятия может

быть оформлен в виде плана-конспекта, сценария, методической разработки. Как правило, план занятия включает три основные части: вступительную, основную и заключительную.

Вступительная часть включает вступительное слово, определение темы, цели и задач занятия, знакомство и/или приветствие участников, создание благоприятной атмосферы и организацию коммуникации.

Основная часть включает основные направления, индивидуальные и групповые методы и формы деятельности волонтеров и участников по достижению цели и решению задач занятия. Основная часть занятия определенным образом структурируется, чтобы информационные разделы (мини-лекции, информирование участников по теме занятия) сочетались с самостоятельной деятельностью участников, групповыми и индивидуальными, интерактивными и активными методами и формами работы. Информация должна не просто передаваться, но активно обсуждаться и осваиваться в практической деятельности.

Заключительная часть предназначена для подведения итогов, оценки занятия и его компонентов, рефлексии состоявшегося взаимодействия.

В плане занятия в рамках каждой из частей прописываются содержание, методы, формы, организационные принципы и условия деятельности волонтеров и участников. Начинающим волонтерам целесообразно разрабатывать подробные планы занятий в форме сценария.

Рассмотрим алгоритм планирования занятия как последовательность действий волонтера по созданию плана занятия. **Алгоритм планирования занятия** включает: формулировку целей и задач занятия; определение содержания и организационных условий; подбор средств, методов, форм; определение критериев и показателей эффективности.

Формулировка целей и задач занятия

Существуют два основных вида постановки и формулировки цели: прямая и опосредованная. В первом случае сначала ставится цель, затем определяются способы её достижения. Во втором случае цель ставится и формулируется в зависимости от средств и условий ее достижения.

Основные требования к формулировке цели занятия: реальность и достижимость в рамках конкретного занятия; предвидение итогового

результата занятия (цель ориентирована на результат).

Основные требования к формулировке задач занятия: конкретность, реальность, определенность по срокам, месту и времени реализации. Задачи занятия должны оцениваться и диагностироваться, т. е. они должны быть измеримыми.

Определение содержания и организационных условий проведения занятия. *Содержание занятия* определяется в зависимости от его цели, задач, темы. Содержание занятия включает информацию по теме занятия, которая подбирается для решения каждой задачи, но направлена в конечном итоге для достижения цели. Не стоит подбирать и затем транслировать слишком много информации, т.к. это усложняет восприятие ее участниками. Информацию для занятия целесообразно получать от самих участников в ходе его проведения, т. к. равное обучение ориентируется на знания и опыт участников, на информацию о проблемах подростков и молодежи.

Организационные условия включают ресурсное обеспечение занятия (помещение, оборудование, информационные ресурсы); сроки и продолжительность (дату и время проведения); количество и характеристики участников занятия (возраст, пол, интересы, потребности, знания, умения). Волонтеры планируют занятие с учетом имеющихся ресурсов. Особенно важным организационным условием является количество и характеристики участников занятия. Количество и характеристики участников влияют на определение содержания, подбор методов и форм проведения занятия.

Подбор средств, методов, форм проведения занятия подразумевает определение оптимальной системы действий, направленных на достижение цели занятия и решение каждой из поставленных задач. Главный принцип подбора: метод не ради метода, а для достижения цели. Волонтер может использовать разработанные и описанные в литературе по равному обучению методы и формы и/или разработать новые. В комплексе методов и форм должны быть представлены методы и формы интерактивного взаимодействия, групповой работы, рефлексивной деятельности.

Определение критериев и показателей эффективности проведения занятия. Критерий – признак, на основании которого производится оценка. Определяя критерии эффективности проведения занятия, необходимо подумать, на основании чего можно будет их в итоге оценить. Выделенные основания и станут критериями, они

должны соответствовать выбранным целям и задачам занятия.

Показатель можно определить как частный признак критерия. Об эффективности проведенного занятия можно судить по количественным показателям (количество активных участников, количество удовлетворенных занятием участников, количество выполненных заданий, упражнений и др.); показателям динамики развития знаний, умений и навыков личности (не умел – научился, не знал – узнал, не имел – приобрел и т. п.); качеству и характеру продуктов индивидуальной и групповой творческой деятельности (ответов, разработок, рисунков и др.); показателям социальной адаптации личности (снижение риска асоциальных явлений, повышение уровня социальной успешности и инициативности участников, активность); показателям общественного мнения (популярность занятия, социально-профилактический эффект, заинтересованность партнеров, отклик в средствах массовой информации); технологическим показателям (уровень организации в целом и отдельных частей занятия, четкость и эффективность управления, организационная культура участников); экономическим показателям (соотношение затрат с социально-педагогическим эффектом, привлечение дополнительных материально-технических ресурсов) и т. д.

Организация равного обучения в учреждении образования направлена на достижение целей и решение задач с помощью эффективных методов и форм, с учетом социально-педагогических условий конкретного учреждения образования. Рассмотрим **организационные принципы**, способствующие эффективной организации равного обучения.

Принцип динамического равновесия в равном обучении выступает как обязательное условие его эффективной организации. Он требует: а) оптимального соотношения между элементами системы равного обучения (целями, задачами, содержанием, методами, формами), а также между субъектами (педагогом-консультантом, волонтерами, участниками равного обучения, партнерами); б) оптимального соответствия между устойчивостью и изменчивостью (традициями и инновациями), самоорганизацией и управлением (сочетание педагогического руководства и молодежного самоуправления); в) оптимального взаимодействия субъектов равного обучения с внешней средой (администрацией и педагогами учреждения образования, учащимися, родителями, представителями

социума, общественными объединениями и т. д.).

Принцип рационализации в равном обучении. Деятельность всех субъектов равного обучения должна быть рациональной. Рационализация основывается на совершенствовании управления, обеспечивающего максимально возможный уровень эффективности деятельности субъектов равного обучения при существующих в данный момент условиях учреждения образования и его социального окружения. **Рационализация равного обучения** – это процесс, обеспечивающий улучшенное и качественное состояние и перспективное развитие равного обучения за счет четкой организации педагогической и волонтерской деятельности, путем использования новейших достижений в области неформального образования, интерактивных методов и форм образования подростков и молодежи. Организационное совершенствование равного обучения неразрывно связано с улучшениями условий педагогической и волонтерской деятельности субъектов равного обучения и творческим подходом к решению поставленных задач.

Принцип вариативности и сменяемости в равном обучении. Согласно этому принципу педагоги-консультанты, волонтеры и другие участники равного обучения могут выбирать направления, методы и формы деятельности по реализации подхода «равный обучает равного», а также изменить свой статус (например, от участника обучающих занятий до волонтера, от педагога-консультанта до педагога-тренера, преподавателя, осуществляющего подготовку педагогов-консультантов равного обучения).

Принцип самоуправления и самодеятельности в равном обучении. Субъект равного обучения (педагог, волонтер и др.) участвует в принятии и реализации решений, несет персональную ответственность за осуществление целей, имеет возможность располагать всеми возможными ресурсами. Коллективные органы управления занимают морально-правовую позицию по отношению к каждому участнику равного обучения, которая выражается в признании прав и уважении достоинства личности, в ответственности за реализацию общих целей, открытости и доступности информации, выборности и подотчетности органов управления. Морально-правовая позиция проявляется в процессе принятия решений, когда защищаются права меньшинства (отдельного члена), которому предоставляется возможность свободно выразить свое мнение, реализовать свою

инициативу. Морально-правовая позиция всех субъектов управления реализуется посредством демократических норм и процедур (аргументирования, дебатов, голосования, компромисса, консенсуса).

Принцип стабилизации в равном обучении. Стремление к стабилизации (максимальному продлению) наиболее эффективных составляющих равного обучения. Этот принцип предполагает, что в процессе равного обучения эффективные направления, средства, методы и формы становятся стабильными, традиционными, т. е. они проводятся регулярно и систематически. Стабилизация проявляется в процессе подготовки педагогом-консультантом волонтеров. Этому способствует системная организация подготовки волонтеров на основе программы факультативных занятий или четко определенного плана подготовки. Принцип стабилизации находит свое отражение в системе самостоятельной практической деятельности волонтеров со сверстниками. Принцип стабилизации равного обучения предусматривает, что подготовленные и мотивированные волонтеры эффективно проводят занятия со сверстниками с учетом их потребностей и интересов, достигая поставленных целей, решая задачи на основе ценностей равного обучения.

Принцип адаптации в равном обучении. Адаптивный характер равного обучения обусловлен ориентацией на интересы и потребности, проблемы и достижения всех его субъектов. В соответствии с этим принципом содержание, методы и формы равного обучения определяются и реализуются с учетом интересов и потребностей участников, социально-педагогических условий реализации подхода «равный обучает равного» в учреждении образования. Так, например, если участники равного обучения заинтересованы в конкретных темах обучающих занятий, то целесообразно организовать и проводить занятия именно по этим темам. Если практика и опыт волонтерской деятельности показывают эффективность тех или иных методов и форм равного обучения, то целесообразно использовать именно эти методы и формы. Если в процессе равного обучения выявляются организационные проблемы, то необходимо организовать деятельность по их решению.

Организация самостоятельной работы волонтеров со сверстниками – важный этап деятельности как педагога-консультанта, так и волонтеров. Необходимо четко определить все организационные моменты и условия: место и время проведения занятий, возможный

состав участников (их возраст, статус, интересы, мотивацию участия, реальные возможности и т. д.), а также содержание, методы и формы проведения конкретного занятия.

Педагог-консультант может и должен оказывать необходимую помощь волонтерам в процессе организации как каждого конкретного занятия, так и самостоятельной деятельности в целом.

Эффективное планирование и организация равного обучения способствует достижению его целей, решению задач, а также саморазвитию и самосовершенствованию всех его участников.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, работа в группах, учебная деловая игра, ролевая игра, рефлексивные методы, задания и упражнения.

Учебная деловая игра

Цель: развивать у волонтеров умения и навыки планирования обучающего занятия по равному обучению.

Необходимые материалы: листы бумаги, маркеры, ручки.

Ход работы. Педагог проводит мини-лекцию (и/или презентацию теоретической и практической информации) о планировании и организации равного обучения, сообщает сведения о структуре и компонентах плана занятия. Он предлагает волонтерам самостоятельно разработать план занятия по одной из тем, определенных в программе факультативных занятий. Разработка проектов планов осуществляется в процессе работы в группах.

Волонтеры делятся на несколько малых групп. Малые группы получают задания – разработать план по конкретной теме занятия. Используя методы мозгового штурма, дискуссии, коллективной творческой деятельности, волонтеры в группах разрабатывают проекты плана обучающего занятия. Затем группы презентуют результаты своей работы. Осуществляется обсуждение и экспертиза разработанных группами проектов плана обучающего занятия.

Ролевая игра

Цель: развивать у волонтеров умения и навыки планирования обучающего занятия по равному обучению.

Необходимые материалы: листы бумаги, маркеры, ручки, карточки с ролями.

Ход работы. При необходимости, чтобы внести творческое начало в генерацию идей и планирование, можно провести ролевую игру. Волонтеры делятся на несколько малых групп. Малые группы получают задания – разработать план по теме занятия. Затем каждый участник вытягивает карточку с ролью. Роли могут быть условными или конкретными (таблица 1).

Т а б л и ц а 1. Примерный список ролей и функций

Условные роли и функции участников	Обязанности	Варианты ролей
Генератор идей	Формулирует, предлагает и записывает идею на карточку, которую затем передает презентатору	Карлсон
Презентатор	Представляет идею группе, дополняя ее «красочными» деталями, рекламируя	Барон Мюнхгаузен
Комментатор	Дополняет и уточняет идею, предлагает варианты ее реализации	Мудрая Сова
Критик	Критикует, ищет препятствия, слабые стороны	Старуха Шапокляк
Защитник	Опровергает критику, предлагает способы минимизировать риск	Робин Гуд
Фасилитатор	Утихомиривает, следит за временем и очередностью выступлений, не позволяет перебивать	Кот Леопольд
Секретарь	Записывает ценные идеи, предложения, подробности	Доктор Ватсон

Процесс должен идти быстро, за этим следит фасилитатор. Говорит только тот, до кого дошла карточка с идеей. Перебивать и комментировать нельзя, можно задавать уточняющие вопросы. Группа должна успеть обсудить по кругу пять–шесть идей – компонентов плана. Все предложения фиксируются секретарем, который должен следить за обсуждением, потому что часто дельное предложение возникает не у генератора идей, а у критика или у других.

По окончании этого этапа у участников появляется целый набор различных вариантов плана. Теперь можно переходить к их отбору и

детализации, т. е. к разработке конкретного плана.

Упражнение «Обратное планирование»

Цель: развивать у волонтеров умения и навыки планирования мероприятий по равному обучению.

Необходимые материалы: листы бумаги, на которых изображена временная ось (график), маркеры, цветные карандаши, ручки.

Ход работы. На условной временной оси (графике) группа обозначает срок реализации плана (например, один час) и в первую очередь главное событие, которое должно произойти, или главный результат, который должен быть получен по истечении этого срока. Также на графике отмечается, что необходимо предпринять (в течение получаса, 15 минут, 5 минут и т. д.) для того, чтобы достичь поставленной цели.

Рекомендуемая литература

1. Минова, М.Е. Педагогика детского и молодежного движения / М.Е. Минова: учеб.-метод. пособие. – Минск: Акад. последиплом. образования, 2013. – 334 с.
2. Минова, М. Е. Равный обучает равного в учреждениях общего среднего образования: модули для волонтеров-инструкторов по проведению занятий для сверстников / М.Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 53 с.
3. Минова, М.Е., Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях: пособие для педагогов-консультантов по подготовке волонтеров-инструкторов / М.Е. Минова, Е. Н. Родионова, Е. С. Смирнова, Ю. В. Станкевич. – Минск: Парадокс, 2012. – 110 с.

3.2. Формирование группы участников равного обучения

Цель: приобретение теоретических знаний и развитие практических умений волонтеров по формированию групп участников равного обучения. Основные понятия

Группа – это объединение людей, образование которого вызвано объективной необходимостью в сотрудничестве и субъективной потребностью в общении.

Коллектив – организованная группа, объединенная общественно значимыми ценностями и целями, совместной деятельностью по их достижению.

Групповая динамика – совокупность внутригрупповых социально-психологических процессов и явлений, характеризующих весь цикл жизнедеятельности группы, и его этапы: образование, функционирование, развитие, стагнацию, регресс, распад.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

К процессам групповой динамики относятся: руководство и лидерство; принятие групповых решений; нормообразование – выработка групповых мнений, правил и ценностей; формирование функционально-ролевой структуры группы; сплочение; конфликты; групповое давление и другие способы регуляции индивидуального поведения.

Характеристики групп:

- осознание отдельными индивидами своей принадлежности к группе;
- наличие между индивидами определенных отношений;
- сформированность внутренней организации (распределение обязанностей, личностных влияний, ролей, статусов и т. п.);
- наличие групповой системы ценностей, норм, правил и т. п.;
- функционирование группового давления, побуждающего индивидов к поведению в соответствии с принятыми в группе нормами;
- изменение во мнениях, установках и поведении индивидов, обусловленное их включенностью в группу и т. п.

Теоретические аспекты формирования группы участников равного обучения

Л.И. Уманским и его учениками в основу характеристики группы были положены следующие критерии: содержание нравственной направленности группы (единство целей, мотивов, ценностных ориентаций членов группы); организационное единство; групповая подготовленность в области той или иной сферы деятельности; психологическое единство (интеллектуальное, эмоциональное, волевое).

На основе указанных признаков Л.И. Уманский предлагает

следующую классификацию групп по уровню их развития:

- группа номинальная;
- группа-ассоциация (общая цель, официальная структура);
- группа-кооперация (общая цель, групповая подготовленность к деятельности);
- группа-корпорация (наличие всех признаков, но нравственная направленность такой группы чаще всего характеризуется групповым эгоизмом и индивидуализмом);
- коллектив.

Подростковая и/или молодежная группа обладает своей структурой, включающей две составляющие: неформальная структура (складывается стихийно) и формальная структура (организуется руководителем, лидером, организатором).

Качественные характеристики группы: направленность, организованность, интегративность, коммуникативность, социально-психологический климат, референтность, лидерство.

Направленность – важнейшая характеристика группы, включающая ее основные ценности и цели. Эта характеристика является своеобразным идеологическим потенциалом группы, определяющим цели и содержание групповой деятельности. Направленность определяет идейную сплоченность группы, интегрируя направленность целей и мотивов деятельности отдельных личностей и группы в целом.

Организованность – это реальная, эффективная способность группы к самоуправлению и самостоятельной организации деятельности. Являясь управленческой сферой группового сознания, организованность характеризуется через общие качества: организационную интеграцию управленческих функций членов группы, их организационную сплоченность; организационную эталонность, референтность группы для ее членов; организационный микроклимат – эмоциональную комфортность, удовлетворенность членов группы её организованностью; способность группы активизировать своих членов в организационном отношении, в самоуправлении; организационное лидерство; организационную активность по отношению к другим группам.

Интегративность (сплочённость) – мера единства, слитности, общности членов группы. Отсутствие интегративности означает разобщенность, дезинтеграцию, что является невозможным и

неприемлемым для группы, осуществляющей совместную деятельность.

Коммуникативность – это процесс установления взаимопонимания, нахождения общего языка. Коммуникативность реализуется в способности группы создавать оптимальные пути информирования в определении общих позиций, суждений, принятии групповых решений. Идеальным эквивалентом коммуникативности является способность членов группы понимать друг друга «с полуслова».

Социально-психологический климат – социально-психологическая характеристика группы, которая связана с особенностями отражения отдельных объектов (явлений и процессов), имеющих непосредственное отношение к совместной деятельности. К числу наиболее значимых объектов отражения относятся взаимоотношения «по горизонтали» и «по вертикали» между участниками группы, содержание деятельности, некоторые ситуационные элементы деятельности. Социально-психологический определяет самочувствие каждой личности в группе, ее удовлетворенность группой, комфортность в ней.

Референтность – степень принятия членами группы группового эталона – системы ценностей, а также идентификация личностных ценностей с эталоном групповых ценностей. Группа является референтной, если ее членов объединяют общие ценности, интересы и потребности.

Лидерство – степень ведущего и активного влияния личностей – членов группы на группу в целом в направлении осуществления групповых целей. Лидерство является характеристикой группы, т. к. в группе действуют лидеры, ведущие ее участников за собой, организующие их на совместную деятельность для достижения групповых целей.

Отличия подростковых и молодежных групп от групп, объединяющих взрослых людей, обусловлены возрастными особенностями их участников. Поскольку подростки и молодые люди еще не являются самостоятельными членами общества, их жизненные ценности, цели и социальный статус еще только формируются. Поэтому значительное влияние на подростковые и молодежные группы оказывают взрослые лидеры, организаторы, а также представители ближайшего окружения – родители, педагоги.

В то же время, подростковые и молодежные группы объединяются

на основе устойчивых потребностей подростков и молодых людей к общению и совместной деятельности со сверстниками. При этом именно общение и групповая деятельность являются ценностями, объединяющими подростков и молодых людей в группы. Еще одной особенностью подростковых и молодежных групп является их социальный статус и характер функционирования. Подростковые и молодежные группы часто являются временными, неформальными, стихийно возникающими. Эта особенность относится к ученическим коллективам в учреждении образования, которые обладают формальным статусом «класса», т. к. эти группы функционируют всего несколько лет и зависят от состава обучающихся, который периодически изменяется.

Подростковые и молодежные группы должны способствовать самоопределению и самореализации подростков и молодых людей, а также неформальному общению и взаимодействию со сверстниками. В группе должны быть эффективные и привлекательные лидеры, которые поведут подростков и молодежь за собой, будут выступать в качестве образцов для подражания. Деятельность в группе должна носить свободный, творческий и практико-ориентированный характер. Не стоит забывать про значимость для подростков и молодых людей игры, романтики, приключений.

Функции группы:

- *ценностно-ориентационная*, определяющая групповые ценности, принципы и ориентиры;
- *интегративная*, объединяющая членов группы на основе общности ценностей;
- *мотивирующая*, побуждающая участников к совместной деятельности и общению;
- *регулятивная*, реализуемая в построении системы норм, регулирующих деятельность, общение и отношения личности и группы;
- *коммуникативная*, предусматривающая общение и взаимодействие участников;
- *управленческая*, предполагающая организацию совместной деятельности, распределение обязанностей, полномочий, поручений, координацию действий отдельных участников и группы в целом, мониторинг и оценку эффективности деятельности;

–*действенно-практическая*, предполагающая проявления активности, инициативы личности и группы, деятельность по достижению общих целей и решению задач;

–*рефлексивно-оценочная*, включающая оценку и самооценку, анализ совместной деятельности, общения членами группы.

Группы участников равного обучения представляют собой социокультурные общности подростков, молодых людей и разделяющих их ценности взрослых. Членов групп объединяют ценности, цели, содержание, методы и формы равного обучения, в котором они принимают участие.

Для того, чтобы участники равного обучения осознавали его личностную и социальную значимость, волонтерам и педагогам необходимо организовать групповую деятельность и общение с учетом индивидуальных, групповых и возрастных особенностей участников.

Группы участников равного обучения могут быть временными и постоянными, стихийными и организованными, формальными и неформальными. Они могут быть одновозрастными и разновозрастными, различаться по количественному составу, гендерной принадлежности участников. Участники могут быть знакомы или не знакомы друг с другом.

В рамках групповой динамики определяются стадии группового развития. Предложим вариант процесса группового развития, характерный для формирования и развития группы участников равного обучения.

Первая стадия развития группы участников равного обучения – ориентация. Это стадия знакомства членов группы, определения сходных (общих) и различных интересов и потребностей. Участники очень вежливы и отстранены. Преобладает неуверенность, любопытство и напряженность. Каждый участник пытается сориентироваться, собирая информацию о других. Участники наблюдают, оценивают, что им подходит, а что – нет. Появляются лидеры, но они еще не признаны большинством участников.

Вторая стадия – конфронтация. Это стадия соперничества, «борьбы за власть и влияние». Участники познакомились и понимают, что им вместе придется общаться, взаимодействовать, работать. Обсуждаются роли, распределяются обязанности, создаются и проверяются ценности, нормы и цели деятельности и общения.

Участники разделяются на группировки по симпатиям и интересам. Выдвигаются неформальные лидеры. Возникает сопротивление формальному лидеру. Могут возникнуть конфликты.

Третья стадия – стабилизация, согласие и компромисс. Участники снова устанавливают ценности, нормы и цели деятельности и общения, которые признаются большинством из них. Устанавливаются также способы принятия решений и урегулирования конфликтных ситуаций. Происходит новое более устойчивое распределение ролей, обязанностей и полномочий. Формируется ощущение единства, общности. Многие участники готовы пойти на компромисс в случае спорной ситуации. Лидер или лидеры приобретают признанный большинством участников статус.

Четвертая стадия – сотрудничество и интеграция группы. Это стадия сотрудничества и сотворчества участников, каждый из которых играет свою роль в общем деле. Участники стремятся проводить вместе время. Уважаются права и интересы большинства, отдельного участника. Устанавливаются отношения взаимопонимания, доверия, поддержки, атмосфера безопасности, инициативы и творчества. Каждый участник испытывает чувства ответственности за порученные обязанности и чувство гордости за группу. Высока эффективность работы. В группе действуют общепризнанные лидеры.

На четвертой стадии группа участников равного обучения превращается в **коллектив** – единый организм, члены которого действуют по принципу «один за всех, и все за одного». Коллектив – это группа, где межличностные отношения опосредуются лично значимым и общественно ценным содержанием групповой деятельности. **В основе взаимоотношений в коллективе:** дружба, взаимоподдержка, единая воля, взаимопонимание, деловое сотрудничество, ответственность каждого не только за себя, но и за весь коллектив.

Формирование группы участников равного обучения может осуществляться **стихийно:** в процессе повседневной деятельности, межличностного и группового взаимодействия участников. Может осуществляться **организованно:** в процессе специального обучения и подготовки потенциальных участников, в том числе и лидеров, а также целенаправленно организованной совместной деятельности и общения при условии их творческого характера и системной

организации.

Основными принципами формирования группы участников равного обучения являются: наличие общих целей и задач; сочетание общественных интересов и прав личности; учет возрастных особенностей, интересов подростков и молодых людей; самоуправление и самодеятельность; творческий характер и вариативность; открытость и доступность ресурсов и информации; системность и последовательность.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме, игровые и интерактивные методы командообразования, сплочения группы, упражнения, рефлексивные методы.

Упражнение «Связующая нить»

Цель: организация взаимодействия и сплочение группы.

Необходимы материалы: клубок ниток.

Ход работы. Ведущий перекидывает одному из участников клубок ниток, оставляя себе конец клубка, и говорит, что он любит, о чём мечтает и что он желает тому участнику, которому передал клубок. Другой участник ловит клубок, наматывает нитку на палец и продолжает игру дальше. Когда все участники проделают это упражнение, всех членов группы связывают нити клубка. Спросить участников, что на их взгляд, напоминает эта связывающая нить, какие ассоциации вызывает. Затем предложить участникам закрыть глаза и удерживая свой конец нити, думать о том, что эта группа – единое целое, и каждый в группе ценен и важен. Можно участникам предложить представить группу в виде Образа купола, который накрывает всю группу. *Рефлексия:* Сравните своё состояние до начала упражнения и после, что изменилось, что Вы чувствуете?

Игра «Поменяйтесь местами»

Цель: создание условий для того, чтобы участники лучше узнали друг друга, осознали, что у них много общего, повышение мотивации в совместной деятельности.

Ход работы. Участники сидят на стульях в кругу. Ведущий выходит на середину круга и говорит фразу: *Поменяйтесь местами те, кто... (умеет жарить яичницу).* В конце называется какой-либо

признак или умение. Задача тех, кто обладает данным умением или признаком поменяться местами. Задача ведущего – успеть сесть на любое освободившееся место. Тот, кто не успел сесть, становится новым водящим. *Рефлексия:* что нового узнали об участниках?

Игра «Вавилонская башня»

Цель: организация группового взаимодействия, сплочение группы.

Необходимые материалы: цветные маркеры, флипчарт, заготовленные заранее индивидуальные задания.

Индивидуальные задания: кратко прописаны на отдельных листах, каждый лист является строго конфиденциальным для одного участника. Например, «Башня должна иметь 10 этажей» – листок с такой надписью вручается одному участнику, он не имеет права никому его показывать, обязан сделать так, чтобы нарисованная совместно башня имела именно 10 этажей! Второе задание: «Вся башня имеет коричневый контур» – это задание для следующего участника. «Над башней развивается синий флаг», «В башне всего 6 окон» и т. д.

Ход работы. Участникам необходимо совместно нарисовать Вавилонскую башню. При этом каждый участник должен выполнить свое индивидуальное задание. *Условия:* участникам запрещено разговаривать и вообще как-нибудь использовать голос. *Рефлексия:* Каким образом Вы взаимодействовали? Легко ли было выполнить индивидуальное задание и осуществлять коммуникацию без слов?

Игра «Изобразите»

Цель: организация группового взаимодействия, развитие способностей участников к совместной деятельности в группе.

Ход работы. Ведущий предлагает изобразить, используя всех участников группы:

- оркестр, поезд, телевизор, телефон, сороконожку, зоопарк;
- крутых зайцев, диких поросят, одиноких волков, сумасшедших куриц;

- буквы «А», «К», «М», «Р», «Ф», «Ю» и т. п.

Рефлексия: Сравните своё состояние до начала упражнения и после его выполнения. Что Вы чувствуете? Понравилось ли Вам работать в группе?

Игра «Дом»

Цель: организация группового взаимодействия, развитие способностей участников к совместной деятельности в группе.

Необходимые материалы:

Ход работы. Участники делятся на 2 приблизительно равных по количеству участников микрогруппы (команды).

Ведущий дает участникам игры инструкцию: *Каждая команда должна стать полноценным домом. Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, окном, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором? Выбор за Вами. Но не забывайте, что Вы должны быть полноценным и функциональным домом. В течение 10 минут постройте свой дом! Можно общаться между собой.*

По окончании игры целесообразно провести дискуссию по вопросам:

- 1) Как проходило обсуждение в группах?
- 2) Сразу ли Вы смогли определить свою роль в «доме»?
- 3) Почему Вы выбрали именно эту роль?
- 4) Какую роль Вы считаете самой необходимой?
- 5) Можно ли обойтись без какой-нибудь роли? Какой?

Ведущий: *Я думаю, Вы все поняли, что каждая часть Вашего «дома» важна и нужна в нем, каждая несет свою определенную функцию, без которой дом не может быть полноценным.*

Игра «Строительство башни»

Цель: организация группового взаимодействия, развитие способностей участников к совместной деятельности в группе.

Необходимые материалы: несколько одинаковых наборов бумаги, ватмана (можно старых газет), скотча, маркеров, карандашей, ножниц, линеек.

Ход работы. Участники разделяются по малым группам. Ведущий дает представителям малых групп одинаковое количество бумаги (можно старых газет), скотча, маркеров, карандашей, ножниц, линеек.

Задание для малых групп: построить самую высокую, красивую и устойчивую башню. Можно предложить более сложные условия проведения игры: участники должны строить башни, не произнося слов, используя только невербальные способы коммуникации.

Участники в малых группах разрабатывают проект и строят башни. Затем каждая группа должна защитить свой творческий проект. Представители малой группы должны объяснить и доказать, что их башня – самая высокая, красивая, устойчивая.

В процессе игры ведущему необходимо наблюдать за групповой деятельностью и коммуникацией. *Рефлексия*: Что ощущали участники в процессе групповой работы?

Рекомендуемая литература

1. Минова, М.Е. Взаимодействие учреждений образования, детских и молодежных общественных объединений по выявлению лидеров и работе с ними: учеб.-метод. пособие / М.Е. Минова, Г.Ф. Бедулина. – Минск: Акад. последиплом. образования, 2013. – 296 с.
2. Минова, М. Е. Коллективная творческая деятельность как условие формирования детского и молодежного коллектива (Работа с интеллектуально одаренными учащимися и молодежью) / М. Е. Минова // Воспитание в сотворчестве : сб. науч. ст. / под науч. ред. В. В. Познякова. – Минск : РИВШ, 2014. – Вып. 6. – С. 135–146.
3. Минова, М.Е. Педагогика детского и молодежного движения / М.Е. Минова: учеб.-метод. пособие / М.Е. Минова. – Минск: Акад. последиплом. образования, 2013. – 334 с.

3.3. Подготовка волонтеров-инструкторов к проведению обучающих занятий со сверстниками

Цель: расширение и углубление теоретических знаний, развитие практических умений волонтеров в области подготовки обучающих занятий.

Основные понятия

Подготовка волонтеров – процесс обучения, консультирования, сопровождения и поддержки волонтеров равного обучения.

Обучающее занятие с элементами тренинга – это форма активного обучения, при котором происходит обогащение знаниями, развитие конкретных умений и навыков, один из видов интерактивного (т. е. с активным включением в работу обучаемых) обучения.

Алгоритм занятия – это определенная последовательность

действий (этапов, стадий, шагов), в процессе и результате реализации которых достигаются цели и решаются задачи занятия.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Подготовка волонтеров к проведению обучающих занятий со сверстниками включает несколько основных направлений.

Во-первых, обучение волонтеров по тематике равного обучения – усвоение знаний и формирование умений волонтеров, необходимых для проведения занятия по одной или нескольким темам равного обучения.

Во-вторых, подготовка волонтеров к применению интерактивных, активных, игровых методов и форм равного обучения в работе со сверстниками, формирование у волонтеров методических умений.

В-третьих, формирование коммуникативных и организаторских умений волонтеров, необходимых для общения и эффективного взаимодействия со сверстниками в процессе равного обучения в целом и конкретного обучающего занятия в частности. Волонтеры равного обучения должны обладать коммуникативными и организаторскими умениями, а также использовать приемы, методы и техники организации общения и взаимодействия в группе сверстников.

Обучение волонтеров по тематике равного обучения предполагает освоение ими темы равного обучения в целостной системе усвоения теоретической информации (знаний) и ее ценностной составляющей (почему нужны информация и знания по теме для молодых людей), методических и практических аспектов равного обучения (методы и формы общения, взаимодействия, информирования по теме занятия), возрастных, межличностных и коллективных особенностей группы молодых людей – участников занятия (интересы и потребности сверстников, межличностные отношения, характеристики молодежной группы, коллектива).

Тематика занятий по подготовке волонтеров определена в программе факультативных занятий «Подготовка волонтеров к реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования». Программа факультативных занятий для волонтеров – учащихся IX-XI классов учреждений образования включает 4 раздела:

- 1) Теоретические и нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования

Республики Беларусь; 2) Организационно-управленческие основы реализации подхода «Равный обучает равного»; 3) Методические основы реализации подхода «Равный обучает равного»; 4) Обучающие занятия по подготовке волонтеров равного обучения.

Раздел 1. Программы факультативных занятий «Теоретические и нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь» предполагает проведение обучающих занятий для волонтеров по темам: «Теоретические основы равного обучения»; «Нормативные правовые основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования»; «Нравственный кодекс, права и обязанности волонтеров равного обучения».

Раздел 2. Программы факультативных занятий «Организационно-управленческие основы реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждениях образования Республики Беларусь» включает занятия для волонтеров по темам: «Планирование и организация равного обучения в учреждении образования»; «Формирование группы участников равного обучения»; «Подготовка волонтеров-инструкторов к проведению обучающих занятий со сверстниками».

Раздел 3. Программы факультативных занятий «Методические основы реализации подхода «Равный обучает равного» объединяет занятия по освоению волонтерами методов равного обучения по следующим темам: «Активные и интерактивные методы и формы равного обучения»; «Игровые методы и формы равного обучения».

Раздел 4. Программы факультативных занятий «Обучающие занятия по подготовке волонтеров равного обучения» включает занятия по следующим темам: «Понятие здорового образа жизни. Ценность здоровья в жизни человека»; «Формирование гендерной культуры молодых людей»; «Профилактика насилия в молодежной среде»; «Сохранение репродуктивного здоровья»; «Ответственное сексуальное поведение»; «Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП»; «Предупреждение приобщения молодежи к употреблению психоактивных, наркотических веществ»; «Профилактика употребления алкоголя»; «Профилактика употребления табака»; «Профилактика компьютерной зависимости среди молодежи».

Какие из вышеназванных тем равного обучения являются

актуальными, востребованными, необходимыми? По каким темам нужно проводить занятия и другие мероприятия в конкретном учреждении образования и в социуме? Ответы на эти вопросы будут получены в процессе диалога и дискуссии педагогов и волонтеров с участниками равного обучения.

Планирование обучающего занятия волонтеров со сверстниками. План занятия должен содержать цели, задачи, содержание (направления и алгоритм деятельности по реализации целей и задач), методы, формы, условия реализации (время, место, участники, материалы и оборудование).

Цель играет в занятии стимулирующую (по отношению к участникам), преобразующую (по отношению к планированию и его участникам), нормирующую (по отношению к деятельности и результату планирования, ориентационную (по отношению к конечному продукту) роли.

Задачи – конкретные направления деятельности, способы достижения цели обучающего занятия. При формулировке задач занятия необходимо учитывать, что по каждой определенной теме (проблеме) должна определяться хотя бы одна четкая задача. Задачи должны быть конкретны и достижимы.

Содержание занятия представляет собой систему ценностей равного обучения, здоровья и здорового образа жизни, нравственности, гендерной культуры и т. д. Ценности воплощаются в теоретических (информации) и методических компонентах занятия.

Спектр направлений деятельности широк: организация коммуникации и знакомство, выяснение ожиданий участников, непосредственное общение с участниками, информирование по теме занятия, обсуждение реальных проблем и поиск способов их решения, работа в группах над решением задач, выполнением заданий и упражнений, подведение итогов и рефлексия и т. д.

Содержание подразумевает подбор оптимальной системы действий, направленных на решение каждой из поставленных задач. Определение содержания предполагает описание основных направлений и алгоритма (хода проведения) обучающего занятия.

Алгоритм (ход проведения) обучающего занятия – это определенная последовательность действий (этапов, стадий, шагов).

Алгоритм положен в основу плана занятия и включает три основные части:

1) Вступительная часть. Знакомство и приветствие участников. Определение темы, цели и задач занятия.

2) Основная часть. Информирование по теме занятия. Индивидуальная и групповая работа. Реализация методов и форм, заданий и упражнений.

3) Итоговая часть. Подведение итогов и оценка результативности занятия. Рефлексия состоявшегося взаимодействия.

Для каждой части занятия планируются определенные методы и формы, с помощью которых реализуются его цели, задачи и содержание. В процессе планирования занятия необходимо следовать логической цепочке: тема (проблема) – цель – задача – метод – форма.

Основными методами и формами проведения занятия являются интерактивные, игровые, активные.

В процессе планирования необходимо определять условия проведения занятия, а также реализации того или иного метода: время, место, количество участников, необходимые материалы и оборудование.

В процессе проведения занятия со сверстниками волонтер должен руководствоваться разработанным планом занятия по конкретной теме, придерживаться регламента, учитывать рекомендации по проведению.

Рассмотрим теоретические и методические аспекты занятия с позиции алгоритма его проведения – последовательности основных направлений деятельности волонтеров и участников.

Алгоритм занятия включает следующие основные компоненты:

- 1) организация коммуникации и знакомство участников;
- 2) сообщение педагогом темы, цели, программы занятия;
- 3) выяснение ожиданий и потребностей участников;
- 4) распределение по группам для выполнения групповых заданий (возможно индивидуальное распределение заданий);
- 5) информирование по теме занятия, определение проблемы, проблемной области, понятийного аппарата (ключевых слов);
- 6) определение и ранжирование проблем и задач;
- 7) работа в группах над решением задач, выполнением заданий;
- 8) выбор и оформление наиболее конструктивных решений;

9) подведение итогов, рефлексия состоявшегося взаимодействия.

Организация коммуникации и знакомство участников

Самое главное для проведения успешного интерактивного занятия – это **живая, творческая атмосфера**. В создании такой атмосферы большую роль играют не только сами методы и формы работы, но и всякие мелочи, на которые, как правило, обращают мало внимания: цветные (а не только черные) фломастеры, цветная (а не только белая) бумага, уход от традиционных форм проведения занятий (работа в непривычных местах – на полу, стенах; шутки, юмор и т. д.). Участники не должны никуда торопиться или отвлекаться на посторонние дела, т. е. о программе и продолжительности занятия необходимо сообщить им заранее, а помещение для проведения занятия лучше выбрать вне их обычного рабочего места (учебного кабинета).

Знакомство участников. На этом этапе не только преследуется цель познакомиться участников, помочь им запомнить имена, узнать друг друга лучше, но и предпринимается первая попытка настроить их на непринужденную, творческую работу, дать возможность каждому высказаться. Поэтому знакомство можно провести даже в тех группах, где участники хорошо знают друг друга. Всегда можно узнать что-то новое даже о хорошо знакомом человеке. На данном этапе целесообразно проводить упражнения, коммуникативные **игры на знакомство**. По окончании знакомства для создания благоприятной атмосферы в группе целесообразно провести **игры на приветствие**.

Сообщение темы, целей и программы занятия

Сам по себе этот момент не занимает много времени. Обычно тема занятия участникам известна заранее, так что волонтеру остается лишь напомнить, зачем «все мы тут сегодня собрались». Наиболее эффективный способ презентации материала – на слух, с визуальным подкреплением и обсуждением. Это означает, что любую информацию, волонтеры должны по возможности подавать в диалоге с группой и подкреплять визуально.

Волонтер озвучивает тему, цель и программу занятия (формулировки должны быть четкими, конкретными, понятными, лаконичными) и одновременно отображает ее наглядно: посредством записи на доске, ватмане, с помощью мультимедиапрезентации или раздаточных материалов (распечатки программы занятия с указанием

темы, цели и т. д.).

Выяснение ожиданий и потребностей участников

Выяснять, чего ждут участники, рекомендуется на каждом занятии, даже если их ожидания предсказуемы. Когда человек формулирует свои интересы, он пытается осознать их, что помогает избежать непонимания, неудовлетворенности. При подведении итогов, если большинство ожиданий оправдались, участники убедятся, что оснований для неудовлетворенности у них нет. На данном этапе можно выполнять упражнения «Постеры», «Лист ожиданий», «Дерево ожиданий», «Личная позиция» и др.

Если ожидания и потребности участников не были удовлетворены, то волонтеры могут обсудить с ними, почему так получилось, как можно было по-другому построить занятие, какие моменты были неудачными и т. д.

Распределение по группам для выполнения групповых заданий может осуществляться на разных этапах занятия: перед его началом, после объявления темы, цели, информирования и т. д. Состав малых групп может быть постоянным, а может изменяться. Иначе говоря, в зависимости от поставленных задач, применяемых методов распределение может проводиться несколько раз и различными способами. Можно воспользоваться жетонами, цветными карточками (карточками с разными номерами, символами) и т. п., или попросить участников рассчитаться по номерам, а затем объединить в группы «первых», «вторых» и т. д., провести игры «Собери открытку», «Футбольные команды» и др.

Информирование по теме занятия, определение проблемы, проблемной области, понятийного аппарата (ключевых слов)

Основными методами информирования по теме занятия являются описанные выше **проблемно построенная мини-лекция, рассказ, беседа, дискуссия.**

При подготовке своего выступления, волонтеры должны решить заранее, какую информацию они сообщат группе сам, а какую попытаются получить от участников. Основная цель педагога состоит в том, чтобы актуализировать ценности, интересы, опыт участников занятия. Отвечая на поставленные вопросы, участники сами дают им необходимую информацию. Целесообразно использовать **мозговой**

штурм и комментирование для вовлечения группы в изложение и обсуждение материала.

Определение и ранжирование проблем и задач

Проанализировав текущую ситуацию, участники составляют список проблем или проблемных вопросов. На основании этого списка формулируются задачи деятельности на занятии или в будущем. Обобщая результаты, один из волонтеров записывает ключевые слова на одном большом листе – «карте проблем», не упорядочивая их, чтобы не навязывать свою точку зрения. Следующая задача – определить приоритеты участников, учитывая мнение всех. Это можно сделать с помощью голосования или интерактивных методов.

Работа над решением задач, выполнением заданий

На этом этапе очень важно выслушать каждого, попытаться отойти от привычных стереотипов, иногда прибегнуть к парадоксу, чтобы решение было оригинальным и эффективным. Иногда самое неожиданное и на первый взгляд глупое предложение при ближайшем рассмотрении оказывается самым верным. Целесообразно использовать методы: мозговой штурм, немую дискуссию, ролевою игру и др.

Выбор и оформление наиболее конструктивных и оптимальных решений

Формируются малые группы, количество которых определяется количеством задач (проблем, заданий). Каждая малая группа получает одну из них. Участники в малых группах могут выбрать один из вариантов решения задачи и оформить его в виде проекта (плана) или объединить несколько вариантов, предложив комплексную программу действий. Чтобы упростить процесс работы по оформлению решений, можно использовать ситуационную игру, упражнение «Обратное планирование» и т. д.

Подведение итогов, рефлексия состоявшегося взаимодействия

В заключительной части занятия волонтеры обобщают полученные результаты, делают обзор использованных методов, выслушивают мнения участников. Волонтеры организуют рефлексю состоявшегося взаимодействия на занятии. В процессе рефлексии каждый участник высказывает свое мнение, делится эмоциями и ощущениями, дает

оценку занятию и его компонентам, в том числе своему участию в занятии. Целесообразно использовать **методы рефлексивной деятельности** «В одно слово», «Рассказ по кругу», «Анкета-газета», «Острова».

Равное обучение осуществляется как в процессе специально организованных мероприятий (обучающих занятий и т. д.), так и неформального общения подростков, молодежи. Неформальное общение в реальном и виртуальном (Интернет) пространстве взаимодействия трудно заранее спланировать и организовать. Эффективность равного обучения зависит от мотиваций и компетентности участников.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Рекомендуемая литература

1. Минова, М.Е. Педагогика детского и молодежного движения / М.Е. Минова: учеб.-метод. пособие / М.Е. Минова. – Минск: Акад. последиплом. образования, 2013. – 334 с.
2. Минова, М.Е., Равный обучает равного в учреждениях общего среднего образования: модули для волонтеров-инструкторов по проведению занятий для сверстников / М.Е. Минова, Е. Н. Родионова, Е. С. Смирнова, Ю. В. Станкевич. – Минск: Парадокс, 2012. – 53 с.
3. Минова, М. Е. Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях: пособие для педагогов-консультантов по подготовке волонтеров-инструкторов / М.Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 110 с.

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПОДХОДА «РАВНЫЙ ОБУЧАЕТ РАВНОГО»

4.1. Активные и интерактивные методы и формы равного обучения

Цель: расширение и углубление знаний, необходимых волонтеру для использования активных и интерактивных методов и форм равного обучения.

В основу равного обучения положены активный и интерактивный методические подходы. Педагог должен ориентироваться именно на эти подходы в процессе организации и осуществления равного обучения.

Основные понятия

Метод – способ достижения цели, решения конкретной задачи.

Форма – вид организации образовательной деятельности и взаимодействия с учащимися.

Активные методы обучения – методы, при использовании которых учебная деятельность носит творческий, поисковый характер, формируется познавательный интерес и творческое мышление обучающихся.

Интерактивные методы – это способы целенаправленного активного межличностного взаимодействия обучающихся. В основу интерактивных методов положена организация интерактивного взаимодействия – межличностной коммуникации, осуществляемой в определенное время (время проведения занятия или другой формы деятельности) на определенном пространстве (место проведения). При этом все участники имеют возможность непосредственно общаться друг с другом.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

К активным методам равного обучения относятся проблемный рассказ, проблемно построенная лекция, проблемно-поисковая беседа, проблемно-поисковые задания, упражнения, мастер-класс, дискуссия, метод проблемных ситуаций и др.

Проблемный рассказ – словесный метод обучения, строящийся

на устном повествовательном изложении проблемной ситуации и возможности дальнейшего ее обсуждения. Главная цель такого рассказа – мотивировать участников на выявление проблемы и на поиск путей ее решения.

Проблемно построенная мини-лекция – это систематическое, последовательное и краткое по времени (не более 20 минут) изложение педагогом, как правило, теоретического материала по проблеме или проблемной ситуации. Цель метода – обеспечить выявление и осмысление обучающимися проблемы (проблемной ситуации).

Проблемно-поисковая беседа – метод диалогического обучения, заключающийся в построении общения педагога и обучающихся на основе системы вопросов, направленных на определение проблемы и средств ее решения. В начале беседы педагог устанавливает эмоциональный контакт, формулирует ее тему, ставит вопросы, раскрывающие тему беседы.

Проблемно-поисковые задания – теоретические или практические задания, вызывающие у обучающихся познавательную потребность в знании, в приобретении умений, необходимых для правильного выполнения действия, для изменения мотивов, норм и навыков поведения. Эти задания позволяют обучающимся в процессе активного взаимодействия с педагогом и друг с другом выявить и осознать объективные и субъективные условия проблемы (проблемной ситуации) и попытаться найти способы ее решения.

Проблемно-поисковые задания целесообразно сопровождать проведением **упражнений**– повторных выполнений какого-либо действия в целях его усвоения. Упражнения позволяют обучающимся уяснить содержание действия, закрепить полученные знания, умения и навыки.

Проблемная дискуссия – активный метод обучения посредством обсуждения, анализа проблемы. Заранее, до начала дискуссии, необходимо предложить одну или несколько базовых проблем (вопросов) для обсуждения. После завершения дискуссии педагог обобщает и представляет результаты обсуждения устно или письменно.

Дискуссия в малых группах. Обсуждение заданных вопросов проводится в малых группах. По окончании работы каждая группа выбирает докладчика для презентации и подведения итогов дискуссии в малой группе.

Дискуссия в парах. Участники ведут обсуждение парами в течение определенного времени. Этот метод особенно эффективен для обмена мнениями о личном опыте, фильме, презентации и т. д. После работы в парах участники объединяются в группы для сравнения позиций.

Обсуждение по кругу. Ведущий определяет тему и задает вопрос, а каждый участник по кругу на него отвечает. Нужно объяснить, что тот, кто не желает высказываться, может пропустить свою очередь.

«Говорящий круг». Участники образуют две группы и садятся в два круга (один внутри другого) так, чтобы каждый из участников одного круга сидел лицом к участнику другого круга, образуя пары из участников внешнего и внутреннего кругов. Пары обмениваются мнениями по вопросу. Через несколько минут педагог просит участников внутреннего круга передвинуться на одно место вправо и обсудить вопрос с новым собеседником. Процесс продолжается, пока каждый из участников не обсудит вопрос с другими.

«Говорящие билеты». Чтобы обеспечить возможность высказаться всем, ведущий раздает каждому участнику три «говорящих билета». «Говорящий билет» дает право на три выступления, ограниченные по времени. Участник, израсходовавший свои билеты, лишается «голоса».

Письменная дискуссия «Круговое письмо». Ведущий задает вопрос и просит каждого участника ответить на него вверху листа. Ответивший передает лист соседу справа, который, прочитав предыдущий вариант, записывает свой. Эта процедура повторяется три-четыре раза. Потом ведущий просит передать листы участникам слева, чтобы каждый мог ознакомиться со всеми ответами.

Дискуссия в форме спорных утверждений. Суть данного метода в следующем. Ведущий предлагает участникам ряд спорных утверждений, в ответ на которые участники могут высказать различные точки зрения. Например, участники могут согласиться с утверждением «курящий человек наносит вред только своему здоровью», а могут его оспорить. Дискуссия разворачивается вокруг противоречащих друг другу мнений и аргументов.

Мастер-класс – активный метод обучения, в процессе которого ведущий – мастер, обладающий знаниями, умениями, опытом в определенной деятельности (например, педагог), передает знания, формирует умения и навыки участников, делится опытом. При этом участники не просто слушают и смотрят, но активно участвуют,

перенимают опыт, повторяют за мастером действия, осваивают приемы и методы.

Проблемная ситуация – метод, способствующий развитию мышления, а также выработке новых форм поведения в проблемных ситуациях. **Проблемная ситуация** состоит из таких компонентов, как: неизвестное, которое должно быть раскрыто; актуальная проблема (задача), которая должна быть решена; мотивация и возможности обучающихся в выполнении задания. Для создания проблемной ситуации перед обучающимся необходимо поставить теоретическое или практическое задание, при выполнении которого он должен приобрести новые знания, умения и навыки.

К активным формам равного обучения можно отнести семинары, конференции, тренинги, игры, аукционы идей, ярмарки, фестивали, форумы, творческие мастерские, круглые столы, конкурсы и т. д.

Использование тех или иных активных методов и форм обусловлено целями и содержанием равного обучения, особенностями подросткового и юношеского возраста, а также социально-педагогическими условиями учреждения образования (традиции, ресурсы и др.).

Интерактивные методы, в отличие от активных, ориентированы на более тесное взаимодействие участников друг с другом. Интерактивные методы являются основными методами равного обучения.

Интерактивное взаимодействие предполагает целенаправленное общение и взаимовлияние участников, обмен опытом и идеями; интенсивную межличностную коммуникацию, в основе которой лежит личностный опыт каждого участника; способность педагога и учащихся «выступать в роли другого»; смену и разнообразие видов и форм деятельности.

Доминирующей формой интерактивного взаимодействия является **работа во временных творческих группах**, в результате которой участники группы приходят к решению задачи, проблемы. Качество решения зависит от того, насколько правильно была организована работа, какая методика проведения групповой работы выбрана. Универсальную модель работы во временных группах предложить нельзя (каждая группа является уникальной, имеет свои особенности), но ее структуру, алгоритм и комплекс применяемых методов и форм определить можно.

Работа во временных творческих группах обычно организуется педагогом в ходе обучающего занятия, семинара, тренинга, мастер-класса.

Обучающее занятие включает следующие основные компоненты:

- 1) организация коммуникации и знакомство участников;
- 2) сообщение педагогом темы, цели, программы занятия;
- 3) выяснение ожиданий и потребностей участников;
- 4) распределение по группам для выполнения групповых заданий (возможно индивидуальное распределение заданий);
- 5) информирование по теме занятия, определение проблемы, проблемной области, понятийного аппарата (ключевых слов);
- 6) определение и ранжирование задач;
- 7) работа в группах над решением задач, выполнением заданий;
- 8) выбор и оформление наиболее конструктивных решений;
- 9) подведение итогов, рефлексия состоявшегося взаимодействия.

При подготовке плана занятия педагог должен тщательно продумать цель каждого метода и формы работы, которые он собирается применить. Рассмотрим компоненты, оценим их роль в достижении целей занятия.

1) Организация коммуникации и знакомство участников

Самое главное для проведения успешного интерактивного занятия – это **живая, творческая атмосфера**. Участники должны отвлечься от повседневных забот, отказаться от устоявшихся стереотипов и направить свои мысли на поиск свежих идей. В создании такой атмосферы большую роль играют не только сами методы и формы работы, но и всякие мелочи, на которые обращают мало внимания: цветные (а не только черные) маркеры и/или фломастеры, цветная (а не только белая) бумага, работа в непривычных местах – на полу, стенах и т. д.. Участники не должны никуда торопиться и отвлекаться на посторонние дела. О программе и продолжительности занятия необходимо сообщить им заранее.

Знакомство участников. На этом этапе педагог стремится познакомить участников, помочь им запомнить имена, узнать друг друга лучше, старается настроить их на непринужденную, творческую работу, дать возможность каждому высказаться. Поэтому знакомство можно провести даже в тех группах, где участники хорошо знают друг

друга. На данном этапе целесообразно проводить игры и упражнения на знакомство и приветствие участников.

Упражнение «Расскажи о себе» – простое представление по кругу, но чтобы его разнообразить, можно попросить каждого участника после сообщения имени ответить на неожиданный вопрос, например: «Почему вас назвали таким именем?», или «Ваше самое большое достижение в прошлом году?», или «Если бы вы были явлением природы, то каким?». Обычно это вызывает интерес, помогает раскрепоститься. Главное – быть терпеливым и внимательным, ведь для многих участников это первое выступление перед группой.

Упражнение «Расскажи о партнере». Педагог сначала просит участников познакомиться в парах, дав им примерный план рассказа о партнере: имя, увлечение, самая большая последняя удача, самая большая последняя неудача, что у нас общего и т. д. (рассказ не должен быть долгим), а потом представить своего партнера всей группе. При этом устанавливается регламент: 5 минут – на знакомство и 30 секунд – на рассказ о партнере.

Упражнение «Знакомство в группах». Если время не очень ограничено, можно провести знакомство следующим образом. Участники разбиваются на малые группы по четыре – шесть человек. Каждой группе предлагается найти, например, пять признаков, объединяющие всех членов группы, или три признака, для всех разные, а затем представить результаты, поименовав вначале всех членов своей группы. Время следует ограничить.

Игра на знакомство «Снежный ком». Начинает игру педагог, назвав свое имя. Сидящий слева от него повторяет имя педагога и говорит свое. Следующий по часовой стрелке озвучивает два предыдущих имени и называется свое. И так далее по кругу. Если кто-то забывает имя какого-либо члена группы, он произносит словосочетание «пустая голова» и продолжает дальше. Следующий участник вместо имени того, кто забыл, называет его «пустая голова». Заканчивает игру педагог, озвучив имена всех участников.

Игра на знакомство «Снежный ком ассоциаций» позволяет быстро запомнить имена всех участников. Первый участник называет свое имя, сопровождая его каким-нибудь ассоциативным эпитетом на ту же букву: например, «одинокая Ольга», «активный Антон» и т. д. (как правило, чем смешнее или неожиданнее эпитет, тем лучше он запоминается). Второй участник повторяет слова первого и называет

себя, третий озвучивает предыдущие имена и добавляет свое и т. д. Педагог заканчивает знакомство, повторяя эпитеты и имена всех участников по кругу и представляясь сам.

Существуют другие методы и формы знакомства: участники обмениваются рукопожатиями, перекидываются мячом и произносят свои имена, называя имя, показывают какой-нибудь жест для повторения всей группой и т. д. Если по каким-либо причинам ни одна из этих форм не подходит, можно воспользоваться бейджиами или самодельными табличками с именем. Знать партнеров по имени – основное правило интерактивного взаимодействия и необходимый элемент доверительной атмосферы.

По окончании знакомства для создания благоприятной атмосферы в группе целесообразно провести **игры на приветствие**.

Игра «Каскад приветствий». Участники образуют полукруг. Каждый по очереди выходит в центр, поворачивается лицом к группе и здоровается со всеми так, чтобы не повторялись использованные ранее приемы приветствия. В конце упражнения педагог может обратиться к группе с вопросом «Как вы себя чувствуете?» или «Какое из приветствий вам особенно запомнилось и почему?». Второй вопрос позволяет получить и обсудить информацию, которая может оказаться полезной, в частности при работе над проблемой установления контакта.

Игра «Лестница приветствий». Участники становятся в круг, подходят друг к другу и здороваются. При этом каждый из партнеров прибегает к своему способу приветствия, который должен быть невербальным. Со следующим партнером надо поздороваться тем способом, который использовал предыдущий партнер. Если в какой-либо из пар «встретятся» два участника с одинаковыми приветствиями, то со следующими партнерами они должны поздороваться новым способом.

Игра «Комплименты» (с мячом). Участники стоят в кругу. Педагог бросает кому-либо мяч, называет имя и говорит слово «привет», а также комплимент, поймавший – другому и т. д., пока мяч не обойдет всех.

2) Сообщение темы, целей и программы занятия

Сам по себе этот момент не занимает много времени. Обычно тема занятия участникам известна заранее, так что педагогу нужно

только напомнить, зачем «все мы тут сегодня собрались». Наиболее эффективный способ презентации материала – на слух, с визуальным подкреплением и обсуждением.

Педагог озвучивает тему, цель и программу занятия (формулировки должны быть четкими, конкретными, понятными) и одновременно отображает ее наглядно: посредством записи на доске, ватмане, с помощью мультимедиа-презентации или распечатки программы занятия и т. д.

3) Выяснение ожиданий и потребностей участников

Выяснять, чего ждут участники, рекомендуется на каждом занятии, даже если их ожидания предсказуемы. Когда человек формулирует свои интересы, он пытается осознать их, что помогает избежать непонимания, неудовлетворенности. При подведении итогов, если большинство ожиданий оправдались, участники убедятся, что оснований для неудовлетворенности у них нет. На данном этапе можно выполнять упражнения «Постеры», «Лист ожиданий», «Дерево ожиданий», «Личная позиция» и др.

Упражнение «Постеры». До начала занятия педагог закрепляет на стене два-три плаката-постера с первой половиной фразы, с помощью которой обычно участник формулирует свои ожидания. Варианты могут быть разные: «Я надеюсь, что это занятие (семинар, тренинг) будет...», «Я хотел бы унести с собой...», «Я ожидаю, что...», «Я буду разочарован, если...» и т. д. Участникам предлагается до начала занятия или в самом его начале (обычно после знакомства) дописать на постерах свой вариант окончания фразы. После этого педагог должен обобщить и уточнить формулировки. В конце занятия педагог снова обращается к постерам: участники вычеркивают то, что реализовано, обсуждают, что и почему осталось невыполненным и что нужно сделать для того, чтобы в следующий раз все ожидания оправдались.

Упражнение «Лист ожиданий». Во время вводной части занятия педагог пускает по кругу один или два листа с таблицей.

Таблица 1. Информационная карта упражнения
«Лист ожиданий»

Я буду рад, если на занятии...	Мне не хотелось бы, чтобы на занятии...

Участников просят по очереди вписать свои варианты окончания фраз в графы. Если пожелания совпадают с уже записанными, можно просто поставить рядом плюс. В конце занятия педагог снова пускает эти листы по кругу, попросив участников по очереди вычеркнуть то, что оказалось выполненным. То же самое можно сделать в группах.

Упражнение «Дерево ожиданий». Педагог заранее готовит карточки (лучше цветные), можно в виде листьев, плодов. Разделив большую группу на три-четыре малые, он просит участников сформулировать внутри этих групп пять – семь ожиданий и выбрать из них наиболее важные. Пока группы заняты обсуждением, педагог рисует на листе бумаги условное дерево с большой кроной. Затем группы представляют свои карточки (ожидания), а педагог «вешает» их на дерево. В конце нужно обсудить ожидания и пути их реализации, разобраться, почему некоторые из ожиданий не оправдались.

Упражнение «Личная позиция». Педагог просит всех участников сложить лист бумаги пополам и с одной стороны написать, чего они ждут от занятия, а с другой – указать свое имя, нарисовать символ, сделав себе визитную карточку. Затем листы ставятся перед участниками так, чтобы текст был виден всем. Педагог уточняет ожидания. После этого листы переворачиваются именем к аудитории. В конце занятия педагог просит участников вычеркнуть реализованные ожидания и перевернуть листы.

Если ожидания и потребности участников не были удовлетворены, то педагог может обсудить с аудиторией, почему так получилось, как можно было по-другому построить занятие, какие моменты были неудачными и т. д.

4) Распределение по группам для выполнения групповых заданий может осуществляться на разных этапах занятия: перед

его началом, после объявления темы, цели, информирования и т. д. Состав малых групп может быть постоянным, а может изменяться. В зависимости от поставленных задач, применяемых методов распределение может проводиться несколько раз и различными способами. Например, можно воспользоваться жетонами, цветными листками (карточками с номерами, символами), можно попросить участников рассчитаться по номерам, а затем объединить в группы «первых», «вторых» и т. д., провести игры «Собери открытку», «Футбольные команды».

Игра «Собери открытку». Участникам раздаются кусочки произвольно разрезанных открыток и дается задание собрать все детали открытки. Количество кусочков одной открытки должно соответствовать ожидаемому числу членов малой группы. Например, если педагогу нужно разбить группу из 25 человек на пять малых групп, то пять разных открыток следует разрезать на пять частей каждую. Если участники не делятся поровну, некоторые из открыток разрезаются на меньшее количество частей.

«Футбольные команды». Заранее готовятся карточки по числу участников с названиями команд и их членов. Например, если группа состоит из 24 человек, а ее необходимо разбить на четыре подгруппы, создаются четыре «футбольные команды» по шесть членов в каждой. Возможные названия команд: «Спартак», «Зенит», «Динамо», «Торпедо», «Арсенал», «Милан», «Ювентус», «Барселона» и т. д. Члены команд: тренер, капитан, вратарь, нападающий, полузащитник, защитник. Карточки должны выглядеть так: «Тренер Спартака», «Капитан Спартака», «Вратарь Спартака», «Нападающий Спартака», «Полузащитник Спартака», «Защитник Спартака», «Тренер Арсенала», «Капитан Арсенала», ... и т. д. Игра хороша тем, что эти роли можно сохранить до конца занятия и при необходимости создать новые группы (например, капитанов, вратарей, нападающих и т. п.).

5) Информирование по теме занятия, определение проблемы, проблемной области, понятийного аппарата (ключевых слов)

Основными методами информирования по теме занятия являются описанные выше *проблемно построенная мини-лекция, рассказ, беседа, дискуссия.*

При подготовке своего выступления педагог должен решить

заранее, какую информацию он сообщит группе сам, а какую попытается получить от участников. Основная цель педагога состоит в том, чтобы актуализировать ценности, интересы, опыт участников. Отвечая на поставленные вопросы, участники сами дают ему необходимую информацию.

Существует два основных метода вовлечь группу в изложение материала – это мозговой штурм и комментирование.

Мозговой штурм. До начала выступления педагог задает группе наиболее общий вопрос по теме своего выступления и просит дать на него любые ответы. Например, говоря о здоровом образе жизни, ведущий может спросить: «Как вы понимаете, что такое здоровый образ жизни?» или «Из каких элементов состоит, по вашему мнению, здоровый образ жизни?» и т. д. Ответы группы в виде ключевых слов записываются на лист бумаги или доску. Педагог, зная заранее план и содержание выступления, должен продолжать (иногда с уточняющими или наводящими вопросами) мозговой штурм до тех пор, пока большинство ключевых слов его выступления не будет зафиксировано. Педагогу остается обобщить результаты и дополнить необходимой информацией. Если при этом педагог будет ссылаться на ответы участников («Как правильно заметил Михаил...»; «Татьяна напомнила мне об одном моменте...»), то у последних сложится впечатление, что они сами сообщили всю нужную информацию. В результате создается наглядное пособие с ключевыми словами. Подчеркивая нужное слово, педагог может привлечь к нему внимание группы.

Комментирование – свободный диалог с группой, в процессе которого педагог передает нужную информацию, интересуется мнением группы, обобщает, делает вывод. Вместо сообщения готового ответа педагог задает группе вопрос и собирает на него ответы до тех пор, пока не появится нужный вариант. Отмечая каждый из ответов как верный и весомый, он акцентирует внимание на этом варианте и, отталкиваясь от него, идет дальше.

Комментирование проводится следующим образом. Например, педагог информирует участников о проблемах алкоголизма и ему по ходу занятия нужно перейти к вопросу о необходимости отказа от спиртных напитков.

Педагог: *Мне хотелось бы спросить вас, какие из причин употребления спиртных напитков вы знаете?* Группа может ответить

следующее: скука, мало развлечений; реклама в СМИ; доступность алкогольных напитков; пример родителей или других взрослых и т. п. Поддерживая все предложенные варианты, педагог ориентируется на последний.

Педагог: *А в чем выражается этот пример, по вашему мнению?* Ответы: пьют в присутствии детей; обычай употребления спиртного на праздниках, встречах с друзьями и т. п.

Педагог: *Как вы думаете, почему взрослые употребляют спиртные напитки? А что можно сделать для того, чтобы решить эту проблему? Давайте поговорим о том, как помочь этим людям.*

Если группа не разговорчива или затрудняется ответить на вопрос, можно использовать метод с условным названием «От общего к частному», предназначенный для того, чтобы «разговорить» человека, помочь ему высказаться. Суть метода заключается в том, что в случае, когда человека затрудняет открытый вопрос, требующий свободного ответа, педагог может перейти к альтернативному вопросу, который уже содержит некоторые варианты ответа, а от него к вопросу, предполагающему ответ «да» или «нет».

Педагог: *Как можно улучшить равное обучение без дополнительных затрат?* (открытый вопрос – тишина). *Какие шаги следует предпринять педагогу-консультанту: может, обратить внимание на создание более благоприятной атмосферы или, наоборот, ввести жесткие требования к волонтерам-инструкторам?* (вопрос – опять нет ответа). *Может ли, скажем, наказание (порицание, осуждение) заставить волонтеров более ответственно относиться к обязанностям?* (наверняка прозвучит ответ «нет»). Получив первый ответ, педагог возвращается к остальным вопросам.

Основные требования к изложению материала:

- монолог ведущего следует свести к минимуму, перемежая его элементами диалога с группой, иначе общая атмосфера доверительного разговора может быть подменена лекцией;
- информацию необходимо использовать достоверную, конкретную, понятную, логически построенную и обоснованную, лаконичную, соответствующую теме и цели занятия (не стоит перегружать участников большим объемом информации);
- в процессе подачи материала следует учитывать возрастные

особенности, интересы, реальные знания и жизненный опыт участников;

- каждую идею, ключевое слово, важные сведения по теме занятия необходимо отображать наглядно – на доске, листе бумаги и т. п. (вместе с тем не стоит злоупотреблять аудиовизуальными средствами).

Существуют различные способы наглядной подачи материала. Например, упражнения «Алфавит», «Дерево ключевых слов» и др.

Упражнение «Алфавит» – способ определения понятий, расширения их смысла. После вводной беседы педагог пишет на доске сверху вниз алфавит или вывешивает на стене лист бумаги с алфавитом и предлагает участникам поочередно вписать в каждую строку слова (одно или несколько), начинающиеся с соответствующей буквы алфавита и раскрывающие смысл изучаемого понятия. После того как все участники впишут слова хотя бы по разу или на каждую букву алфавита будет записано хотя бы одно слово, ведущий предлагает выделить несколько слов, которые в большей мере отражают сущность рассматриваемого понятия. Упражнение можно провести и другим способом: разделить участников на группы и раздать каждой из них «алфавит». Можно включать в задание не все буквы алфавита, а только те, которые есть в изучаемом слове-понятии.

Упражнение «Дерево ключевых слов» – это свободный по форме и гибкий по содержанию способ преподнесения информации. Педагог рисует схему (дерево) на доске или листе бумаги по ходу выступления. Главное ключевое слово помещается в центре, а дополнительные понятия распределяются по сторонам от него – на «ветвях» или на «корнях» дерева.

В процессе информирования педагог часто обращается к теме занятия – описывает и/или анализирует ее. Не обязательно делать это в форме доклада или лекции. Целесообразно использовать методы, которые предполагают активное участие группы в анализе или описании ситуации.

SWOT-анализ – способ анализа ситуации и оценки ресурсов организации. Название складывается из первых букв английских слов strengths(сильные стороны, что подразумевает внутренние ресурсы организации), weaknesses(слабые стороны или имеющиеся внутренние проблемы), opportunities(возможности, существующие вне

организации) и threats(угрозы благополучию организации во внешней среде). Это позиции, подлежащие рассмотрению. Данный вид анализа можно проводить, организовав работу в группах. Каждая группа получает таблицу и в ходе обсуждения заполняет соответствующие разделы. Результаты обсуждения сводятся педагогом в общую SWOT-таблицу.

Таблица 2. Информационная карта SWOT-анализа.

S	W
O	T

Упражнение «Сила – в слабости». Для описания и анализа проблем полезно прибегнуть к парадоксальному мышлению. Любой парадокс помогает по-другому взглянуть на ситуацию, найти новые решения и нетрадиционные подходы. Педагог просит участников (всех вместе или в малых группах) сформулировать проблемы, обозначая их ключевыми словами или символами на карточках либо листе. Затем каждая группа по предложенным проблемам готовит выступление, доказывающее, что на самом деле они являются достоинствами. Можно задать наводящие вопросы: «Как эти проблемы украшают нашу жизнь?» или «Чего мы лишимся, решив эти проблемы?».

Упражнение «От противоположного». Педагог просит участников подумать о том, что произойдет через 10–20 лет, если обсуждаемые проблемы будут не решаться, а наоборот, накапливаться и разрастаться. Одной из групп можно предложить написать рассказ (стихотворение), второй – нарисовать картину, третьей – показать мини-спектакль. После презентаций нужно обсудить, какие из тенденций представляют наибольшую опасность, должны быть изменены в первую очередь, а также что для этого можно сделать.

б) Определение и ранжирование задач

Проанализировав текущую ситуацию, участники составляют список имеющихся проблем и ресурсов. Обобщая результаты, педагог записывает ключевые слова на одном большом листе – «карте проблем», не упорядочивая их, чтобы не навязывать свою точку зрения. Следующая задача – определить приоритеты участников, учитывая мнение всех. Это можно сделать несколькими способами.

Голосование – простой и демократичный способ выбора приоритетов. Например, каждый участник получает право поставить на «карту проблем» четыре значка («звездочки»). Причем, можно распределить их по одному, выбрав четыре разные проблемы, или сгруппировать вокруг двух-трех проблем, или поставить все четыре рядом с одной проблемой в зависимости от мнения о степени их серьезности. После голосования подсчитывается количество «звездочек» и выявляются приоритетные проблемы.

Упражнение «Сужение» позволяет не просто вычлнить наиболее важные проблемы, но и обсудить правильность сделанного выбора. Сначала каждый участник выбирает четыре приоритетные, с его точки зрения, проблемы. Затем участники образуют пары. Каждая пара из своих восьми проблем выделяет четыре общие. Возможно объединение проблем или новая их формулировка. Далее пары собираются в группы по четыре человека и прделывают то же самое. Затем формируются группы по восемь человек, шестнадцать, и, наконец, все участники, объединившись, выбирают из двух получившихся наборов четыре общих приоритета. Как правило, эти приоритеты являются наиболее важными.

Определив и сформулировав четыре (или более) приоритетные задачи, требующие решения, участники переходят к следующему этапу.

7) Работа над решением задач, выполнением заданий

На этом этапе очень важно выслушать каждого, отойти от привычных стереотипов, иногда прибегнуть к парадоксу, чтобы решение было оригинальным и эффективным. Иногда самое неожиданное и на первый взгляд глупое предложение оказывается самым верным. Целесообразно использовать такие методы, как мозговой штурм, немая дискуссия, ролевая игра и др.

Мозговой штурм. Педагог пишет на листе первую задачу и просит членов группы по кругу предлагать способы решения. Правила проведения:

- участники высказываются строго по очереди;
- никакие предложения участников не отвергаются и не критикуются;
- если новых вариантов нет, участник передает слово следующему;
- мозговой штурм продолжается до тех пор, пока при очередном

круге не останется ни одного нового варианта.

До начала мозгового штурма целесообразно предложить участникам по кругу назвать фразы, которые обычно губят новые идеи. Например: «Не годится!», «Вздор!», «На это нет денег!» и т. п. Все фразы педагог записывает на лист, а в конце обсуждения демонстративно рвет этот лист и выбрасывает.

Немая дискуссия. Если выделены четыре задачи, то педагог разбивает участников на четыре группы. Каждая группа размещается вокруг стола, на котором лежит лист бумаги и карточка с одной из выбранных приоритетных задач. Участники работают в полной тишине, не обсуждая ничего вслух. Они обдумывают поставленную задачу и затем кратко записывают на листе пути ее решения (мероприятия, акции и т. д.). По сигналу педагога участники переходят по часовой стрелке вокруг стола на место соседа, знакомятся с предложенными вариантами и при желании дополняют их новыми идеями или, если им что-то непонятно, задают письменный вопрос. Затем группа опять переходит по кругу. Необходимо дать возможность участникам сделать четыре-пять кругов, чтобы они записали все идеи или задали все вопросы.

8) Выбор и оформление наиболее конструктивных и оптимальных решений

Формируются малые группы, количество которых определяется количеством задач (проблем, заданий). Каждая группа получает одну из них.

Участники в малых группах могут выбрать один из вариантов решения задачи и оформить его в виде проекта (плана) или объединить несколько вариантов, предложив программу действий. Чтобы упростить работу, можно использовать ситуационную игру, упражнение «Обратное планирование» и т. д.

Ситуационная игра – игровой метод групповой работы над решением определенной педагогом или участниками проблемной ситуации. Педагог делит участников на несколько подгрупп и раздает карточки с ситуацией и заданиями. Можно предусмотреть как одну для всех подгрупп ситуацию, так и разные. Участникам нужно обсудить в группе ситуацию и выполнить задание.

Обычно группы работают самостоятельно. Предварительно педагог дает установку на то, в какой форме они должны будут

представить разработанные варианты решения задач. Формы могут быть разные: стендовая презентация, рекламная кампания, визитная карточка и др.

Стендовая презентация. Группы оформляют большие красочные плакаты, рисунки, аппликации, коллажи и т. д., отражающие основные компоненты программы, проекта, плана (название, цель, мероприятия и т. д.). Затем, вывесив плакаты на стену, каждая группа рассказывает о своем проекте. Остальные задают уточняющие вопросы или вносят свои предложения.

Рекламная кампания. Каждая группа готовит не только плакат своей программы, проекта, но и его яркую презентацию – «рекламную кампанию». Участники могут разработать рекламные буклеты, листовки, а также проявить творческий подход: подготовить театрализованные представления, лозунги, стихотворения, песни, танцы, художественно оформить материалы и т. д.

9) Подведение итогов, рефлексия состоявшегося взаимодействия

В заключительной части занятия педагог обобщает полученные результаты, делает обзор использованных методов, а также выслушивает мнение группы.

Для рефлексии используются **методы рефлексивной деятельности.**

Упражнение «В одно слово». Педагог просит участников по очереди высказать свои впечатления о занятии, стараясь уложиться в одно слово или фразу. Если оценка негативная, сразу же стоит выяснить, почему.

Упражнение «Рассказ по кругу». Педагог сообщает о том, что он будет подводить итоги, и предлагает группе дополнить его выступление, вставляя по кругу одно слово от каждого участника. Речь следующего содержания:

– *Дорогие друзья! Мы только что закончили занятие, которое в целом было достаточно...* (группа вставляет: насыщенным, скучным и т. д.).

– *Как мне кажется, нам удалось приобрести новые...*

– *Особенно интересным был этап...*

– *А самым бесполезным был...*

Упражнение «Анкета-газета». На большом листе бумаги участникам предлагается дать оценку взаимодействию (занятию) в виде рисунков, дружеских шаржей, карикатур, стихотворных строк, пожеланий, замечаний, предложений, вопросов и т. д. После того как все члены группы примут участие в выпуске газеты, она вывешивается на всеобщее обозрение.

Таким образом, в процессе проведения занятий с группой участников равного обучения на всех этапах волонтер может использовать разнообразные активные и интерактивные методы и формы.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы. Целесообразно организовать участие волонтеров в проведении разнообразных активных и интерактивных методов и форм равного обучения. Волонтер должен самостоятельно провести несколько из предложенных и описанных выше методов и форм.

Рекомендуемая литература

1. Кашлев, С. С. Технология интерактивного обучения / С. С. Кашлев. – Минск : Белорусский верасень, 2005. – 196 с.
2. Минова, М. Е. Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях : пособие для педагогов-консультантов по подготовке волонтеров-инструкторов / М. Е. Минова, Е. Н. Родионова, Е. С. Смирнова, Ю. В. Станкевич. – Минск : Парадокс, 2012. – 110 с.
3. Статья лидером: сб. метод. материалов / сост. Н. В. Шишова, Г. В. Фиминова, Н. Г. Эрнепесова. – Минск, 2006. – 82 с.

4.2. Игровые методы и формы равного обучения

Цель: расширение и углубление у участников теоретических и практических знаний и умений по игровым методам и формам равного обучения, методике их проведения на обучающих занятиях.

Основные понятия

Игра – форма деятельности в условных ситуациях.

Обратная связь (ответ) – реакция на происходящее.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

В настоящее время со временем занимают такие формы занятий, которые обеспечивают активное участие в деятельности каждого ученика, повышают авторитет знаний и индивидуальную ответственность учащихся за свои результаты. Эти задачи можно успешно решать через технологию игровых форм. Игровые методы и формы разнообразны по своим образовательным целям и задачам, ходу и предполагаемым результатам. Это существенно затрудняет их описание как отдельного метода обучения. И все-таки без таких игр и упражнений интерактивное занятие провести невозможно. Однако при их использовании главное место должно занимать содержание, а не сами игры и упражнения. Чрезмерно увлекаясь ими, можно потерять содержание и глубину темы, не решить проблемы и не достичь желаемого результата. Игра не должна быть ради игры, а должна быть средством достижения цели. Из предлагаемого разнообразия игр и упражнений надо подбирать такие, которые своим содержанием помогали бы раскрыть основную тему занятия. Чтобы добиться высокого воспитательного и дидактического эффекта занятия, необходимо правильно определить цель и задачи применяемых игр и упражнений.

Имеется целый ряд игр и упражнений, которые применяются на различных этапах интерактивного занятия.

Обычно интерактивное занятие следует начинать с игр на сближение. Для этого существуют определенные игры, целью которых является снятие психологического напряжения и создания благоприятной атмосферы. Если это первое занятие в новом коллективе и есть необходимость познакомиться, то применяются игры на сближение, где участники знакомятся («Меня зовут ... Я умею делать так ...», «Меня зовут ... Мое жизненное кредо...», «Альтерация имени», «Интервью» и др.). Если это занятие в сложившемся коллективе, то мероприятие можно начинать с игр на сближение. С их помощью создается хорошее эмоциональное настроение («Вы еще, не знаете обо мне то, что я...», «Я уникален тем, что...», «Определение настроения в соответствии с каким-либо явлением или состоянием природы», «Моя любимая вещь», «Комплименты» и др.). Применение

таких игр в начале занятия помогает создать благоприятную атмосферу и настроить участников на рабочий лад. Это помогает заложить эффективную основу для продолжения совместного обучения.

Существуют **игры-разминки**. Иногда их тоже можно применить в начале занятия (они более экономичны по времени) с целью создания благоприятной атмосферы, но только в том случае, если члены группы уже хорошо знают друг друга и встречаются не первый раз («Шеренга по размеру обуви», «Шеренга по порядку дней рождения» и др.). В результате участие в занятии учащихся будет более активным. Но чаще всего игры-разминки (иногда их называют «энерджайзер» от слова energize – заряжать энергией) применяют в течение занятия, когда наблюдается некоторая усталость и надо активизировать внимание участников и повысить групповую активность («Ветер дует на тех, у кого...», «Выпекаем пиццу», «Молекулы и атомы» и др.). Ведь даже самая интересная тема может привести к утомляемости участников, если не организовать им смену деятельности. Игры-разминки используют перед подачей основного блока информации для улучшения и активизации работы. Что эффективно сказывается на общем уровне работы группы.

При применении игр-разминок надо помнить о некоторых особенностях их применения. Для каждой отдельной группы детей могут подойти не все предлагаемые игры. Если учащиеся еще недостаточно знакомы, то не рекомендуется применять игры, которые предполагают какие-либо телесные контакты. Особенно это относится к группам подросткового возраста. А слишком активные и эмоциональные игры-разминки («Ветер дует на тех, у кого...») не рекомендуется проводить перед упражнениями основного блока занятия, которые требуют большого умственного напряжения.

Игры-разбивки. Для повышения эффективности работы на занятии проводится деление на подгруппы или так называемые малые группы. Чтобы это прошло в активной и увлекательной форме, применяются игры-разбивки («Мишки, ульи, пчелы, мед», «Ласточки, гнезда, ураган», «Летичий двор», «Фрукты» и др.). Во многих случаях они могут выполнять роль игр-разминок, потому как одновременно активизируют внимание и выступают помощниками для смены вида деятельности.

Существуют отдельные упражнения, которые помогают провести рефлексию и подвести итоги всего занятия («Зеркало заднего

вида», «Ключевой момент на занятии», «Стало открытием на данном занятии...», «Игра в снежки» и др.). Их значение трудно переоценить. Ведь это вывод, который участники сделали для себя по результатам работы. Для ведущего такое подведение итогов занятия является своего рода диагностикой достижения цели мероприятия.

Следует обратить внимание на важность упражнений, которые используются волонтерами при подаче нового материала или отработке практических навыков у участников. Это специального рода упражнения, которые несут особую смысловую нагрузку на занятия, так как главное их назначение – это раскрытие темы и достижение поставленной цели занятия («Скрепка», «Марионетка», «Мафия», «Остановись и подумай», «Говорить «Нет» без чувства вины» и др.). Поэтому отдельно надо сказать о том, как важно правильно провести обсуждение таких упражнений, которое проводится после их завершения. Волонтеры знают, что именно этот анализ обладает тем формирующим потенциалом, который заложен в интерактивном занятии. Большинство подобных упражнений обращается к опыту самого учащегося. На основе такого опыта формируются новые знания и умения. Этому будет способствовать правильно осуществленный анализ упражнения. Можно рекомендовать проводить его по следующей схеме: чувства – факты – опыт – применение в жизни. Как это делается в реальности?

После завершения упражнения его анализ начинается с обсуждения чувств, которые испытывают участники. Для этого, как пример, можно предложить следующие вопросы:

- Что вы чувствуете?
- Какие чувства вы испытывали во время упражнения?

Затем проводится обсуждение фактов. С этой целью поэтапно восстанавливается ход проведения упражнения, сам процесс и поведение участников. Группе можно задать такие вопросы:

- Что происходило?
- Что мы делали?

После этого хорошо провести анализ опыта, который участники получили в ходе проведения упражнения. Это выводы, как лучше себя вести в предложенной ситуации и осознание эффективных путей решения задач и проблем. С этой целью можно предложить такие вопросы:

- Что бы вы хотели изменить?

- Как можно вести себя по-другому?
- Как можно улучшить процесс / результат?

И наконец, обязательным завершением анализа упражнения должно стать обсуждение возможности применения полученного опыта в жизни (провести параллели с реальной жизнью, рассмотреть возможность использования полученного опыта в будущем, как он может быть полезен).

- Какие выводы вы сделали после этого упражнения?
- Как вы будете вести себя в жизни, используя полученный опыт?

Такое обсуждение упражнений дает возможность максимально достичь ожидаемого результата от всего занятия.

Применение игровых методов и форм в равном обучении дает возможность значительно повысить уровень усвоения материала участниками, что увеличивает эффективность профилактической работы.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Игры на сближение

Игра «Меня зовут ... Я умею делать так...»(подходит для всех группы, участники могут быть знакомы и не знакомы между собой)

Участники по кругу, по очереди, называют свое имя, и далее – делают какое-либо движение, которое им нравится.

Пример: *«Я – Светлана. Я умею делать так...»*.

Игра «Вы еще, не знаете обо мне то, что я...»(подходит для всех группы, участники могут быть знакомы и не знакомы между собой)

Участники по кругу, по очереди, называют свое имя, и далее – факт из жизни, который является малоизвестным остальным.

Пример: *«Я – Максим. Вы еще не знаете обо мне то, что я мечтал стать актером»*.

Игра «Я уникален тем, что...» (подходит для группы, участники которой уже знакомы между собой)

Пожалуйста, вспомните какое-нибудь свое качество, умение или любую другую характеристику, которая, на ваш взгляд, является уникальной и отличает вас от всех остальных. Теперь по кругу

каждый из васбудет произносить фразу: «Я уникален/уникальна тем, что...» (например, играю на трубе). Если вдруг кто-то еще из участников обладает тем же уникальным качеством или умением, он (она) быстро садится на колени говорящему (на короткое время). Затем о своей уникальности говорит следующий участник.

Если нет желающих начать, то это может сделать ведущий.

Игра «Определение настроения в соответствии с каким-либо явлениемили состоянием природы»(подходит для группы, участнки которой уже знакомы между собой)

Каждом участнику предлагается ассоциировать свое настроение в настоящий момент с явлениемили состоянием природы. Например, *солнечно*.

Как вариант, можно предложить каждому участнику выбрать заранее подготовленные фигурки из бумаги, а затем объяснить почему он выбрал именно эту вещь, а не другую.

Игра «Моя любимая вещь»(подходит для группы, участнки которой уже знакомы между собой)

По кругу каждый участник представляется и рассказывает о той вещи, которая ему очень дорога (можно заранее попросить принести такую вещь с собой). В рассказе можно поделиться тем, почему она имеет такую ценность для тебя. В конце упражнения ведущий представляет свою любимую вещь. (Если упражнение вызывает затруднение, то ведущий может начать с себя).

Игры-разминки

Игра «Шеренга по размеру обуви»

Педагогпредлагает участникам выстроиться в шеренгу по размеру обуви (можно выстроиться в порядке дней рождения и т. д.)

Игра «Ветер дует на тех, у кого...»

Участники сидят по кругу. Ведущий встает в центре круга. Ему не хватает стула. Его задача – сесть на свободный стул. Для этого он продолжает фразу: «Ветер дует на тех, у кого...», называя какой-либо признак, который относится и к нему тоже. Например, если игрок в центре в черных туфлях, он может сказать: «Ветер дует на тех, у кого черные туфли.» Все, для кого этот факт справедлив, – в данном случае все люди в черных туфлях – должны немедленно встать и быстро найти

себе место, оставленное кем-то еще. Нельзя садиться обратно на свой собственный стул, и на стул, который непосредственно рядом. Таким образом, все пересаживаются на новые места, и ведущий занимает какое-либо место. Можно сказать: «Ураган», тогда пересаживаются все. Оставшийся в центре человек говорит свою фразу, начинающуюся словами «Ветер дует на тех, у кого...» и игра продолжается.

Игра «Молекулы и атомы»

Участники занятия, «атомы», свободно двигаются по комнате под музыку. По сигналу ведущего (хлопок) «атомы» объединяются в молекулы по 2 человека, затем по 3 и т. д. В конце игры объединяется вся группа.

Игра может применяться как игра-разбивка. Для этого ее можно закончить на том этапе, на сколько групп надо разделить участников.

Игры-разбивки

Игра «Мишки, улы, пчелы, мед»

По кругу участники рассчитываются на «Мишки, улы, пчелы, мед» и делятся на группы «Мишки», «Улы», «Пчелы», «Мед».

Игра «Фрукты»

Ведущий записывает на доске любимые фрукты, которые предлагают участники. Количество фруктов записывается столько, на сколько групп надо разделить участников для дальнейшей работы. После чего участники рассчитываются по кругу на эти фрукты и собираются в группы.

Можно внести активность и использовать игру как разминку. Для этого организовать игру по аналогии с игрой «Ветер дует на тех, у кого...». Ведущий стоит в центре круга и называет, например, категорию «Улы». Участники этой категории меняются местами, а ведущий старается занять одно из освободившихся мест. Тот, кто не успевает занять место, становится на роль ведущего. Дальше называется следующая категория. И снова все участники меняются.

Игры на подведение итогов занятия

Игра «Ключевой момент на занятии»

В конце занятия участникам предлагается рассказать, что стало для них ключевым моментом на данном занятии.

Игра «Зеркало заднего вида»

Вспомните, что вы «наблюдали» в ваших «зеркала заднего вида», (два аспекта занятия). Расскажите, что вам запомнилось из «увиденного» в правом зеркале, о чем задумались в левом.

Игра «Открытие на занятии»

Педагог передает любую мягкую игрушку по кругу и каждый, получив предмет, отмечает, что для него стало открытием на данном занятии.

Игра «Снежки»

Необходимо попросить каждого участника написать на заранее подготовленных листах формата А4 пожелание своему другу. Затем лист формируется в снежок и начинается игра. Участники бросают друг другу «снежки», в конце каждый оставляет себе по одной бумаге-снежку, после чего каждый может развернуть бумагу и для себя прочитать полученное пожелание.

Рекомендуемая литература

1. Кашлев, С.С. Технология интерактивного обучения / С.С. Кашлев. – Минск: Белорусский верасень, 2005. – 196 с.
2. Матыцина, И.Г. Мир коммуникативной игры: методические рекомендации для педагогов / И.Г. Матыцина. – 2-е изд., испр. и допол. – Брест : Изд-во БрГИПКиПРРиСО, 2008. – 49 с.
3. Минова, М.Е. Педагогика детского и молодежного движения / М.Е. Минова: учеб.-метод. пособие / М.Е. Минова. – Минск: Акад. последиплом. образования, 2013. – 334 с.
4. Михалевич, Е.Ф. Подход «Равный обучает равного» в проведении современного классного часа / Е.Ф. Михалевич. – Выхаванне и дадатковаяадукацыя. –2014. –№ 8.

5. ОБУЧАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ ВОЛОНТЕРОВ РАВНОГО ОБУЧЕНИЯ

5.1. Понятие здорового образа жизни. Ценность здоровья в жизни человека

Цель: формирование понятия о здоровом образе жизни, его компонентах, содействие осознанию участниками ценности здоровья.

Основные понятия

Здоровье – полное физическое, душевное и социальное благополучие.

Здоровый образ жизни – деятельность, активность людей, способствующая сохранению и улучшению здоровья.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Укрепление здоровья детей, подростков и молодежи является одним из приоритетов государственной социальной политики. В статье 2 Кодекса Республики Беларусь об образовании определено, что основами государственной политики в сфере образования является обеспечение деятельности учреждений образования по осуществлению воспитания, в том числе по формированию у граждан здорового образа жизни и духовно-нравственных ценностей.

В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) здоровье рассматривается как состояние «**полного физического, душевного и социального благополучия**», а не только как «**отсутствие болезней и физических дефектов**». Такое толкование понятия «здоровье» получило достаточно широкое признание.

Здоровье человека формируется под влиянием многих факторов: генетических, социальных, экономических и т. д. Всемирная организация здравоохранения, проанализировав их, пришла к выводу, что здоровье человека на 20 % зависит от наследственности, на 20 % от окружающей среды, на 10 % от медицинского обслуживания и на 50 % – от того образа жизни, который он ведет. В понятие «образ жизни» входят факторы, которые, могут, как укреплять, так и разрушать здоровье. Здоровый образ жизни предполагает полное отсутствие так называемого саморазрушающего поведения человека.

В то же время, на здоровье населения оказывает влияние целый ряд таких отрицательных факторов образа жизни, как курение и употребление алкоголя, неправильное питание, гиподинамия, употребление наркотиков и злоупотребление лекарствами, вредные условия труда, стрессовые ситуации, неблагоприятные материально-бытовые условия, непрочность семей, одиночество, низкий образовательный и культурный уровень, чрезмерно высокая степень урбанизации. Человека не удастся уберечь от всех выше перечисленных факторов, и поэтому необходимо обеспечить его здоровье в реальных условиях его существования. Научное обеспечение здоровья со стороны только медицинских знаний в связи с этим оказывается совершенно недостаточным.

Согласно развернутому определению, **образ жизни** – это совокупность типичных видов (способов) жизнедеятельности индивида, социальной группы, общества в целом, которая берется в единстве с условиями жизни, определяющими ее. Она дает возможность комплексно рассматривать основные сферы жизнедеятельности людей: труд, быт, включая семейно-брачные отношения; образование и культуру, общественную жизнь, включая национальные отношения, выявлять ценностные ориентации людей и причины их поведения (стиля жизни), обусловленного укладом (социально-экономическим строем), уровнем (материальным благосостоянием) и духовно-нравственной активности.

Частными категориями образа жизни являются уровень и качество жизни. **Уровень жизни** – экономическая категория, выражающая степень удовлетворения материальных и культурных потребностей людей, обеспеченности потребительскими благами, которые характеризуются преимущественно количественными показателями (размер зарплаты, реальный доход, уровень потребления продовольственных и непродовольственных товаров, продолжительность рабочего и нерабочего времени, жилищные условия, уровень образования, здравоохранения и культуры и т. д.). Уровень жизни, наряду с укладом жизни и качеством жизни, определяет условия образа жизни людей.

Понятие «**качество жизни**» раскрывает качественную сторону удовлетворения материальных и культурных потребностей (качество питания, качество здравоохранения, образования, сферы обслуживания, окружающей среды; структура досуга, степень

удовлетворения потребностей условий жизни – качество жилищных условий, питания, уровень комфорта, удовлетворенность работой, общением и т.д.).

Условия жизни – это факторы, определяющие образ жизни. К числу их следует относить материальные, социальные, политические, духовно-нравственные, культурные и другие условия, а также природные условия, которые, не являясь определяющими, оказывают, подчас очень существенное влияние на образ жизни.

Термин «**стиль жизни**», как правило, относят к индивидуальным особенностям поведения как одного из проявлений жизнедеятельности, активности. Сюда же причисляют и индивидуальные особенности образа мыслей, стиля мышления.

Здоровый образ жизни – это деятельность, активность людей, способствующая сохранению и улучшению здоровья. Это единство и согласованность всех уровней жизнедеятельности человека – биологического, психологического, профессионального, социально-культурного и духовно-нравственного. Оценка понятия «здоровый образ жизни» весьма варьирует. Речь идет не только об искоренении вредных привычек, выполнении гигиенических норм и правил, санитарном просвещении, но и также – это деятельность, направленная на сохранение, укрепление здоровья людей как условия и предпосылки осуществления, развития других сторон и аспектов жизни общества.

Человек, определяя для себя образ жизни, тем самым регулирует уровень вероятности того или иного заболевания. Образ жизни современного человека часто характеризуется гиподинамией, переизбытком, злоупотреблением лекарственными препаратами, алкоголем, психологическими стрессами, информационной перегруженностью, отсутствием высоких нравственно-этических идеалов, утерей цели и смысла жизни. Здоровый образ жизни предполагает выбор таких форм активности, которые способствуют сохранению и укреплению здоровья человека. Выбор определяется уровнем культуры человека, освоенных знаний и жизненных установок.

Здоровье является самой главной ценностью и человека и общества, т. к. представляет основу для дальнейшего сохранения и развития жизни. Любое общество стремится сформировать человека физически, психически и социально здоровым в соответствии с моральными, интеллектуальными и физическими идеалами. Исторически сложились два подхода к оздоровлению – побуждение

человека к правильному образу жизни, формирующему здоровье и коррекция состояния здоровья с помощью лекарственных средств и медицинского вмешательства.

Однако программы по формированию здорового образа жизни, основанные на применении подхода РОР, направлены не только на повышении уровня информированности молодежи, но и на формирование у нее нравственного и безопасного поведения, ответственного отношения к своему здоровью, как к личной и общественной ценности.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Упражнение «Жизненные ценности»

Цель: развитие представлений о жизненных ценностях.

Необходимые материалы: листы бумаги (в зависимости от количества участников, карандаши, ручки.

Ход работы. Каждый игрок получает (рисует) «Шкалу жизненного пути». В течение 2 минут участникам необходимо нанести на «Шкалу жизненного пути» 4 главные цели, которые они хотят достичь в определенном возрасте. Затем на отдельно розданных четырех небольших листках бумаги (либо Post-it) участники переписывают написанные ими цели и выкладывают их напротив записанных. Педагог проходит с пакетом и просит отдать сначала одну из целей, написанных на листках бумаги. Далее такое действие повторяется еще два раза, таким образом, чтобы у учащихся осталась в наличии только одна жизненная цель (ценность). В конце игры проводится обсуждение и подводятся итоги игры.

– Легко ли было сделать выбор на каждом этапе игры, и какой этап оказался самым сложным?

– Какая цель осталась и возможно ли ее достижение без тех трех, которые были отложены в процессе игры, и почему?

– Была ли у кого-нибудь из участвующих в игре цель «сохранение собственного здоровья»?

– Если да, то оставили ли Вы ее до окончания игры или нет, и почему?

У большинства в процессе игры «сохранение собственного здоровья» не являлось главной целью вашей жизни. Но может ли

осуществиться главная цель, мечта без сохранения собственного здоровья?

Упражнение «Определение здоровья»

Цель: определение понятия «здоровье».

Необходимые материалы: листы бумаги (в зависимости от количества участников), карандаши, ручки.

Ход работы. Участникам раздается по 1 листочку бумаги, на котором в течение 5 минут им необходимо сформулировать определение понятия «Здоровье». Затем каждый по очереди представляет свою формулировку, а ведущий записывает на вагмане. Каждый последующий участник дополняет только, что не упомянули предыдущие. По окончании ведущий представляет определение ВОЗ.

Игра «Цветок»

Цель: выработка самоуважения.

Необходимые материалы: листы бумаги формата А4, ручки, маркеры.

Ход работы. Нарисовать на доске маленький круг. Это центр цветка, но у него пока нет лепестков. Допустим, что этот центр символизирует вашу личность. Его надо окружить лепестками, символически представляющими элементы, из которых складывается уважение к себе. Название каждого лепестка можно также выписывать под рисунком.

В лепестках могут быть перечислены такие позитивные свойства участников, как:

- ощущение своей привлекательности и индивидуальности;
- вера в свои способности, силы, возможности.
- ощущение своей уникальности, ценности;
- уверенность в себе.

Участникам предлагается посмотреть на полученный цветок. Лепестки цветка держатся вместе потому, что их что-то объединяет. Это «что-то» – вы сами. Прежде, чем быть желанным, уважаемым, любимым, нужно просто «быть». Уважение к себе и к другим – это нормальное состояние здорового человека.

Творческое задание «Стихотворение о Вас»

Цель: осознание ценности человека, самооценности себя как

личности.

Необходимые материалы: листы с незаконченными предложениями для написания стихотворения (в зависимости от количества участников), карандаши, ручки.

Ход работы. Ведущий предлагает участникам написать стихотворение о себе по предложенной форме. Для этого каждому раздается лист с формой стихотворения. На заполнение отводится 10 минут. Затем тренер предлагает участникам по желанию зачитать свое стихотворение. Каждый участник забирает свое стихотворение себе.

Вывод: Каждый из вас по-своему ценен. Среди ваших стихотворений не было ни одного одинакового. Каждый из вас подобен вазе, созданной гончаром по особому замыслу. Ваша личность обладает непреходящей ценностью, прежде всего потому, что во всем мире нет больше никого, повторяющего вас до мельчайших подробностей. Вам никогда не найти человека с точно такими же отпечатками пальцев, как у вас. Не бывает людей с одинаковыми чувствами и мыслями. Каждый обладает только ему присущим набором представлений, мнений, вкусов, способностей и чувств – что и делает вас особым уникальным существом. Однако безответственное в плане сохранения здоровья поведение может разрушить каждую из 5 сторон личности, нарушить Вашу индивидуальность.

Стихотворение о Вас

Я уникален, потому что _____
Мой организм – это сложное и прекрасное творение, потому что _____

Хотя я далек от совершенства, я _____

ВОТ Я КАКОЙ

Я _____
(два особых Ваших качества)

Мне интересно _____
(что-то, вызывающее у Вас интерес)

Я слышу _____
(воображаемый звук)

Я вижу _____
(воображаемый объект)

Я хотел бы _____
(Ваше реальное желание)

Я _____
(повторение первой строки)

Я представляю себе _____
(Ваша фантазия)

Я чувствую _____
(чувство относительно чего-то вымышленного)

Я прикасаюсь _____
(к воображаемому предмету)

Я беспокоюсь _____
(о чем-то реальном)

Я плачу _____
(когда вспоминаю что-то очень грустное)

Я _____
(повторение первой строки)

Я понимаю _____
(что-то, в чем Вы уверены)

Я говорю _____

(фраза, в истинность которой Вы верите)

Я мечтаю _____
(Ваша настоящая мечта)

Я пытаюсь _____
(что-то сделать)

Я надеюсь _____
(Ваша реальная надежда)

Я _____
(повторение первой строки стихотворения)

Рекомендуемая литература

1. Бедулина, Г.Ф. Формирование здорового образа жизни: компьютерные технологии в подготовке тренеров-сверстников : учеб.-метод. пособие / Г.Ф. Бедулина. Минск: Лазурек, 2008. – 160 с.
2. Залыгина, Н. А. Здоровье как ценность в системе воспитания /Н. А. Залыгина, Г. В. Калачевский // Здоровы лад жыцця. – 2009. – № 7. – С. 3–5.
3. Книга для подростка о здоровье и счастье. Отв.ред. Залыгина Н.А., Маскалевич, Ю.А., Тишурова, О.С. – Мн. Белпрофипринт, 2008.
4. Купчинов, Р. И. Формирование здорового образа жизни учащейся молодежи: пособие для педагогов / Р.И. Купчинов. – Минск: Национальный Институт образования, 2007. – 192 с.
5. Профилактика ВИЧ-инфекции в учреждениях образования на основе жизненных навыков : пособие в 3 ч. Профилактика ВИЧ-инфекции среди обучающихся I, II, III ступени обучения учреждений общего среднего образования / Е. Ф. Михалевич [и др.] ; под общ. ред. А. С. Никончука. – Минск : ЗорныВерасок, 2012. – Ч. 1. – 288 с.

5.2. Формирование гендерной культуры молодых людей

Цель: развитие у волонтеров представлений о гендерной культуре, методах и формах ее формирования.

Основные понятия

Гендер – это социальный пол, определяющий поведение человека в обществе и то, как это поведение воспринимается. Это тополороевое поведение, которое определяет отношение с другими людьми: друзьями, коллегами, одноклассниками, родителями, случайными прохожими и т. д.

Гендерные роли – одни из видов социальных ролей, набор ожидаемых образцов поведения (или норм) для людей того или иного пола (чаще социального пола или гендера), представителей определённой сексуальной ориентации. Роль в социальной психологии определяется как набор норм, определяющих, как должны вести себя люди в данной социальной позиции.

Женщина – человек женского пола, одного из двух полов, образующих род людей, лицо женского пола как воплощение свойств, качеств этого пола.

Мужчина – человек мужского пола, одного из двух полов внутри рода людей, лицо мужского пола как воплощение свойств, качеств этого пола.

Гендерная культура – это система действующих в обществе взглядов, установок, принципов, моделей поведения и т. д., формирующих социокультурные аспекты пола (гендерные роли, гендерные отношения, гендерные стереотипы, семейно-брачные установки и т. д.). Гендерная культура характеризует социальную сторону взаимоотношений между полами, основу которой должны составлять нравственные нормы и ценности.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Гендерное образование в узком смысле – это образование, которое содействует формированию гендерного равенства и способствует преодолению негативных гендерных стереотипов. Гендерное образование не обязательно должно выражаться в каких-

то конкретных образовательных программах, оно как бы «разлито» присутствует в процессах обучения и воспитания и является частью идеологии высшего образования.

Гендерное равенство подразумевает общество, в котором и женщины, и мужчины обладают равными возможностями, правами и обязательствами во всех сферах жизни. Равенство между женщинами и мужчинами – это когда представители обоих полов могут на равных иметь доступ к образованию и здравоохранению, управлению и власти, имеют равные возможности достичь финансовой независимости, работая на кого-то или управляя собственным бизнесом, реализации своих личностных и профессиональных потребностей и интересов. Критическим аспектом в достижении гендерного равенства является наделение женщин полномочиями и более широкими возможностями в различных сферах развития общества, а также вовлечение в процесс достижения гендерного равенства мужчин.

Гендерные стереотипы – это социально разделяемые представления о личностных качествах и поведенческих моделях мужчин и женщин, а также о половой специфике социальных ролей.

Методы и формы: интерактивные, дискуссионные, игровые, проективные методы, метод анализа проблемных ситуаций (Case-study), Интернет-проекты (молодежные сайты, форумы, порталы, социальные сети, образовательные Интернет-ресурсы), СМИ в учреждениях образования (школьные пресс-центры, газеты, журналы, телевидение и др.).

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Упражнение «Пол и гендер»

Цель: освоить и закрепить знания о понятиях «пол» и «гендер».

Необходимые материалы: листки со списком утверждений.

Ход работы. Ведущий раздает каждому участнику листок со списком утверждений.

Утверждения «пол» и «гендер»:

1. Женщины рожают детей, мужчины – нет. (П)
2. Девочки в школе учатся лучше, мальчики – хуже. (Г)
3. Женщины могут кормить младенцев грудью, а мужчины – только из бутылочки. (П)

4. Девочки – спокойные и послушные, а мальчики – непоседливые и самостоятельные. (Г)

5. У юношей в переходном возрасте ломается голос, у девушек – нет. (П)

6. Большинство строительных работ выполняют мужчины. (Г)

Ведущий: *Отметьте, какие из этих утверждений относятся к «полу», а какие – к «гендеру»?*

Далее проводится групповое обсуждение правильности ответов. Ведущий зачитывает по очереди утверждения, обсуждает в группе и объявляет правильные ответы.

Метод «Незаконченное предложение»

Цель: определить доминирующие ценности и базовые ценностные установки, характеризующие гендерную культуру личности.

Ход работы. Ведущий предлагает участникам по кругу продолжить незаконченные предложения:

- 1) Гендерная культура человека в моём представлении – это...
- 2) Идеальные отношения между мужчиной и женщиной – это...
- 3) Настоящий мужчина в моём понимании – это...
- 4) Женщина в моём понимании – это...
- 5) Отношения между мужчиной и женщиной могут быть...
- 6) Отличительная женская черта в моем понимании – это...
- 7) Отличительная мужская черта в моем понимании – это...
- 8) Я полагаюсь на силу и мужество, если...
- 9) Я ценю женскую красоту, потому что...
- 10) В мире должно быть равноправие между мужчинами и женщинами потому, что...

Упражнение «Гендерные стереотипы»

Цель: развивать представления участников о гендерных стереотипах.

Необходимые материалы: доска, лист ватмана, маркеры.

Ход работы. Ведущий предлагает участникам назвать 5–10 качеств, которые свойственны мужчине. Участники называют качества, а ведущий записывает их на доске (листе ватмана).

После этого ведущий просит участников назвать 5–10 качеств, характерных для женщины. Ведущий записывает их на второй половине доски (листа ватмана).

Ведущий задает вопросы:

- 1) Почему Вы назвали именно эти качества, как свойственные мужчинам?
- 2) Могут ли вышеназванные качества быть характерны для женщин?
- 3) Могут ли названные «женские» качества быть характерны для мужчин?

Например, может ли мужчина быть красивым, ласковым?

Может ли женщина быть сильной, богатой?

Ведущий подводит итоги. Сегодня мы с Вами определили гендерные стереотипы нашей группы. Ведь именно в обществе и социальных группах формируются представления о личностных качествах и поведенческих моделях мужчин и женщин.

Деловая игра «О мужчинах и женщинах»

Цель: развивать представления участников о мужчинах и женщинах, их качествах, гендерных ролях, моделях поведения.

Необходимые материалы: лист ватмана, маркеры.

Ход работы. Ведущий: *Сейчас одна из самых модных тем ток-шоу на телевидении и радио: что значит быть «настоящей женщиной», или «настоящим мужчиной». Какие качества женщин и мужчин ассоциируются у Вас с этими понятиями?*

– Быть «настоящей женщиной» – это быть... (какой?)

– Быть «настоящим мужчиной» – это быть... (каким?)

Участники высказывают свои мнения.

Ведущий: *Возможно, Вам приходилось встречаться с выражением «женское счастье». Как Вы думаете, что под ним подразумевается?*

Участники высказывают свои мнения.

Ведущий: *Как Вы думаете, существуем ли «мужское счастье»? да, то в чем оно заключается?*

Участники высказывают свои мнения.

Ведущий: *Как Вам кажется, существуют ли по-настоящему «мужские» и «женские» профессии? Если «да», то приведите примеры (до 10 примеров). Для выполнения этого задания будем работать в группах по 4-5 человек.*

Участники распределяются по малым подгруппам.

Женские профессии	Мужские профессии
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9
10	10

Участники определяют в группах примеры «женских» и «мужских» профессий. Затем презентуют результаты своей работы и аргументируют свой выбор тех или иных профессий в качестве «женских» или «мужских».

Ведущий: *По Вашему мнению, существует ли разница между девочками и мальчиками? Если да, то какая:*

а) в психическом развитии (внимание, память, речь, мышление)

Девочки	Мальчики

б) в поведении

Девочки	Мальчики

в) в общении

Девочки	Мальчики

Ведущий: *Как Вам кажется, нужно ли воспитывать мальчиков и девочек по-разному? Если да, то чем, на Ваш взгляд, отличается воспитание девочек от воспитания мальчиков?*

Воспитание девочек	Воспитание мальчиков

Ведущий: *В чем, по вашему мнению, заключаются отличия воспитательного воздействия мужчины и женщины на ребенка (проблема «мужского» и «женского» воспитания)?*

Характеристики «женского» воспитания	Характеристики «мужского» воспитания

Ведущий: *В чем, по Вашему мнению, заключается педагогическая роль...*

Матери	Отец
В воспитании дочери	В воспитании сына
В воспитании сына	В воспитании дочери

Рекомендуемая литература

1. Бурова, С.Н. Гендерное воспитание : учеб.-метод. пособие / С.Н.Бурова, О.А.Янчук. – Минск : ОО «БАМХЖ», 2006. – 82 с.
2. Коновальчик, Е.А. Воспитание гендерной культуры учащихся: пособие для педагогов общеобразоват. учреждений / Е.А.Коновальчик, Г.Е.Смотрицкая. – Минск : Нац. ин-т образования, 2008. – 96 с.
3. Смотрицкая, Г.Е. Основы гендерных знаний : учеб.-метод. пособие / Г.Е.Смотрицкая. – Минск: БГУФК, 2005.– 52 с.
4. Смотрицкая, Г.Е. Социализация учащихся средней общеобразовательной школы: гендерный контекст : метод. рекомендации для учителей средних общеобразоват. школ / Г.Е.Смотрицкая. – Минск : РИВШ, 2006. – 34 с.
5. Степанова, Л.Г. Диагностика гендерной индивидуальности личности : учеб.-метод. пособие / Л.Г.Степанова. – Минск : БГПУ, 2002. – 26 с.

5.3. Профилактика насилия в молодежной среде

Цель: расширение и углубление знаний волонтеров по проблемам профилактики насилия в молодежной среде.

Основные понятия

Насилие – это воздействие одного человека на другого, нарушающее гарантированное Конституцией право граждан на личную неприкосновенность (в физическом и духовном смысле).

Социальное насилие – применение или угроза применения силы (в прямой или косвенной форме) с целью принуждения людей

к определенному поведению, господство одной воли над другой, чаще всего связанное с угрозой человеческой жизни; общественное отношение, в ходе которого одни индивиды (группы людей) с помощью внешнего принуждения, представляющего угрозу жизни вплоть до ее разрушения, подчиняют себе других, их способности, производительные силы, собственность.

Домашнее насилие (семейное или бытовое насилие) – это повторяющееся насилие одного родственника по отношению к другому, в первую очередь внутри семьи; повторяющийся с увеличением частоты цикл физического, сексуального, словесного, психологического и экономического оскорбления и давления по отношению к своим близким с целью обретения над ними власти и контроля. Домашнее насилие часто сопровождается насилием над детьми.

Жестокое обращение с детьми – любые умышленные действия или бездействие родителей, воспитателей и других лиц, от которых ребёнок находится в зависимости, наносящие ущерб его физическому или психическому здоровью, нарушающие развитие личности ребёнка, его психическое развитие или социализацию.

Буллинг – запугивание, унижение, оскорбление, физический или психологический террор.

Онлайн-насилие – насилие, осуществляемое в виртуальной среде с помощью средств и ресурсов Интернета и/или мобильных телефонов.

Кибербуллинг – буллинг, осуществляемый в виртуальной среде с помощью средств и ресурсов Интернета и/или мобильных телефонов. Молодые люди создают сайты, группы в социальных сетях, посвященные их сверстникам-изгоям, размещают компрометирующие жертв фото- и видеоматериалы, распускают о них неприличные слухи, анонимно посылают сообщения с угрозами и оскорблениями. В некоторых случаях издевательства над сверстниками снимаются на видео или фотографируются, а материалы выкладываются в сеть для общего доступа.

Профилактика насилия – деятельность по выявлению причин насилия и условий, способствующих его совершению, принятие мер по их устранению, воздействие на социальные процессы и явления в целях недопущения насилия.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Основная цель равного обучения в области профилактики насилия: формирование определенного образа жизни молодых людей, базовыми ценностями которого являются безопасность и благополучие.

Основными идеями и подходами, которые реализуются в равном обучении, являются следующие.

Во-первых, деятельностный подход, предполагающий переход от традиционной формы трансляции информации, усвоения знаний, умений к активному и интерактивному обучению (обучению через действие и взаимодействие), организации познавательной деятельности молодых людей.

Во-вторых, формирование индивидуальных моделей поведения молодых людей с минимизацией возможного риска проявления насилия.

В-третьих, развитие способностей молодых людей к оценке своих действий и действий других людей, а также информации с точки зрения безопасности и ответственности.

В-четвертых, информационное сопровождение и коммуникацию по проблемам безопасности, противодействия насилию.

В-пятых, создание гуманной образовательной среды, позволяющей осуществлять образовательное взаимодействие, исключаящее насилие.

Основное содержание равного обучения по профилактике насилия в молодежной среде включает следующие тематические разделы:

- 1) Определение понятий «насилие», «социальное насилие», «домашнее насилие», «жестокое обращение», «онлайн-насилие» и др.
- 2) Способы общения с молодыми людьми, пострадавшими от насилия.
- 3) Техники и приемы общения с молодым человеком в ситуации риска насилия.
- 4) Проблемы жестокого обращения с детьми и молодыми людьми в семье. Профилактика жестокого обращения с молодыми людьми.

- 5) Работа по предупреждению насилия над молодыми людьми в киберпространстве. Формирование правил безопасного поведения молодых людей в Интернет.
- 6) Формы поддержки молодых людей, оказавшихся в неблагоприятных условиях, проявляющих виктимность в поведении.
- 7) Стигматизация в молодежных коллективах. Изгой в коллективе. Направления коррекции поведения индивида и группы.
- 8) Интерактивные, игровые, проективные методы, метод анализа проблемных ситуаций (Case-study) по предупреждению насилия и виктимного поведения.
- 9) Формирование правильных стратегий поведения.
- 10) Защита и поддержка молодых людей с виктимным поведением, ставших жертвами насилия.

Необходимо найти эффективные методы и формы работы с молодыми людьми по противодействию социальным рискам вовлечения в систему небезопасного поведения, насилию, в том числе в информационном пространстве. Эти методы и формы можно объединить несколькими задачами: научение размышлению, оценке и анализу действий и информации, формирование активного неприятия рискованного действия, активизация ценностно-регулятивных основ поведения.

Методы и формы: интерактивные, дискуссионные, игровые, проективные методы, метод анализа проблемных ситуаций (Case-study), Интернет-проекты (молодежные сайты, форумы, порталы, социальные сети, образовательные Интернет-ресурсы), СМИ в учреждениях образования (школьные пресс-центры, газеты, журналы, телевидение и др.).

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Упражнение «Виды домашнего насилия» (автор Е.Г. Нестерук)

Цель: познакомить с видами домашнего насилия, определить действия, которые относятся к каждому виду насилия, закрепить эти понятия.

Необходимые материалы: карточки, скотч, флип-чарт, маркеры.

Ход работы. В ходе мозгового штурма группа перечисляет виды домашнего насилия. При необходимости тренер дополняет группу. Карточки с названиями видов домашнего насилия крепятся на флип-чарте либо волонтер записывает их маркером на листе. Далее всем участникам раздаются карточки с описанием действий, которые могут совершаться в отношении людей. Каждый участник зачитывает карточку и относит ее к одному из перечисленных видов насилия.

Комментарий. Карточки могут содержать следующие действия:
физическое насилие:

- хватания;
- толчки;
- бросания;
- плевки;
- нанесение ударов ладонью и/или кулаком и/или посторонним предметом;
- удерживание;
- удушение;
- избиение;
- пинки;
- использование оружия;
- причинение ожогов и т. д.;

психологическое насилие:

- вербальные оскорбления;
- шантаж;
- акты насилия по отношению к детям или другим лицам для запугивания;
- запугивание посредством насилия по отношению к домашним животным или разрушение предметов собственности;
- преследование;
- контроль над деятельностью жертвы;
- контроль над кругом общения жертвы;
- контроль над доступом жертвы к различным ресурсам (получению образования, работе, общению с друзьями и т. д.);
- контроль над распорядком дня жертвы и т. д.;

сексуальное насилие:

- принуждение к половым отношениям посредством силы, угроз или шантажа (изнасилование);
- принуждение к половым отношениям в неприемлемой форме;

- принуждение к половым отношениям в присутствии других людей;
- принуждение к половым отношениям с детьми или третьими лицами;
- принуждение смотреть и/или повторять порнографические действия и т. д.;

экономическое насилие:

- отказ в содержании детей;
- утаивание доходов;
- отчет о совершении покупок любых покупок (предоставление чеков и т. д.);
- самостоятельное решение большинства финансовых решений без учета потребностей супруги/а и детей;
- лишение супруги/а финансовых средств даже для оплаты жизненно-важных расходов и т. д.

Работа в группах «Жертва и насильник»

Цель: познакомить с особенностями проявления насилия, определить характеристики насильника и жертвы.

Необходимые материалы: флип-чарт, листы ватмана, маркеры.

Ход работы. Участники делятся на 2 малые группы. Участникам предлагаются фломастер и большой лист бумаги в человеческий рост. Одна группа должна нарисовать силуэт насильника, другая – жертвы. Затем по контуру рисунка участники должны совместно написать особенности характера, психики жертвы и насильника. Затем группы делают презентацию своих рисунков, задают друг другу вопросы. Осуществляется дискуссия.

Работа в группах «Горячие новости»

Цель: обсудить виды насилия в молодежной среде, и как средства массовой информации влияют на представления о проблеме насилия в обществе.

Необходимые материалы: ватманы, ножницы, клей, гляцевые журналы, маркеры, цветные карандаши.

Ход работы. Участники делятся на 3-4 малые группы. Каждая группа готовит выпуск газеты, которая посвящена наиболее часто встречающимся ситуациям насилия в молодежной среде. На листе бумаги должны быть размещены статьи. Сами статьи писать не надо,

достаточно заголовков статей и каких-то фотографий, вырезок из журналов, которые будут передавать основную мысль статьи. Также группа должна придумать название для своей газеты. Затем каждая группа представляет свою газету.

Вопросы для обсуждения:

- Какие виды насилия были изображены в газетах?
- Читали ли вы о проблеме насилия в молодежной среде в средствах массовой информации, в Интернет?
- Почему важно говорить о проблеме насилия в молодежной среде?

Упражнение «Дай совет»

Цель: обсудить возможные способы профилактики онлайн-насилия.

Ход работы. Участники работают в малых группах. Каждая группа предлагает несколько советов, помогающих в профилактике онлайн-насилия.

1-ая группа – советы для подростков и молодых людей.

2-ая группа – советы для родителей.

3-я группа – советы для педагогов.

4-ая группа – советы модераторам (системным администраторам) Интернет-сайтов.

Рекомендуемая литература

1. Безопасность детей в опасном мире : пособие для педагогов и родителей / сост. : Г. Л. Козлова, Л. Н. Мирейчик, М. В. Пряхина ; под ред. Л. И. Смагиной. – Минск, 2013. – 56 с.
2. Дети в трудных жизненных ситуациях : сб. материалов / под ред. В. А. Янчука. – Минск : Акад. последиплом. образования, 2014. – 152 с.
3. Домашнее насилие: проблема и пути решения / под общ. ред. С. Н. Буровой. – Минск : Простые лекі, 2008. – 46 с.
4. Методическое обеспечение воспитательной работы в общеобразовательных учреждениях в области предупреждения торговли людьми и насилия над детьми в киберпространстве / сост.: Е. Г. Нестерук, М. В. Пряхина. – Минск, 2010. – 82 с.
5. Насилие в отношении женщин и детей: анализ проблемы и пути

ее решения в Республике Беларусь : сборник / сост. И. Чуткова [и др]. – [Б. м. : б. и.], 2004. – 123 с.

6. **Насилие не ломает нас! : Как пережить последствия насилия? Как перестать быть жертвой по жизни? Как остановить насилие в семье? / сост. Д. Семеник. – Минск : Изд-во Белорус. Экзархата Рус. Православ. Церкви, 2013. – 332 с.**

5.4. Сохранение репродуктивного здоровья

Цель: формирование представлений, расширение знаний волонтеров по вопросам репродуктивного здоровья.

Основные понятия

Репродуктивное здоровье – это важнейшая составляющая общего здоровья человека, каждой семьи и общества в целом. Оно подразумевает состояние полного физического, психического и социального благополучия, характеризующее способность людей к зачатию и рождению детей, возможность сексуальных отношений без угрозы заболеваний, передающихся половым путем, гарантию безопасности беременности, родов, выживание и здоровье ребенка, благополучие матери, возможность планирования следующих беременностей, в том числе предупреждение нежелательной.

Репродуктивная система – это совокупность органов и систем организма, обеспечивающих функцию воспроизводства (деторождения).

Планирование семьи – это методы направленные на сохранение репродуктивного здоровья женщины и мужчины, необходимого для рождения желанных и здоровых детей.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Состояние репродуктивного здоровья во многом определяется образом жизни человека, а также ответственным отношением к сексуальным отношениям. Репродуктивное здоровье это влияет на стабильность семейных отношений и на общее самочувствие человека. Основы репродуктивного здоровья закладываются в подростковом и юношеском возрасте. Поэтому, работа с подростками и молодежью

в области гендерного и сексуального образования на сегодняшний день является одним из актуальных направлений равного обучения. Осуществление, которого приведет к сохранению физического и нравственного здоровья молодого поколения. Гендерное и сексуальное образование и воспитание следует расценивать как часть процесса формирования личности, оно включает в себя не только проблемы здоровья, но и моральные, правовые, культурные и этические аспекты. Поэтому ошибочно ассоциировать гендерное и сексуальное воспитание лишь с освещением вопросов контрацепции и защиты от болезней, передаваемых половым путем. Гендерное и сексуальное образование направлено не только на то, чтобы уберечь подростков и молодых людей от раннего начала половой жизни, но и на то, чтобы научить их осознанно и ответственно относиться к этой важной стороне жизни.

Мужская и женская репродуктивная система состоит из органов, желез и поддерживающих структур, которые вырабатывают, выделяют и переносят половые клетки, а также гормоны, вызывающие половое созревание в подростковом возрасте и управляющие этим процессом. Половой акт между мужчиной и женщиной позволяет мужским и женским половым клеткам (сперматозоид и яйцеклетка) соединиться, слиться и создать новую жизнь.

Половое созревание (пубертатный период или пубертат) – процесс изменений в организме подростка, молодого человека, вследствие которых он становится взрослым и способным к продолжению рода. Половое созревание запускается с помощью сигналов из головного мозга к половым железам: яичкам у мальчиков и яичникам у девочек. В ответ на эти сигналы половые железы вырабатывают различные гормоны, стимулирующие рост и развитие мозга, костей, мышц, кожи и репродуктивных органов. Рост тела ускоряется в первой половине пубертатного периода, а полностью заканчивается с завершением полового созревания. До начала полового созревания различия в строении тела девочки и мальчика сводятся практически только к половым органам. В течение периода полового созревания формируются значительные различия в размерах, форме, составе и функции многих структур и систем организма, наиболее очевидные из которых относят ко вторичным половым признакам.

В период полового созревания происходит биологическая и психическая перестройка организма, ведущая к зрелости.

Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Внешне это проявляется в первую очередь скачком роста, изменением фигуры, появлением вторичных половых признаков.

Половое созревание юношей

Как правило, период полового созревания у юношей начинается в 12–14 лет, но нормальны и небольшие отклонения от этого возраста. Изменения, сопровождающие половое созревание, обуславливаются выбросом мужских гормонов в кровь. Этот процесс начинается под воздействием веществ, вырабатываемых гипофизом, эндокринной железой, которая расположена у основания головного мозга.

Гормоны вызывают рост и созревание половых клеток (спермы), а также выработку и выброс в кровь половых гормонов, самым важным из которых является тестостерон.

Происходит ряд постепенных, но весьма существенных изменений в организме юноши, в том числе:

- увеличение половых органов;
- рост лобковых волос, а также волос в подмышечных впадинах, на теле и на лице;
- ускорение роста мышц и скелета. К концу периода полового созревания размеры тела мальчика практически достигают роста и веса взрослого мужчины;
- постепенное увеличение размеров голосовых связок, в результате чего голос «ломается» и грубеет, становится мужским.

Половое созревание девушек

Период полового созревания у девушек начинается, как правило, в 10–11 лет, т. е. несколько раньше, чем у юношей. Однако эти возрастные особенности проявляются достаточно индивидуально.

Изменения в организме девушки:

- наступление первой менструации (в 10–14 лет). Необходимо знать, что регулярный цикл, важный для репродуктивной функции, устанавливается не сразу, а примерно в течение года после первой менструации;
- развитие и увеличение в размерах молочных желез;
- оволосение подмышечных впадин и лобка;
- расширение бедер, нарастание жировой ткани (в основном в области молочных желез, бедер, ягодиц, плечевого пояса, лобка).

При этом важно понимать, что жир необходим для вынашивания и вскармливания потомства. Поэтому определенное количество жира сигнализирует о том, что организм девушки имеет достаточный запас энергии для полового созревания и способности к рождению детей;

- скачок в росте.

Задержку полового созревания вызывают хронические заболевания, интоксикации, переутомление, неудовлетворительное питание и т. д.

Женская репродуктивная система

Внутренние половые органы

Влагалище – эластичная мышечная трубка, соединяющая внутренние и наружные половые органы, через которую происходит выделение менструальной крови и рождение ребенка.

Матка – мышечный орган, в котором развивается плод до своего рождения. Внутреннюю поверхность выстилает слизистая оболочка (эндометрий), обеспечивающая питание зародыша на ранней стадии беременности или отторгающаяся при менструации

Маточные (фаллопиевы) трубы – две трубки, по которым яйцеклетка перемещается из яичника в матку.

Также у женщины имеются два **яичника**, небольшие миндалевидные железы, в которых содержатся и созревают яйцеклетки.

Яичники представляют собой железы внутренней секреции, которые вырабатывают женские половые гормоны, обуславливающие развитие вторичных половых признаков, рост половых органов и молочных желез. С наступлением половой зрелости и до угасания половой функции в яичниках и в матке происходят согласованные циклические процессы. В яичнике имеются жидкостные образования различных размеров – фолликулы, в которых созревают яйцеклетки.

В каждый менструальный цикл происходит созревание яйцеклетки в одном из этих фолликулов. Когда яйцеклетка созрела, происходит разрыв фолликула и выход яйцеклетки. На месте разорвавшегося фолликула начинает формироваться так называемое желтое тело. Растущий фолликул выделяет женский половой гормон эстроген, а желтое тело – прогестерон, эти гормоны необходимы для развития беременности.

До тех пор, пока не наступит половое созревание, яичник «спит».

В нем имеются фолликулы, а в них – незрелые половые клетки, но никогда не бывает желтых тел. Кроме того, фолликулы в яичниках девочек маленькие. Они вырабатывают мало эстрогена. В период половой зрелости яичник начинает активно «работать» – каждый месяц организм девушки продуцирует зрелую яйцеклетку. Причем работает яичник по циклическому принципу: в первую половину цикла (от первого до 14-го дня менструации при 28-дневном цикле) в яичнике очень быстро растут фолликулы. Этот процесс происходит под воздействием гормонов, которые вырабатывает гипофиз. Один из фолликулов созревает быстрее остальных, в нем развивается яйцеклетка. Овуляция (разрыв этого фолликула и выход яйцеклетки из яичника), происходящая приблизительно на 14-й день цикла (\pm три дня), «делит» цикл на первую и вторую фазы. После выхода из яичника яйцеклетка «захватывается» специальными «щупальцами» на конце маточной трубы и начинает двигаться по трубе в сторону матки. Если в маточной трубе не произошло встречи яйцеклетки со сперматозоидом, т. е. оплодотворения, через сутки после овуляции яйцеклетка погибает и начинается менструация. Если оплодотворение произошло, желтое тело не погибает, а продолжает выделять в кровь большое количество прогестерона, необходимого для развития беременности.

Мужская репродуктивная система

Мужские половые органы часто считаются менее сложными, чем женские. Тем не менее, они отнюдь не ограничиваются лишь видимыми снаружи гениталиями. Внутри мужского организма функционирует сложная система канальцев и протоков, соединенная с репродуктивными органами.

В половом члене (пенисе) есть пещеристые тела, которые при сексуальном возбуждении наполняются кровью, в результате чего наступает эрекция, а во время оргазма происходит выброс спермы, содержащей сперматозоиды, – эякуляция.

Ниже полового члена расположена **мошонка**, в которой находятся **яички**. В них образуются **сперматозоиды**, а также секретируется мужской половой гормон – **тестостерон**. Для образования и созревания сперматозоидов температура в яичках должна быть примерно на 1°C ниже, чем нормальная температура тела.

Придаток яичка – сильно извитой канал, являющийся частью семяпровода. В этом канале сперматозоиды созревают и приобретают

способность к оплодотворению.

Другую часть системы хранения и транспортировки сперматозоидов составляет длинный изогнутый канал – семявыносящий проток. С ним соединены семенные пузырьки – два расположенных позади мочевого пузыря образования. В них вырабатывается часть **семенной жидкости**, которая необходима для перемещения и питания сперматозоидов.

Важный для мужского здоровья орган – **предстательная железа**. Размером с каштан, она расположена ниже мочевого пузыря. В ней образуется 60 % семенной жидкости, необходимой для транспортировки сперматозоидов.

Ежедневно мужской организм продуцирует миллионы половых клеток. Из яичка они поступают в придаток, который сохраняет и обеспечивает зрелые сперматозоиды питательными веществами. Полный процесс созревания сперматозоида – от зародышевой клетки в семенном канальце до зрелой формы в семявыносящем протоке – продолжается примерно 74 дня.

Сперма образуется во время полового акта. В ее состав входят сперматозоиды из придатка, а также жидкость из семенных пузырьков и предстательной железы.

У мужчин, как и у женщин, основным «дирижером» детородных процессов в организме являются гормоны. Они не только управляют половым поведением мужчины, но и придают своему обладателю мужские достоинства: мышечную массу, рост, тембр голоса и оволосение на лице.

Нарушения в репродуктивной системе и половой функции могут быть вызваны различными факторами: заболеваниями, нарушением строения органов, травмами, сильным стрессом.

Сохранение репродуктивного здоровья

Репродуктивная система – сложный налаженный механизм. Это саморегулирующаяся система, поэтому вмешательство в ее работу может повлиять на ее функционирование, и привести к трудностям в сексуальной жизни и рождении детей. Внимательное отношение к своему телу, знание происходящих в нем процессов помогает сохранить здоровье.

Важно понимать, что созревания репродуктивной системы недостаточно для начала половой жизни. Человек должен быть зрелым

и в психологическом плане. Готовность к началу половой жизни приходит постепенно, через платоническую влюбленность (желание духовной близости, чувства единства, нежности), эротику (объятия, ласки, поцелуи) к собственно сексуальной реализации (половой акт). Нарушение этой последовательности может создать трудности в формировании отношений с противоположным полом. Это очень индивидуальный процесс, каждый человек обладает собственным, уникальным опытом, поэтому только сам может принять решение о готовности к началу половой жизни.

Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье (как на репродуктивную функцию, так и на возможность строить близкие отношения с другими людьми):

- состояние органов репродуктивной системы (здоровье или заболевания, нарушения в строении органов, их взаимодействии);
- вес (как недостаточная, так и избыточная масса тела);
- рискованное поведение (употребление психоактивных веществ, раннее начало половой жизни и т. д.);
- стресс;
- психологические установки (комплексы, «мифы», неверные представления о сексуальной жизни и пр.).

Способы сохранения репродуктивного здоровья:

- личная гигиена;
- умеренные физические нагрузки;
- сбалансированное питание;
- ответственное сексуальное поведение (воздержание, осознанное начало половой жизни, построение взаимоотношений на основе любви и доверия, постоянный половой партнер, использование презерватива при каждом половом контакте, умение обсуждать с партнером вопросы, касающиеся половой жизни);
- профилактические медицинские осмотры, при необходимости обращение за консультацией к специалисту.

Основные направления в работе с подростками и молодыми людьми по сохранению репродуктивного здоровья:

- Образовательная деятельность, просвещение подростков и молодежи (семинары, конференции и обучающие занятия, Интернет-проекты, анонимные консультации по вопросам сохранения репродуктивного здоровья, профилактические медицинские осмотры

и т. д.);

- Профилактика аборта и его последствий (информирование о методах контрацепции, доступная бесплатная контрацепция, медико-психологическая помощь);

- Индивидуальный подбор методов контрацепции;

- Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП;

- Консультирование молодых людей, семейных пар по вопросам планирования беременности.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Работа в группах «Коллаж о девочках и мальчиках»

Цель: раскрытие представлений участников об отличиях мальчиков и девочек.

Необходимые материалы: ватманы, ножницы, клей, глянцевые журналы, маркеры, цветные карандаши.

Ход работы. С этой целью участниками создается коллаж на тему «Девочка/мальчик»

Для проведения дальнейшей работы участников необходимо разделить на две группы по половой принадлежности. Женская половина создает коллаж на тему «Что такое девочка», а мужская – на тему «Что такое мальчик». Участникам предоставляется два больших листа бумаги и материалы, из которых обучающиеся могут создавать коллаж – это цветная, оберточная, гофрированная бумага; газеты и журналы. Необходимо, чтобы было много разноплановых картинок. Участники из всего этого материала создают «коллаж».

После окончания работы каждая группа знакомит со своим «произведением», в ходе которого участники рассказывают свои представления о девочках и мальчиках, об их отличиях и схожестях.

Работа в группах «Факторы и способы сохранения репродуктивного здоровья»

Цель: определить и обсудить факторы, влияющие на репродуктивное здоровье, и способы сохранения репродуктивного здоровья.

Необходимые материалы: ватманы, маркеры, цветные карандаши.

Ход работы. Для выполнения упражнения необходимо разделить на 2–4 малых группы в зависимости от количества участников.

Ведущий объясняет задание для участников одной или двух групп: *Необходимо обсудить и записать факторы, которые влияют (как позитивно, так и негативно) на состояние репродуктивной системы. Это могут быть факторы, касающиеся гигиены, сексуального поведения, состояния здоровья в целом и т. д.*

Перед участниками другой или двух других малых групп ставится задача обсудить и записать способы сохранения репродуктивного здоровья.

Далее ведущие просят малые группы представить свои наработки – сначала по факторам, затем по способам.

При обсуждении способов сохранения репродуктивного здоровья ведущие, если возникает необходимость, сначала предлагают участникам расширить список, исходя из тех факторов, которые были названы раньше, а затем дополняют его своими вариантами.

Упражнение «Регулярное посещение врача»

Цель: определить причины, по которым подростки и молодые люди не обращаются к врачам, объяснить и аргументировать необходимость регулярного посещения врача.

Необходимые материалы: флип-чарт или доска, маркеры, карандаши, листы бумаги (в зависимости от количества участников).

Предложите участникам написать на листочках причины, по которым подростки и молодые люди не обращаются к врачам (гинекологам, дермато-венерологам, урологам и т. д.) по вопросам репродуктивного здоровья. Один листочек – одна причина.

После того, как участники запишут причины, попросите их повесить листочки на флип-чарт (либо доску) и зачитайте причины, формируя группы похожих причин.

Наиболее типичные причины:

Не состоящие в браке молодые люди считают:

- медицинские услуги по охране репродуктивного здоровья существуют не для них, а только для людей, состоящих в браке;
- они стесняются заходить в медицинские учреждения, где услуги

оказываются не только молодежи, но и взрослым;

- они опасаются, что в таких учреждениях не соблюдается конфиденциальность, что об их визите могут узнать родители, педагоги, сверстники и т. д.;

- они боятся медицинских процедур, особенно гинекологического и урологического осмотра;

- они стесняются того, что были когда-то изнасилованы;

- они боятся, что персонал будет настроен к ним враждебно;

- они мало знают о риске ВИЧ, ИППП и беременности, поэтому не знают, когда следует обращаться к врачу;

- они не знают, где находятся соответствующие медицинские учреждения и какие в них оказываются услуги;

- они не могут позволить себе данную медицинскую услугу, так как ее стоимость может быть слишком высокой для подростка, молодого человека.

Сообщите участникам, что есть медицинские учреждения, дружественные подросткам и молодежи, работа которых построена таким образом, чтобы преодолеть все вышеназванные причины, по которым подростки и молодые люди не обращаются к врачам, и отличается от других медицинских учреждений тем, что:

- оказывает более широкий спектр услуг, и в итоге обратившийся получает комплексную помощь (и не только медицинскую, но и психологическую и социальную);

- реализует принципы Добровольности, Доступности, Доброжелательности.

Что же означает каждый из этих принципов на практике.

Добровольность:

- отсутствие принудительных медицинских осмотров;
- не разглашение диагноза подростка, молодого человека;
- доступность языка, разъяснение и убеждение, а не меры принудительной профилактики и лечения.

Доступность:

- наличие информации об услугах (где и когда их можно получить);
- анонимность и конфиденциальность информации;
- бесплатность консультирования и медицинских услуг.

Доброжелательность:

- внимательное отношение, умение выслушать собеседника;

- искренне стремление помочь подростку, молодому человеку;
- общительность врача, наличие чувства юмора, уважение личности подростка, молодого человека.

Спросите у участников, всем ли понятно, как на практике реализуются эти принципы, и что они означают, как они могут им помочь.

Упражнение «Персональный план сохранения репродуктивного здоровья»

Цель: развивать у участников умения планирования способов сохранения репродуктивного здоровья.

Необходимые материалы: маркеры, цветные карандаши, листы бумаги (в зависимости от количества участников).

Ход работы. Ведущий предлагает участникам составить персональные планы сохранения репродуктивного здоровья.

Исходя из возможных способов сохранения репродуктивного здоровья, определите наиболее важные и реальные для Вас лично. Необходимо Вам сейчас записать эти способы, составив персональный план сохранения собственного репродуктивного здоровья.

Можно предложить участникам к оформлению плана подойти творчески. Однако для этого потребуется дополнительное время, а также соответствующие материалы (фломастеры, карандаши, вырезки из журналов, открытки и т. д.).

После того как все участники подготовятся, ведущие предлагают желающим рассказать в общем о своем плане группе.

Рекомендуемая литература

1. Мартынова, В. В. Формирование ценностного отношения подростков к репродуктивному здоровью: пособие / В.В. Мартынова [и др.]. – Минск: Современная школа, 2007. – 168 с.
2. Минова, М. Е. Равный обучает равного в учреждениях общего среднего образования: модули для волонтеров-инструкторов по проведению занятий для сверстников / М.Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 53 с.
3. Минова, М. Е. Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях: пособие для педагогов-консультантов по подготовке волонтеров-инструкторов / М.Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 110 с.

5.5. Ответственное сексуальное поведение

Цель: формирование у участников представлений о моделях безопасного сексуального поведения.

Основные понятия

Сексуальное или половое поведение человека – совокупность психических реакций, установок и поступков, связанных с проявлением и удовлетворением полового влечения человека. Сексуальное поведение является одной из форм взаимодействия индивидов. Сексуальное поведение человека является практической реализацией его сексуальности и является одним из вариантов социального поведения.

Сексуальные партнёры – люди, вступающие в сексуальные отношения между собой. Могут быть любого пола или сексуальной ориентации. Сексуальные партнёры могут быть в постоянных любовных отношениях или неофициальных (например, у любовников, также при случайной половой связи, в случае изнасилования).

Целомудрие – моральная добродетель, означающая контроль сексуальных желаний. Исторически требования целомудрия основаны на религиозных этических представлениях и нравственных заповедях. Целомудрие в браке традиционно понимается как супружеская верность, целомудрие не состоящих в браке – в сексуальном воздержании.

Контрацепция – это предупреждение нежелательной беременности с минимальным вредом для собственного здоровья и с сохранением достойной, доставляющей удовлетворение сексуальной жизни; сохранение здоровья и путь к рождению здорового ребенка тогда, когда этого захотят партнеры.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Сексуальное поведение человека является одним из вариантов социального поведения. С биологической точки зрения основной целью сексуального поведения живых организмов является воспроизводство себе подобных, т. е. продолжение рода.

Сексуальная мотивация и поведение человека тесно связаны с репродуктивной функцией, однако в отличие от поведения животных определяются социальным развитием конкретной личности.

И.С. Кон выделяет несколько основных форм сексуального поведения человека в зависимости от конечной цели и возраста.

1. Конечной целью сексуального поведения является разрядка полового напряжения.

2. Мотивацией является деторождение, при этом эротические соображения играют ничтожную роль.

3. Чувственное наслаждение является ведущим, при этом наибольшее значение придается эротизму ситуации.

4. Средством достижения вне сексуальных выгод, например, брак по расчету.

5. Средство поддержания супружеского ритуала.

6. Коммуникативная сексуальность, когда сексуальное поведение представляет собой форму выхода из одиночества.

Для подростков и молодых людей можно выделить еще две основные формы сексуального поведения:

1. Удовлетворение полового любопытства.

2. Средство сексуального самоутверждения.

Характеристики подростка, молодого человека, ответственно относящегося к своему здоровью, практикующего безопасное сексуальное поведение:

- относится с должным вниманием к своему телу;
- заботится о своем здоровье: регулярно приходит на профилактические медицинские осмотры;
- общается соответствующим образом с представителями обоих полов;
- избегает отношений, в которых им/ею манипулируют или он/она манипулирует;
- определяет свои собственные ценности отношений с другими людьми и действует в соответствии с ними;
- принимает на себя ответственность за свои поступки;
- осознает последствия половых и межличностных отношений;
- умеет эффективно общаться с членами семьи и друзьями;
- задает вопросы родителям или другим взрослым, которым доверяет;
- договаривается о рамках половых отношений;
- адекватно реагирует на отказ в сексе;
- защищает себя от нежелательной беременности и инфекций, передающихся половым путем;

- демонстрирует толерантность и оценивает по достоинству различия между людьми;
- осознает влияние средств массовой информации на мысли, чувства, поведение;
- при необходимости обращается к специалистам за информацией или услугами.

Наиболее оптимальными и оправданными средствами контрацепции для подростков являются **комбинированные оральные контрацептивы** и **презервативы**.

Презерватив – наиболее популярное среди подростков и молодежи барьерное средство защиты.

Комбинированные оральные контрацептивы

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует молодежи и подросткам использовать комбинированные противозачаточные таблетки. Они обеспечивают наименьшее вмешательство в естественное течение процессов, происходящих в женском организме, и сохраняют стабильность менструального цикла. Мифы об их вредных побочных эффектах устарели.

Индивидуальный подбор контрацептивного препарата должен осуществить врач акушер-гинеколог после беседы, лабораторного исследования (общего анализа крови, биохимического исследования, общего анализа мочи).

Следует помнить, что гормональные контрацептивы не защищают от ВИЧ и ИППП, поэтому их лучше применять в сочетании с презервативом.

Самым надежным (100 %) способом предохранения от нежелательной беременности и инфицирования ВИЧ и ИППП является воздержание.

Неотложную (экстренную) контрацепцию применяют для предупреждения нежелательной беременности в течение нескольких дней после полового акта, при котором никакие меры контрацепции не применялись, или применяемые меры оказались неудачными (разрыв презерватива, пропуск приема гормонального контрацептива), или после изнасилования.

Важно помнить:

- Неотложная контрацепция эффективна в течение 72 часов (и больше, зависит от препарата), но лучше применить ее как можно раньше.

- Одна таблетка экстренного контрацептива содержит гораздо больше гормонов, чем обычные гормональные контрацептивы. Регулярно обращаясь к экстренной контрацепции, девушки нарушают свой гормональный фон, что нередко ведет к различным заболеваниям, в том числе к бесплодию.
- Неотложную контрацепцию необходимо применять только в экстренных случаях, но не чаще двух раз в год.
- Противозачаточные таблетки, применяемые в экстренных случаях, не предупреждают ИППП – необходимо обратиться к врачу за консультацией и с целью провести тестирование.

Абортом называется всякое прерывание беременности.

Искусственный аборт – это искусственное прерывание беременности. Искусственный аборт может проводиться с использованием медицинских инструментов (хирургический аборт или вакуум-аспирация) или лекарственных средств.

Хирургический аборт проводится в сроке до 12 недель беременности. Процедура аборта включает обследование, госпитализацию, обезболивание и удаление плодного яйца с помощью кюретки.

После аборта могут возникнуть различные осложнения, такие как воспалительные заболевания, кровотечение из половых органов из-за оставшегося в матке плодного яйца, нарушение сократительной способности матки или ее повреждение и др.

Часто аборт является причиной бесплодия женщины. В Беларуси у 55 % бесплодных пар основной причиной бесплодия стал сделанный ранее аборт. Причинами бесплодия являются также воспалительные заболевания придатков матки с нарушением проходимости труб, воспалительные процессы в самой матке, препятствующие внедрению в ее слизистую оболочку плодного яйца, а также гормональные нарушения и нарушения ЦНС.

Вакуум-аспирация. Максимальный срок беременности для использования данного метода – пять недель. Самые благоприятные дни для выполнения данного вмешательства – с 14-го по 16-й.

Преимущества: прерывание производится на раннем сроке, не требуется госпитализации девушки.

Медикаментозный аборт – это использование препаратов вызывающих гибель оплодотворённой яйцеклетки в полости матки с последующим ее удалением естественным путем (менструально-подобная реакция). Процент возможных осложнений после него ниже.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Дискуссия «Ожидания от отношений»

Цель: определить и обсудить ожидания участников от сексуальных отношений.

Необходимые материалы: ватманы, маркеры, цветные карандаши.

Ход работы. Ведущий: *Начало половой жизни или вступление в половой контакт – это ответственный поступок. Потребность в близости формируется постепенно, и необходимо, чтобы к этому стремились оба партнера. При этом важно представлять, что для вас лично является значимым в отношениях, и обсуждать это с партнером.*

Давайте сейчас поговорим о том, что для вас важно в отношениях с парнем/девушкой, что Вы ожидаете от таких отношений.

Ведущий предлагает каждому участнику индивидуально выбрать и проранжировать ответы, которые больше всего отражают их персональные ожидания от отношений.

Задание для участников: Отметьте те предложения, которые соответствуют вашим ожиданиям от длительных отношений с партнером. Проранжируйте, пожалуйста, прочитанные предложения по степени значимости для Вас.

Мне бы хотелось:

- Чтобы мой(я) партнер(ша) был(а) внимательным(ой) и ласковым(ой).
- В его (ее) лице иметь надежную опору и поддержку в этом мире.
- Чтобы мой(я) партнер(ша) разделял(а) мои взгляды.
- Чтобы мой(я) партнер(ша) был(а) привлекательным(ой) и мы были красивой парой.
- Застраховать себя от одиночества.
- Стать чьей-то «второй половинкой».
- Внести порядок в свою жизнь.
- Чтобы отношения продолжались, пока «смерть не разлучит нас».
- Интимных отношений.
- Завести семью и детей.

- Занять respectable положение в обществе.
- Создать экономическое единство.
- Вместе со своим(ей) партнером(шей) стремиться к осуществлению жизненных целей.

После того как все участники подготовятся, ведущие формируют четыре малые группы и предлагают рассмотреть выбранные варианты ответов, а при необходимости дописать свои. Если позволяет состав участников, ведущие могут объединить юношей и девушек в отдельные группы, для того чтобы они обсудили ожидания от отношений между собой, а потом рассказали противоположному полу.

Подводя итог, ведущий задает группе вопросы:

- 1) Насколько легко Вам было выбрать ответы?
- 2) Удивил ли Вас какой-то из вариантов? Почему?
- 3) Что может помочь вам строить именно те отношения, которые Вам необходимы?

Работа в парах «Признаки любви»

Цель: формирование представлений о признаках истинной любви как ориентира для сексуальных отношений.

Ход работы. Ведущий: *Любовь – это не просто чувство, а умение ценить другого, которое и приобретается, и проявляется в повседневной жизни. Если отношения складываются, что вы сомневаетесь, любовь это или нет, то положите листок с этими утверждениями и сравните чувства.*

Ведущий: *Испокон веков люди воспевали прекрасные чувства любви, дружбы в стихах, поэмах; воплощали в скульптурах и изваяниях.*

Давайте и мы попробуем, разбившись по парам, изобразить один из признаков ложной или истинной любви. Воплотим его в «живой скульптуре».

Участники представляют те фигуры, которые они придумали.

Ведущий: *В жизни мы тоже все творцы и можем в какой-то степени влиять на свое поведение, на свои отношения. Выбор, который мы делаем во взаимоотношениях с близкими – это то, что мы сами «летим» своими руками.*

Поскольку есть много разных мнений о необходимости постоянного сексуального партнера, предложите участникам обсудить все за и против, используя метод «Решение».

Цель: определить и обсудить факторы, влияющие на выбор и сохранение постоянного сексуального партнера.

Необходимые материалы: ватманы, маркеры, цветные карандаши.

Ход работы. Ведущему необходимо выбрать одного добровольца из группы, а всех остальных участников объединить в две группы. Ведущий просит первую группу написать все возможные «за» (преимущества) постоянного сексуального партнера, а вторую группу все «против» (недостатки). Необходимо, чтобы доброволец не слышал обсуждения, происходящего в группах.

После работы в группах, попросите участников выбрать одного человека от каждой группы, который будет отстаивать их позицию. Верните всех в круг, попросите добровольца сесть перед группой, и около него представителей двух групп.

Добровольцу необходимо в конце дискуссии поддержать ту или иную позицию. Попросите его быть максимально объективным и выбирать, не исходя из личного мнения, а из того, насколько обоснованными и весомыми были аргументы сторон. Представитель группы должны высказывать свои аргументы по очереди, внимательно выслушивая оппонента.

После завершения дискуссии и объявления добровольцем своего решения, поблагодарите выступавших и попросите их сесть в круг.

- легко ли было подбирать аргументы «за» и «против»?
- какие из озвученных аргументов были самыми эффективными? Почему?
- Какие выводы вы сделали для себя в ходе дискуссии?

В конце, еще раз обратите внимание на основные важные аргументы «за» постоянного сексуального партнера, в случае если они не были озвучены участникам, проговорите их сами.

Дискуссия «Начало половой жизни и ответственное сексуальное поведение»

Цель: определить и обсудить факторы, влияющие на ответственное сексуальное поведение.

Необходимые материалы: ватманы, маркеры, цветные карандаши.

Ход работы. Ведущие шаг за шагом, задавая вопросы, рисуют алгоритм действий при вступлении в половую связь и обеспечивают участников необходимой информацией (о

правилах использования презерватива, профилактике ИППП, способах контрацепции и т. д.).

Примерные вопросы участникам:

- 1) Что важно для молодого человека (девушки), начинающего(ей) половую жизнь?
- 2) Какие риски существуют при незащищенном половом контакте?
- 3) Кто должен позаботиться о предохранении во время половой близости?
- 4) Как можно предохранить себя от инфекций, передаваемых половым путем?
- 5) Какие вы знаете способы контрацепции? Какие из них наиболее эффективны?
- 6) Какие методы контрацепции рекомендованы для молодых людей?
- 7) Какие могут быть последствия ранней беременности для матери? отца? самого ребенка?
- 8) Какие могут быть последствия аборта?

Ведущие уточняют, остались ли у участников какие-либо вопросы по теме «Репродуктивное здоровье», и отвечают на них.

Рекомендуемая литература

1. Мартынова, В. В. Формирование ценностного отношения подростков к репродуктивному здоровью : пособие / В.В. Мартынова [и др.]. – Минск: Современная школа, 2007. – 168 с.
2. Минова, М.Е. Равный обучает равного в учреждениях общего среднего образования : модули для волонтеров-инструкторов по проведению занятий для сверстников /М.Е. Минова [и др.]. – Минск : Парадокс, 2012. – 53 с.
3. Минова, М.Е. Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях : пособие для педагогов-консультантов по подготовке волонтеров-инструкторов / М.Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 110 с.
4. Формирование здорового образа жизни: курс консультирования подростков и молодежи : пособие / Под ред. Е.М. Русаковой. Минск: Современная школа, 2007. – 200 с.

5.6. Профилактика ВИЧ-инфекции и инфекций, передающихся половым путем, среди молодежи

Цель: расширение и углубление знаний участников по проблемам профилактики ВИЧ-инфекции и инфекций, передающихся половым путем (ИППП), среди молодежи.

Основные понятия

Вирус – мельчайший микроорганизм, видимый лишь только под электронным микроскопом.

ВИЧ – вирус иммунодефицита человека.

ИППП – инфекции передающиеся половым путем

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

ВИЧ-инфекция – это одна из глобальных проблем современного человечества. Если еще до середины 1996 года ситуация с распространением ВИЧ-инфекции в Республике Беларусь оставалась относительно благополучной, а относились к эпидемии только как к проблеме асоциальных людей (проституток, гомосексуалистов, наркоманов), то в настоящее время ВИЧ-инфекция проникла во все слои населения, и относится даже к новорожденным. На сегодняшний день не разработано специфических препаратов для борьбы с ВИЧ-инфекцией и лечения СПИДа, поэтому профилактика является единственным доступным и достаточно эффективным средством, которое может помочь населению противостоять этой болезни.

Противостоять проблеме массового распространения ВИЧ-инфекции в нашем государстве может способствовать активная профилактическая работа во всех учреждениях образования.

История ВИЧ начинается в 1981 году, когда были зафиксированы первые случаи инфицирования, однако, на тот момент было неизвестно, что за вирус вызывал различные странные симптомы у людей. Это привело к исследованию в области вирусологии и открытию в 1983 году французским ученым из Института Пастера Люком Монтанье вируса иммунодефицита человека. С тех пор начинает развиваться активно профилактическая работа по предотвращению распространения данного вируса, так как ученые осознали, что это единственный способ борьбы с ним до тех пор пока не будет найдено лекарство. В том числе именно поэтому мы с вами сегодня разговариваем про

это заболевание, поскольку каждому надо знать, как защитить себя от ВИЧ-инфекции. В 1987 году был зарегистрирован первый случай ВИЧ-инфекции на территории Республики Беларусь, с того времени и на данный момент в Республике официально зарегистрировано более 12 500 случаев ВИЧ-инфекции.

Вообще, вирусы являются возбудителями многочисленных многих острых и хронических инфекционных заболеваний. Внутриклеточный паразит, может размножаться лишь в живых клетках, внутри организма хозяина. К воздействию антибиотиков не чувствительны.

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) не живет в окружающей среде, попадая на открытый воздух, погибает в течение нескольких секунд, однако в использованных нестерилизованных шприцах вирус может сохранять жизнеспособность в течение нескольких дней, за счет находящегося внутри иглы остатков крови.

При попадании в кровоток человека ВИЧ поражает иммунные клетки: Т-лимфоциты и макрофаги. Проникая внутрь этих клеток, он начинает размножаться, сокращая срок жизни лимфоцитов, снижая способность организма противостоять различным болезням. Если не предпринимать мер для борьбы с ВИЧ, то через 5-10 (иногда и до 20) лет развивается СПИД, синдром приобретенного иммунодефицита. В процессе развития ВИЧ-инфекции иммунная система организма сильно истощается. Организм не в состоянии бороться с различными микроорганизмами и опухолевыми клетками. В организме человека развиваются различные заболевания: туберкулез, токсоплазмоз, пневмония, менингит, злокачественные опухоли. Развиваются тяжелые поражения слизистых оболочек, кожи, дыхательной системы, желудочно-кишечного тракта, органов зрения, мозга и других органов. На сегодняшний день существует ряд препаратов помогающих ВИЧ-положительному человеку поддерживать иммунную защиту, предотвращая наступление стадии СПИДа на протяжении длительного времени. Однако этот процесс необратим.

ВИЧ и СПИД – это абсолютно разные, но взаимосвязанные понятия. СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита человека, последняя стадия ВИЧ-инфекции, вызываемая вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Поэтому неверно говорить о любом ВИЧ-положительном человеке, как о больном СПИДом.

СПИД – это обратимое состояние: при применении антиретровирусной терапии концентрация вируса в крови

уменьшается, число иммунных клеток увеличивается и состояние человека переходит в бессимптомную стадию, так же снижается риск передачи вируса. Таким образом ВИЧ-положительный человек может жить долгой жизнью.

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП) или заболевания, передаваемые половым путем (ЗППП) – группа заболеваний, основной путь передачи которых происходит через сексуальные контакты. Они делятся на:

- 1) микробные, такие как гонорея, сифилис;
- 2) протозойные инфекции (одноклеточные) – трихомониаз;
- 3) вирусные-герпес, гепатиты В, С, ВИЧ.

Кроме этого существуют заболевания, где половой путь передачи является частым (чесотка, контактный моллюск, тот же герпес, лобковый педикулез, гепатиты).

Исследования показывают, что наличие инфекций, передаваемых половым путем, повышает риск инфицирования ВИЧ многократно. Попадание возбудителей ИППП вызывает воспалительный процесс; кроме этого, многие ИППП (сифилис, герпес и др.) вызывают нарушения в области половых органов, что значительно облегчает проникновение вируса ВИЧ.

Пути передачи ВИЧ-инфекции

Эпидемиологические исследования, проводимые в мире, выявили три пути передачи ВИЧ-инфекции:

- половой;
- через кровь (парентеральный);
- от матери ребенку (вертикальный).

Половой путь передачи. Половой контакт, гетеросексуальный или гомосексуальный, является главным способом передачи ВИЧ-инфекции. Хотя вероятность передачи вируса от инфицированного полового партнера здоровому невелика (около 10 % при однократном половом контакте), на этот путь приходится около 70 % всех случаев заражения, ведь основная часть населения в мире находится в сексуальноактивном возрасте, и частота вступления в половые отношения очень высока.

При всех видах половых отношений существует риск передачи ВИЧ-инфекции. Каждый половой контакт без предохранения (без презерватива) с лицом, инфицированным ВИЧ, подвергает

неинфицированного партнера опасности заражения. Степень риска зависит от ряда факторов, таких как:

- принадлежность полового партнера к уязвимой группе, т. е. вероятность того, что половой партнер инфицирован:

- пол и возраст неинфицированного партнера;
- вид полового контакта;
- стадии заболевания инфицированного партнера;
- наличие заболеваний, передающихся половым путем.

Самый эффективный способ предупреждения передачи ВИЧ половым путем и заражения ИППП – это воздержание от ранних половых связей. Отложить «на потом» вступление в половые отношения поможет избежать не только заражения ВИЧ-инфекцией, но и других нежелательных последствий (ранняя беременность, заражение ИППП).

При существовании на сегодняшний день проблемы ранних половых связей единственным достаточно эффективным средством, предохраняющим от заражения ИППП и ВИЧ-инфекции при половых контактах, является презерватив. Поэтому одной из главных целей профилактической работы является разъяснение необходимости воздержания от ранних половых связей, верность партнеру, как можно более широкого использования презервативов.

Эксперты считают, что на решение об использовании презервативов могут повлиять многие личные и социальные факторы, в том числе: насколько человек, по его собственным представлениям, подвержен риску заражения ИППП и ВИЧ; устранение негативного отношения к презервативам; напоминание о том, как правильно пользоваться презервативом; пропаганда позитивных представлений о безопасном сексе; побуждение подростков принять на себя ответственность за свое собственное здоровье и здоровье своих сексуальных партнеров; обеспечение доступности презервативов.

Беспорядочные половые отношения могут привести к заражению ВИЧ-инфекцией, болезнями, передаваемые половым путем, нежелательной беременности, проблемам связанными с созданием семьи. Молодым людям стоит подумать, стоит ли рисковать. Воздержание до вступления в брак избавит от страха перед заболеванием и от последствий болезней, передаваемых половым путем.

Парентеральный путь передачи (через кровь). Несмотря на

то, что переливание крови является наиболее опасным: однократное переливание инфицированной ВИЧ крови приводит к заражению почти в 100 % случаев, этот способ заражения имеет наименьший удельный вес в структуре причин инфицирования. Это происходит потому, что количество доноров и реципиентов (потребителей) крови в мире очень невелико. Кроме того, в настоящее время вся донорская кровь в большинстве стран мира (в том числе и в Беларуси) тестируется на ВИЧ, и вероятность переливания инфицированной крови, а значит и эпидемическая значимость данного пути передачи вируса, очень мала.

Совместное введение наркотиков также представляет высокую опасность заражения ВИЧ. Однако инъекционные наркоманы – это определенная часть всего населения, и хотя инфицированность среди них зачастую очень высока, для населения, не являющегося потребителями наркотиков, такой путь заражения не представляет большой опасности.

Вертикальный путь передачи (от матери ребенку). Для профилактики вертикального пути передачи используется комплекс мер, которые позволяют снизить вероятность рождения ребенка с ВИЧ до 2–10 %.

Риск инфицирования можно снизить, если беременной женщине будет вовремя назначено специальное лечение антиретровирусными препаратами, начиная с 14–36 недель беременности и в период родов. Ребенок также получает лекарственные препараты на протяжении первых 6 недель. При применении всех перечисленных мер риск снижается, однако все равно остается.

Также во время родов применяется операция «кесарево сечение» и в дальнейшем ребенка переводят на искусственное вскармливание, что позволяет значительно снизить риск заражения ВИЧ.

Таким образом, профилактика передачи ВИЧ от матери к ребенку включает целый комплекс мер, в том числе и первичную профилактику ВИЧ-инфекции среди всех женщин, предупреждение нежелательной беременности среди женщин, живущих с ВИЧ, предупреждение передачи ВИЧ от ВИЧ-инфицированных беременных женщин младенцам, а также предоставление ухода, лечения и поддержки ВИЧ-инфицированным женщинам и семьям.

Женщины детородного возраста составляют гораздо более значительную часть любого общества, чем шприцевые наркоманы

или реципиенты крови, поэтому, несмотря на невысокую вероятность рождения инфицированного ребенка от инфицированной матери, детей с ВИЧ-инфекцией в мире намного больше, чем ВИЧ-инфицированных наркоманов или ВИЧ-инфицированных реципиентов крови.

Важным методом профилактики ВИЧ-инфекции является в первую очередь владение достоверной информацией в отношении наркотиков, алкоголя и других психоактивных веществ и умение сказать «НЕТ!» рискованным ситуациям. Очень часто этому мешает отсутствие простого умения – аргументировано отказываться от нежелательного, невозможного варианта, предлагаемого вам кем-то из вашего окружения. Давайте поговорим о том, как сказать «нет» в опасной ситуации выбора. Любому человеку было бы легче отказаться от опасного поведения, если четко расставить жизненные приоритеты, сформировать понятие о том, что самое главное в жизни, что именно жизнь и здоровье является той важной жизненной ценностью, без которой человек не может существовать. Поэтому важно научиться контролировать свои эмоции в ситуации принятия решения. Развивать уверенность в себе и научиться противостоять негативному давлению окружающих. Необходимо понимать, что мы ответственны за принятие поведенческих решений, и необходимо твердо и недвусмысленно сообщать о них другим людям. С помощью слов и жестов, правил и аргументов необходимо давать понять окружающим, насколько мы уверены в своих действиях и поступках. И тогда мотивированный отказ не станет для вас серьезным жизненным препятствием. Существуют различные способы использования слова «Нет» в профилактических целях.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Упражнение «5 секунд»

Цель: формирование представлений о скорости распространения ВИЧ-инфекции.

Ход работы. Сейчас я попрошу встать Никиту (5 сек.), Ивана (5 сек.) и т. д. всех ребят. За минуту встал почти весь класс, так же быстро интенсивно распространяется ВИЧ-инфекция. В мире каждые 5 секунд один человек заражается ВИЧ-инфекцией. При этом часть людей узнают свой диагноз своевременно, а часть продолжают

жить, не подозревая, что инфицированы. Темпы роста инфицирования ВИЧ-инфекцией заставляют всех задуматься над сложностью этой проблемы. Поэтому очень важно уметь защитить себя, а для этого нужно знать и ВИЧ-инфекции как можно больше.

Игра «Степень риска»

Цель: формирование представлений о рисках заражения ВИЧ-инфекцией.

Необходимые материалы: заранее готовятся четыре листа А4 с надписями: «высокий риск», «низкий риск», «нет риска» и «не знаю» и маленькие карточки.

Ход работы. На полу раскладываются листы А4 с надписями. Участникам дается следующая установка: «Сейчас каждый из вас получит несколько карточек с ситуациями, предметами и биологическими жидкостями, которые вам необходимо будет разложить рядом с листами «высокий риск», «низкий риск», «нет риска» и «не знаю», исходя из степени риска описанных на карточках ситуаций. Например, если вы считаете, что ситуация, описанная на карточке, связана с высоким риском заражения ВИЧ, то вам необходимо положить ее рядом с карточкой «высокий риск» и объяснить всем, почему вы отнесли к данной степени риска».

Участники по очереди раскладывают все карточки, зачитывая утверждения и объясняя, с чем связан их выбор того, что они отнесли имеющуюся позицию именно с выбранной ими степенью риска заражения ВИЧ-инфекцией.

Слезы	Пот
Слюна	Использование чужой зубной щетки
Кормление грудью ВИЧ-инфицированной матерью ребенка	Половой контакт без использования презерватива
Дружеский поцелуй	Общие шприцы и иглы среди наркопотребителей
Нанесение татуировки нестерильными инструментами	Рукопожатие
Объятия	Оказание первой помощи без соблюдения мер безопасности
Посещение общественной бани	Укусы насекомых

Чихание	Уход за больным СПИДом
Пользование общей посуды с ВИЧ-инфицированным	Посещение общественного туалета
Сдача крови	Пользование общим компьютером
Пирсинг	Переливание крови с соблюдением мер безопасности
Посещение кафе	Использование общего полотенца
Посещение бассейна	Посещение парикмахерской
Драка с ВИЧ-инфицированным без нарушения целостности кожных покровов	Драка с ВИЧ-инфицированным с нарушением целостности кожных покровов

Упражнение «Способы защиты от ВИЧ»

Цель: формирование представления об основных путях передачи ВИЧ-инфекции, а также мерах индивидуальной профилактики.

Необходимые материалы: бумага формата А1 с надписями путей передачи ВИЧ, доска, мел.

Ход работы: для этого упражнения необходимо расположить в разных местах класса листы бумаги с написанными на них основными путями инфицирования ВИЧ.

Пути передачи

Через кровь (парентеральный)
– ...
– ...
– ...
Половой
– ...
– ...
– ...
От матери к ребенку (вертикальный)
– ...
– ...
– ...

Участники произвольно объединяются в малые группы около плакатов. И прописывают различные пути безопасного поведения, которые бы могли предотвратить инфицирования ВИЧ тем или иным способом. Затем они перемещаются к другому плакату, им не надо следовать за группой, они могут делать это самостоятельно.

После того, как все напишут что-либо на плакатах, их вывешивают на доску и три добровольца презентуют полученные результаты.

Рекомендуемая литература

1. Инновационные подходы в профилактике ВИЧ-инфекции : пакет справочных материалов / сост. В. М. Быкова [и др.]. – Минск : Ковчег, 2006. – 350с.
2. Костюченко, Е. Л. Принцип «равный обучает равного» в

- программах для молодежи по профилактике ВИЧ/СПИД» / Е. Л. Костюченко //Весніадукацыі. –2004. – №12. – С. 4-8.
3. Подготовка волонтеров для работы по профилактике ВИЧ-инфекции среди молодежи : пособие для тренеров / Авт.-сост. Б.Ю. Шапиро,Е.Б. Царапкина. – М. : Здоровая Россия, 2005. – 198 с.
 4. Практические материалы по профилактике ВИЧ-инфекции. Пособие для воспитателей, психологов и социальных педагогов общеобразовательных школ / авт.-сост. Е. С.Смирнова, Е. Н. Родионова ; под ред. Е. С. Смирновой. – 2-е изд., исправ. и доп. – Минск : Тесей, 2002. – 60 с. + Приложения (88 с.)
 5. Профилактика ВИЧ-инфекции в учреждениях образования на основе жизненных навыков : пособие в 3 ч. Профилактика ВИЧ-инфекции среди обучающихся I, II, III ступени обучения учреждений общего среднего образования / Е. Ф. Михалевич [и др.] ; под общ. ред. А. С. Никончука. – Минск : ЗорныВерасок, 2012. – ч. 1. – 288 с.
 6. Руководство по профилактике ВИЧ-инфекции и помощи ВИЧ-положительным уличным подросткам / под ред. Р. В. Йорика. 2-изд. – Спб.: Врачи детям, 2009. – 134 с.

5.7. Предупреждение приобщения молодежи к употреблению психоактивных, наркотических веществ

Цель: расширение и углубление знаний по проблемам употребления психоактивных, наркотических веществ; развитие мотиваций и умений, необходимых для отказа от употребления психоактивных веществ, наркотиков.

Основные понятия

Психоактивные вещества – любое вещество (или смесь) естественного или искусственного происхождения, которое влияет на функционирование центральной нервной системы, приводя к изменению психического состояния.

Наркотические вещества – химические вещества природного (встречаются в природе либо выделяются из растений) или синтетического (производятся искусственно) происхождения,

способные вызывать изменения психического состояния, систематическое употребление которых приводит к зависимости.

Наркопотребление – употребление наркотических веществ без медицинской необходимости.

Наркомания – заболевание, которое развивается в следствии наркопотребления.

Зависимость – состояние периодической или хронической интоксикации, вызываемое повторным употреблением естественного или синтетического вещества.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Термин «наркотик» происходит от греческого глагола «оцепенеть, сделаться нечувствительным».

Виды наркотиков:

Опиаты– вещества, выделяемые из мака и их производные: морфин и кодеин, из морфина синтетически получают героин.

Психостимуляторы– вещества, созданные на основе амфетамина, стимулирующего центральную нервную систему, – кокаин, эфедрин и другие. Сюда же относится и марихуана – высушенные и измельченные листья конопли, гашиша – смола конопли.

Галлюциногены– вещества, способные вызывать глубокие изменения психики, что ведет к галлюцинациям. Человеку кажется, что он «слышит» цвет звука, «нюхает» музыку и т. д. Такие вещества – диэтиламид лизергиновой кислоты (ЛСД).

Снотворные – безобидные на первый взгляд лекарства могут развивать привыкание, как настоящие наркотики.

Ингаляты– вещества, которые вводят в организм через дыхательные пути.

Спайсы (Spice) – синтетические курительные смеси, поставляемые в продажу в виде травы с нанесенным химическим веществом.

Наркомания – это заболевание, к которому приводит наркопотребление, заболевание которое отражается на четырех аспектах жизнедеятельности человека.

Био-психо-социо-духовные составляющие наркомании

Био: наркотическое вещество присутствует в крови человека и он уже нуждается в том, чтобы употреблять наркотик каждый день или несколько раз в день. Иначе у него развивается крайне тяжелое

физическое состояние: «выкручивает» суставы, диарея, сильное потоотделение, боли и т. д.

Психо: самое главное в психологическом аспекте химической зависимости то, что сама болезнь формирует мощнейшую систему отрицания, сопротивление осознанию того факта, что он зависим.

Кроме этого непреодолимое простыми усилиями воли психологическое желание употребить химическое вещество переплетается с изменением характера в отрицательную сторону, происходит разрушение психики, зачастую наблюдается неадекватная реакция на простые обстоятельства, реальность видится в искаженном свете.

Социозависимый человек разучивается жить в обществе. Его социум полностью наполняет все, что связано с добычей и употреблением наркотических веществ. Он постепенно или сразу перестает работать, учиться, строить семью или любые другие взаимоотношения, которые не связаны с наркопотреблением. Происходит постепенное разрушение социальных связей и снижение их значимости. Это проявляется в том, что наркозависимый человек перестает быть частью общества. Отношения с близкими людьми постепенно ухудшаются. Также зависимый человек чаще всего испытывает большие проблемы с работой и получением образования. Это связано с нарушениями в психической сфере, состоянием физического здоровья, с отсутствием устремлений к самореализации.

Духовная: совесть наркомана «сжигается» полностью, происходит полная деградация нравственных ценностей. Главным в этом аспекте является то, что наркозависимый человек теряет нравственный стержень. Ему становятся безразличны такие понятия, как высокие духовные идеалы и ценности (любовь к родине, вера в Бога, забота о людях, сострадание к слабым и больным, альтруизм, самопожертвование).

Медицинские последствия употребления психоактивных и наркотических веществ

При постоянном или эпизодическом употреблении спайсов наблюдается:

наступает поражение всего организма и внутренних органов, таких как:

- печень,

- легкие,
- мозг,
- отравление крови токсинами,
- дальнейшее разрушение тканей и органов.

Спайсы оказывают отрицательное влияние на работу мозга. Капилляры – наиболее мелкие кровяные сосуды в мозге – резко сокращаются в размере, чтобы не допустить токсины к основному центру управления организмом. Результат такой защиты кровеносной системой – пагубное влияние на приток и насыщение мозга кислородом, что приводит к умерщвлению нейронов и других клеток мозга.

При постоянном употреблении опиатов (опиум, морфин, героин, метадон и др.) наблюдается:

- разрушение зубов;
- ногти и волосы тускнеют, ломаются;
- кожа становится сухой и землисто-серой, на ней могут быть следы уколов, нарывы, узелки и утолщения на венах;
- зрачки постоянно сужены, лицо одутловатое, артериальное давление и частота пульса заметно снижены;
- при длительном употреблении опиатов сексуальное влечение ослабевают или полностью исчезают;
- нарушается функционирование желудочно-кишечного тракта; возможна потеря веса, тошнота;
- нередки заболевания сердца, воспаления легких, заражение крови;
- снижается иммунитет, что приводит к частым инфекционным заболеваниям;
- наркопотребитель истощен, выглядит намного старше своих лет;
- нарушается сон – человек с трудом засыпает, часто просыпается, кошмарные сновидения вызывают чувство страха перед наступлением ночи;
- изменяется характер человека – он становится безразличным, эгоистичным, конфликтным;
- теряется память на текущие события, наркопотребители нечетко ориентируются во времени и месте пребывания;
- вероятны глубокая депрессия и приступы отчаяния; попытки самоубийства;

- очень часто потребители героина погибают от передозировки, СПИДа или, находясь под воздействием наркотика, могут совершать неадекватные поступки, «полететь» из окна или с крыши.

При постоянном употреблении каннабиноидов (марихуана, гашиш, анаша, гашишное масло и др.) наблюдается:

- частые воспаления слизистых оболочек дыхательных путей, хронические бронхиты, насморк, воспаления легких, постоянный кашель;
- нарушение гормонального баланса: у мужчин уменьшается количество мужского гормона – тестостерона и увеличивается количество женских гормонов, в результате чего мужчины, прежде всего молодые, приобретают женские черты; у женщин – нарушения менструального цикла;
- длительное употребление конопли нередко приводит к импотенции;
- при высоких дозах каннабиноидов сокращается выработка гормона роста, возможна задержка физического и психического развития;
- при курении конопли уменьшается приток крови к мозгу, в результате чего ускоряется процесс его старения, ухудшается память и обучаемость, снижается интеллект, быстрее развивается усталость, человеку труднее сосредоточиться;
- открытый, жизнерадостный человек со временем может превратиться в подозрительного, нелюдимого, неуравновешенного, пассивного и равнодушного. Прежние занятия и друзья начинают казаться скучными и утомительными.
- возможны возникновение необоснованного страха, паники, мании преследования;
- для потребителей каннабиноидов характерно демонстративное суицидальное поведение, т.е. человек изображает желание уйти из жизни, играет на публику;
- в странах, где издавна курят гашиш, хорошо известно о каннабисных психозах – состоянии полной дезориентации, страха и искаженного восприятия действительности, сопровождаемы галлюцинациями, которые очень плохо поддаются лечению. Новейшие исследования показывают,

что подобные психозы поражают примерно каждого десятого потребителя препаратов конопли. Если не прекратить употребление наркотика, психоз может стать хроническим.

- при употреблении каннабиноидов у многих развивается своеобразный «иммунитет» – наркотический эффект не возникает. Тогда и появляется соблазн перейти на более сильные наркотики. К такому же результату приводит многих появление вялости и депрессии после нескольких лет употребления препаратов конопли. Поэтому марихуану называют «мостиком» к более тяжелым наркотикам.

При постоянном употреблении кокаина наблюдается:

- потеря веса, истощение всего организма, чувство разбитости, слабости;
- постепенное ослабевание памяти;
- нарушения сна, кошмарные сновидения;
- человек становится очень нервным; преобладает плохое настроение с оттенком тревожности, раздражительности;
- сильная внушаемость и самовнушаемость;
- кокаин обладает разъедающим действием, поэтому у нюхальщиков кокаина повреждается носовая полость, слизистые оболочки и органы дыхания. Кокаинисты часто страдают насморком, носовыми кровотечениями. Может разрушиться носовая перегородка;
- нередки случаи кокаиновой депрессии, когда человеку трудно сконцентрировать внимание, обостряется чувство вины, наступает апатия, нарушается сон, и приходят мысли о самоубийстве. Чтобы побороть депрессию многие увеличивают дозу и начинают принимать еще какие-либо наркотики;
- развиваются кокаиновые психозы с помутнением рассудка и жуткими галлюцинациями – потребители кокаина видят светящиеся предметы, слышат шепчущие голоса, чувствуют, как под кожей ползают муравьи. В таком состоянии паники наркопотребитель может впасть в буйство, стать очень агрессивным и опасным для себя самого и окружающих;
- в результате нарушения сердечной деятельности или остановки дыхания может наступить смерть.

При употреблении экстази наблюдается:

- потребители экстази устают от неестественной психической стимуляции, страдают бессонницей, приступами тоски и психозами, напоминающими амфетаминовые;
- без наркотика человек становится неспособным к продуктивной деятельности;
- длительное употребление приводит к изменениям характера – частым депрессиям, попыткам суицида, приступам бешенства;
- физическое и нервное истощение, дистрофия внутренних органов;
- иногда через несколько недель после принятия экстази возникают рецидивные реакции, сопровождающиеся короткими, но устрашающими зрительными галлюцинациями;
- ради эйфории экстази «заставляет» клетки нервных центров, отвечающих за настроение, чувство голода, сексуальность, тепловой баланс организма, работать на износ и, в конечном счете, разрушает их. По мере уменьшения количества этих клеток работа нервных центров затрудняется, что приводит к необходимости увеличивать дозу. Получается замкнутый круг, в результате которого у наркопотребителя возникают проблемы с психическим здоровьем. Как показывают последние исследования, эти изменения необратимы.

При постоянном употреблении амфетаминов наблюдаются:

- нарушения сна и аппетита;
- кожные покровы сальные;
- быстрое истощение организма, большая потеря веса;
- поражения сердечно-сосудистой системы;
- нарушения функционирования желудочно-кишечного тракта;
- поражения печени из-за присутствия в наркотиках йода, марганцовки, красного фосфора, которые используются при приготовлении;
- человек выглядит старше своих лет;
- глаза запавшие, с нездоровым блеском;
- на коже – гнойнички, покраснения;
- опустошенность, глубокая усталость, потребность в длительном сне;
- мрачно-угнетенное настроение, озлобленность, бездеятельность, замыкание в себе;
- изменения характера – человек становится робким и пугливым,

чувства притупляются, поведение становится странным;

- нервное истощение.

Амфетаминовая наркомания имеет циклический, «запойный» характер.

При постоянном употреблении ЛСД наблюдаются:

- необратимые изменения в структурах головного мозга.
- психические нарушения различной степени тяжести. Даже однократный прием ЛСД может необратимо повредить головной мозг;
- чувство паники, смятение, подозрительность, раздражительность и потеря способности принимать решения;
- резкая смена настроения, паранойя;
- ослабление мышления и самооценки, ведущее к нерациональному поведению и высокой вероятности несчастных случаев;
- неожиданные и непредсказуемые вспышки гнева, насилия;
- генетические нарушения;
- подавленность, в некоторых случаях сопровождающаяся стремлением к самоубийству;

Даже через несколько лет некоторые люди могут периодически испытывать «флэшбек» (внезапные ощущения, похожие на эффекты от приема препарата).

При постоянном употреблении ингалянтов наблюдаются:

- насморк, кашель, першение в горле;
- быстрая утомляемость, частые головные боли;
- язвы в ротовой области;
- носовые кровотечения;
- неприятный запах изо рта;
- шум в ушах;
- дерматит;
- частые и тяжелые пневмонии;
- заболевания печени и почек;
- снижение иммунитета;
- лейкопения;
- снижение интеллекта, нарушение памяти на текущие события, неспособность контролировать свои чувства;
- человек становится рассеянным, подавленным, раздражительным;

- отставание в психическом развитии.

При постоянном употреблении седативно-снотворных препаратов наблюдаются:

- нарушение координации движений, речи;
- кожные покровы бледные, сальные;
- на языке – грязно-коричневый налет;
- часто и подолгу спят днем (критерий зависимости – их невозможно разбудить);
- заторможенность, взгляд «тупой», внимание рассеяно;
- быстро ухудшается память;
- развиваются психозы, судорожные припадки, депрессии;
- склонность к самоубийству.

Снотворные вызывают сильную зависимость, как на физическом, так и на психологическом уровнях.

Механизм формирования зависимости

«Пусковым механизмом» для развития зависимости являются те приятные ощущения и переживания, которые человек испытал при знакомстве с наркотиком. В головном мозге человека есть участки, которые вырабатывают вещества (эндорфины), отвечающие за формирование хорошего настроения, чувства благополучия, спокойствия и уверенности.

При поступлении в организм наркотика человек испытывает положительные эмоции и переживания, схожие с естественными (как правило, гораздо более сильные). Но возникают они не естественным способом, а под воздействием химических веществ, поступающих в мозг. В то же время организм человека устроен таким образом, чтобы «не делать ничего лишнего». Поэтому, когда эмоции начинают стимулироваться искусственно, выработка эндорфинов сокращается – зачем организму производить то, что поступает извне безо всяких усилий.

В результате недостатка эндорфинов человек испытывает недостаток положительных эмоций, стремление к получению которых заложено в человеке природой. Поэтому он вынужден вновь прибегать к наркотикам. Выработка эндорфинов продолжает сокращаться, кроме того, снижается чувствительность участков нервной системы, которые реагируют на эндорфины. Поэтому для достижения того же эффекта человек вынужден увеличивать дозу наркотика. Получается

замкнутый круг.

Психическая зависимость появляется после первого употребления наркотического вещества.

Психическая зависимость – это осознанная или неосознанная потребность в употреблении наркотического вещества для снятия психического напряжения и достижения необходимого уровня эмоционального комфорта.

Психическая зависимость – это развитие постоянной, иногда непреодолимой, психологической потребности, которая заставляет принимать наркотик вновь и вновь. Широко распространено мнение о том, что если физическая зависимость не формируется, то и о серьезном вреде здоровью говорить не приходится. Это не так. Психическая зависимость ничуть не менее разрушительна. Именно она приводит к тяжелейшим депрессиям, служит причиной попыток самоубийств, толкает людей на необдуманные поступки, порождает отчаяние и страх. Преодолеть психологическую тягу, «гон» (неодолимое влечение к наркотику), бывает труднее, чем физическую зависимость, особенно если человек настолько зависим от наркотиков, что не может без них жить.

Психическая зависимость – главный признак всех наркологических заболеваний, составной частью которого является влечение к наркотику. С момента формирования именно она определяет настроение, эмоциональный фон больного, сферу его интересов, направленность волевых усилий, привязанности, диктует поведение больного в целом. Влечение к наркотику подавляет (или извращает) даже биологические инстинкты человека, а тем более разрушает социальные формы поведения. Именно синдром зависимости определяет аутоагрессивное поведение наркопотребителя, которое некоторые авторы образно называют «хроническое», «медленное самоубийство».

Выделяют два типа психической зависимости:

- позитивный – наркотик применяется для достижения и поддержания желаемого для наркопотребителя эффекта (эйфории, чувства бодрости, повышенного настроения и т. п.);
- негативный – наркотик необходим, чтобы избавиться от пониженного настроения и плохого самочувствия. Отказ или невозможность, по каким – либо причинам принять наркотик сопровождается ухудшением настроения, развитием

депрессивных состояний, желание принять дозу наркотика приобретает навязчивый характер.

Позитивная психическая зависимость наблюдается только на начальных этапах развития наркомании!

На этапе психической зависимости человек еще сохраняет способность контролировать употребление, может выбирать, в каких ситуациях, и в какой момент принять наркотик. Такая частичная возможность контролировать прием создает у наркопотребителя иллюзию того, что он свободен в своих решениях. Ему кажется, что он в любой момент может остановиться. Поэтому этот период называется «глухим» – период, когда у человека сформировалась психическая зависимость, а физической еще нет. В этот период человек:

- считает, что именно он сумеет вовремя отказаться от употребления наркотика и не попадет в полную зависимость;
- часто вовлекает других в потребление наркотиков, искренне желая, чтобы им было также хорошо, как и ему;
- не воспринимает информацию об опасности употребления наркотиков, даже если она исходит от наркоманов, находящихся в стадии физической зависимости.

И только когда наступает физическая зависимость, которая формируется позже, в зависимости от вида вещества, большинство людей начинают волноваться, но оказывается, что они уже давно попали в зависимость и все не так просто и легко, как кажется поначалу. Потому что физическую зависимость медицинские работники помогают убрать с помощью лекарств и прохождения терапии в лечебном заведении, а психическая зависимость остается на всю жизнь. Так как даже первый прием наркотика нарушает правильный обмен веществ в головном мозгу человека и он начинает регулярно чувствовать психологическую потребность в употреблении дополнительных доз.

Физическая зависимость – состояние, характеризующееся интенсивными физическими расстройствами. Для человека становится привычным и нормальным регулировать свое состояние с помощью наркотиков. На стадии физической зависимости человек перестает получать удовольствие от употребления наркотика. Организм уже не может «нормально» функционировать без наркотика, так как последний стал частью обменных процессов. Приспособившийся к постоянной

интоксикации (отравлению), организм в отсутствии наркотика подает сигнал о том, что нужна очередная доза, которая воспринимается как жизненная необходимость. В отсутствие наркотика развивается синдром отмены – абстинентный синдром. (Синдром – совокупность признаков, характерных для какого-либо заболевания или состояния).

Кроме абстинентного синдрома для физической зависимости характерны следующие явления:

□ физическое влечение (тяга), которое выражается в неодолимом стремлении к употреблению наркотиков. Оно вытесняет даже жизненные потребности – голод, жажду и т. п., определяет настроение, диктует поведение, подавляет контроль за приемом наркотиков;

□ изменение толерантности (толерантность – физиологическая способность организма приспосабливаться и переносить воздействие определенных доз наркотика). При регулярном приеме переносимость наркотика возрастает. С развитием болезни привычная доза перестает вызывать желаемый эффект и наркопотребитель вынужден переходить ко все большим количествам наркотика. Наркоман «со стажем» может переносить дозы, превышающие смертельные для здорового человека несколько раз.

□ исчезновение защитных реакций при передозировке. Защитные реакции (тошнота, рвота, кожный зуд, обильный пот, резь в глазах и др.) – это сигналы тревоги, которые организм подает при приеме дозы наркотика, превышающей безопасный предел.

Некоторые ситуации могут быть потенциально опасны для нашего здоровья, понимая это необходимо отказаться, например, от употребления наркотических веществ. Способы сказать «Нет!»:

- четко и уверенно сказать «НЕТ!»;
- способ заезженной пластинки (постоянно повторять одну и ту же фразу, не вступая в дискуссию, например, «Нет, не хочу!»);
- перенесение на другой срок. «Сейчас не могу, давай в другой раз!»;
- сослаться на физическое состояние. «Не могу, у меня аллергия» или «Я уже пробовал и мне было очень плохо».

Способы отказа от рискованного или нежелательного поведения

1. Скажи «нет». Отказывай твердо, вежливо. Это позволит тебе не продолжать разговор. «Нет» и все!

2. Смени тему. Если ты находишься в компании, где рассказывают, обсуждают то, что тебе не нравится, смени тему разговора.

3. Отойди. Когда нечего сказать, лучше просто отойти. Ничего не надо объяснять. Уходи с гордо поднятой головой, уверенностью в себе.

4. Пройгнорируй предложение. Если начинается то, в чем ты не хочешь участвовать, не обращай внимания, что делают или говорят другие. Промолчи. А сам делай то, что считаешь нужным.

5. Пошутить. Если кто-то пробует уговорить тебя сделать что-либо неправильное, глупое или злое, можешь превратить это предложение в шутку.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Упражнение «Скрепка»

Цель: продемонстрировать возможную необратимость изменений в организме в результате употребления наркотиков (других опасных веществ).

Необходимые материалы: скрепки.

Ход работы. Участникам раздаются скрепки (можно выбрать несколько участников по желанию, не менее 5 человек) и предлагается на счет три как можно быстрее развернуть скрепки и сложить их в одну прямую линию. При этом оценивается не только скорость выполнения задания, но и ровность проволоки.

Далее предлагается максимально быстро вернуть скрепку в исходное положение, чтобы впоследствии ей можно было бы еще воспользоваться.

(Как правило, вернуть скрепку в первоначальное состояние не удастся никому, а у кого-то она даже ломается).

После этого необходимо обсудить упражнение.

Мозговой штурм «Определение понятий «наркотики» и «наркопотребление»

Цель: сформулировать определение понятий «наркотики» и

«наркопотребление».

Необходимые материалы: лист бумаги формата А1, маркеры.

Ход работы: Участникам занятия предлагается сформулировать, что же означают слова «наркотики» и «наркопотребление».

Наркотики – это...

Наркопотребление – это...

Упражнение «Последствия»

Цель: формирование представлений о последствиях наркопотребления.

Необходимые материалы: материалы с описаниями последствий наркопотребления (одного вещества), разноцветные карточки или нарезанные листочки размера примерно 10X10, ручки, маркеры.

Ход работы. Ведущий объединяет участников в три-четыре группы (например, по названию любимых цветов). Каждая группа получает материал с описанием последствий наркопотребления (одного вещества) – спайсов, опиатов, каннабиноидов, кокаина, экстази, амфетаминов, ЛСД, ингалянтов и седативно-снотворных препаратов. Группы получают также разноцветные карточки. Это могут быть либо post-it, либо заранее нарезанные листочки.

Задание для участников малых групп:

«Изучите последствия употребления данных веществ, изложенные в раздаточных материалах. На карточки кратко выпишите последствия (по одному на каждую карточку). На это задание у вас есть 5 минут».

Тем временем ведущий рисует на листе А1 большой силуэт человека и заготавливает много кусочков скотча для наклеивания карточек (если, конечно, участники не пишут на post-it).

Группы по очереди называют медицинские последствия, приклеивая соответствующие карточки в те места на силуэте человека, где находятся названные органы или системы, на которых отражаются последствия.

Рекомендуемая литература

1. Аддиктивное поведение молодежи: профилактика и психотерапия зависимостей / Под ред. Н.А. Залыгиной, Я.В. Обухова, В.А. Поликарпова. – Минск : Прописи, 2004. – 196 с.
2. Веселовская, Н. В. Наркотики. Свойства, Действие,

- Фармакокинетика, Метаболизм : пособие для работников наркологических больниц, наркодиспансеров, химико-токсикологических и судебно-химических лабораторий / Н.В. Веселовская, А.Е. Коваленко. – М.: Триада-Х, 2000. — 196 с.
3. Гусева, Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами / Н.А. Гусева ; под ред. Л.М. Шипициной. – Спб. : Речь, 2003. – 256 с.
 4. Еникеева, Д.Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков / Д.Д. Еникеева. – М. : Изд. центр «Академия», 1999. – 144 с.
 5. Занятия по профилактике наркопотребления для учащихся 5–11 классов [Электронный ресурс] / Белорусско-украинско-молдавская программа по борьбе с незаконным оборотом и торговлей наркотическими средствами (БУМАД). – Минск : Белэзнс, 2009. – 40 с. : ил. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см.
 6. Залыгина, Н. А. Здоровье как ценность в системе воспитания / Н.А. Залыгина [и др.] // Здоровы лад жыцця. – 2009. – № 7. – С. 3–5.
 7. Как уберечь подростка от наркотиков : метод. пособие по антинаркотической и антиалкогольной профилактике среди учащихся общеобразовательных школ / Отв.ред. Н.А. Залыгина. – Минск : РУМЦ, 2000. – 200 с.
 8. Михалевич, Е. Ф. Профилактика наркопотребления среди старшеклассников / Е.Ф. Михалевич [и др.]. – Минск: Наша идея, 2012. – 43 с.
 9. Михалевич, Е. Ф. Профилактика наркомании в учреждениях образования // Сацыяльна-педагагічная работа. – 2012. – № 10. – С. 40–42.
 10. Михалевич, Е. Ф. Превенция вредных привычек среди учащихся // Сацыяльна-педагагічная работа. – 2010. – № 10. – С. 22–26.

5.8. Профилактика употребления алкоголя

Цель: расширение и углубление знаний участников о проблемах и последствиях употребления алкоголя; развитие мотиваций и умений, необходимых для отказа от употребления алкоголя.

Основные понятия

Алкоголь – психоактивное вещество, угнетающее деятельность центров ствола мозга, уменьшающее доступ в него кислорода, что отражается на состоянии сознания и поведении человека.

Алкоголь, или спирт, C_2H_6O , или C_2H_5OH (этильный, или винный, алкоголь, метилкарбинол).

Алкоголизм – заболевание, обусловленное систематическим употреблением спиртных напитков.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

По данным Всемирной организации здравоохранения, алкоголизм в качестве причины смерти во всем мире занимает по частоте третье место, уступая только злокачественным новообразованиям и сердечно-сосудистым заболеваниям.

В последние годы стала актуальной проблема алкоголизма в юношеском, подростковом и даже детском возрасте.

Согласно «Международной классификации болезней» Всемирной Организации Здравоохранения алкоголизм – это состояние (психическое и обычно также физическое), возникающее в результате потребления алкоголя и характеризующееся постоянной или периодической потребностью в нем.

Алкоголизм – заболевание, обусловленное систематическим употреблением спиртных напитков. Проявляется постоянной потребностью в опьянении, расстройством психической деятельности, соматическими и неврологическими нарушениями, падением работоспособности, утратой социальных связей, деградацией личности. Алкоголь оказывает также значительное воздействие на репродуктивное здоровье подрастающего поколения.

Изучение состояния проблемы показало, что поводы первого приобщения к алкоголю разнообразны. Но прослеживаются их

характерные изменения в зависимости от возраста.

До 11 лет ребенок пробует алкоголь либо случайно, либо из любопытства. Иногда детям дают алкоголь как лекарство, в некоторых случаях – «чтобы повысить аппетит».

В более старшем возрасте мотивами первого употребления алкоголя становятся традиционные поводы: праздник, семейное торжество и т. д.

С 14–15 лет основными причинами употребления спиртных напитков подростки называют уговоры друзей, некоторые пьют, чтобы быть как все, «за компанию». Употребляют подростки спиртные напитки и для храбрости, и чтобы испытать новые ощущения, многие – из любопытства. Формированию этих мотивов способствуют некоторые свойства психики детей подросткового возраста. Чувство взрослости, желание быть как все, стремление подражать старшим толкает их к употреблению алкоголя, который, по мнению подростков, является неотъемлемой частью взрослой жизни. Мальчикам свойственны все группы мотивов первого знакомства с алкоголем. Для девочек типична в основном вторая, «традиционная» группа мотивов. Обычно это бывает на дне рождения или другом торжестве и в основном происходит с согласия родителей.

Особого внимания заслуживает такая группа мотивов потребления алкоголя, которая формирует пьянство как тип поведения правонарушителей. В число этих мотивов входит стремление избавиться от скуки. У подростков этой категории существенно ослаблен или утрачен интерес к познавательной деятельности. Молодежь, употребляющая спиртное, почти не занимается общественной деятельностью. Некоторые подростки потребляют спиртное, чтобы снять с себя напряжение, освободиться от неприятных переживаний. Напряженное, тревожное состояние может возникнуть в связи с определенным положением их в семье, школьном коллективе.

В целом в формировании алкогольной зависимости решающую роль играют следующие **факторы**:

Социальные факторы, к которым относят культурный и материальный уровень жизни населения страны, стрессы, информационные перегрузки, урбанизацию.

Биологические факторы включают наследственную предрасположенность. По данным ряда ученых дети, чьи родители

злоупотребляли алкоголем, могут стать потенциальными алкоголиками.

Под **психологическими факторами** понимают психоэмоциональные особенности личности, способность к социальной адаптации и противостоянию стрессам.

В каждом конкретном случае их соотношение неодинаково. Перейдет ли периодическое употребление спиртного в зависимость – зависит от многих факторов: от мотивации (как принятия спиртного, так и жизненной), и от степени сформированности личности, от биологической конституции, от родительского сценария (сценариев), от социальной среды и установок.

Алкоголь – это психоактивное вещество, угнетающее деятельность центров ствола мозга, уменьшающее доступ в него кислорода, что отражается на состоянии сознания и поведении человека (потеря координации, сбивчивая речь, нечеткость мышления). Алкоголь – нейродепрессант, однако первоначально он оказывает возбуждающее действие. Вред, наносимый здоровью систематическим употреблением алкоголя, общеизвестен, особенно опасен он для растущего организма. Тем не менее, в рамках европейской культуры первый контакт человека с алкоголем происходит в 10–12 лет. Формирование ориентации на прием алкоголя происходит соответственно культурной традиции, на него влияют установки социокультурного окружения.

Даже единичное употребление небольших доз спиртных напитков сопровождается у подростков выраженными проявлениями интоксикации. При первичном употреблении алкоголя клиническая картина выраженного опьянения подростка в большинстве случаев выглядит так: кратковременное возбуждение сменяется затем общим угнетением, оглушенностью, нарастающей сонливостью, вялостью, замедленной бессвязной речью, потерей ориентации. В субъективных переживаниях преобладают отрицательные или апатичные ощущения. С увеличением «стажа» употребления алкоголя, субъективная оценка состояния заметно меняется. Подростки с двухгодичным и большим алкогольным «стажем» считают, что опьянение у них сопровождается ощущением прилива сил, чувством удовольствия, комфорта, повышением настроения, т. е. начинает появляться такая оценка опьянения, которое обыденное сознание приписывает действию алкоголя.

Алкогольная зависимость напрямую не связана с количеством и качеством употребляемого напитка или поведением во время опьянения.

Она может сформироваться и вследствие приема слабоалкогольных напитков (например, пива) при предрасположенности к алкоголизму.

Специалисты рассматривают следующие стадии употребления алкоголя подростками: знакомство, эпизодическое употребление, регулярное употребление, навязчивая идея (психологическая зависимость), химически обусловленная зависимость.

На стадии знакомства подросток пробует спиртное и приобретает либо «негативный», либо «позитивный» опыт. К сожалению, большинству удается испытать удовольствие. При эпизодическом, а затем регулярном употреблении алкоголя, как правило в компании, многие подростки (но, к сожалению, не все) осуществляют в некоторой степени самоконтроль, т. е. проявляют способность определять, когда и сколько пить. Подростки же, не умеющие оценить свои возможности, напиваются.

Психологическая зависимость от алкоголя в виде навязчивой мысли о спиртном формируется раньше физической. Подросток стремится выпить уже не для удовольствия, а чтобы улучшить настроение, испорченное разными обстоятельствами: поссорился с другом, родителями, а также если надо справиться с неприятными эмоциями, «раскрепоститься» на вечеринке и т. п. Следует отметить, что на этой стадии употребление алкоголя уже рационализируется, а сама рационализация сводится к оправданию зависимости.

Систематическое употребление алкоголя подростком приводит к стойким депрессиям. Оправдательные мотивы употребления им спиртных напитков на стадии «навязчивая идея» не совпадают с истинными. На самом деле он борется с тревогой, с беспокойством, которые усиливаются ожидающимся социальным неуспехом и иными трудностями. Подросток начинает пить больше и не пьянеет: вырабатывается физическая выносливость к воздействию алкоголя – один из признаков возможного алкоголизма.

Химически обусловленная зависимость от алкоголя проявляется в виде физической потребности в нем, до потери самоконтроля. Основной мотив к выпивке – обретение нормального самочувствия, достижение короткого периода физического и эмоционального облегчения страданий. Часто подростки на этой стадии не признают своей зависимости и стараются вести себя, как сверстники, которые лишь иногда употребляют алкоголь.

Классическая схема формирования алкогольной зависимости

может видоизменяться соответственно с особенностям личности.

Любая форма зависимости – уже болезнь. У зависимых от алкоголя подростков возникает представление о возможности отказа от употребления алкоголя при желании, иллюзия о возможности воздержания. Но на фоне воздержания такой подросток всегда одержим желанием выпить. У наркозависимых есть свой афоризм: «Наркотик умеет ждать». То же самое может сказать зависимый от алкоголя. При закреплении патологической потребности в алкоголе отвыкнуть от пьянства так же невозможно, как отказаться от пищи и воды.

Формирование самой зависимости от алкоголя проходит три фазы. Каждая из них характеризуется особыми признаками алкогольной деградации.

Начальная (*неврастеническая*) фаза характеризуется провалами в памяти после приема большого количества алкоголя, чувством вины из-за количества выпитого, жадным выпиванием первого стакана (чтобы быстрее привести себя в хорошее настроение), тайным употреблением алкоголя, постоянными мыслями о нем, а также увеличивающейся переносимостью алкоголя.

Критическая (*наркоманическая*) фаза характеризуется изменением системы потребления алкоголя: возникновение периодов запоя и полного воздержания как способа доказать себе, что можешь перестать пить; обеспечением запаса алкоголя и потерей контроля (неспособность свободно принимать решение после первого стакана: пить ли дальше и сколько).

Энцефалопатическая фаза – показатель полной алкогольной зависимости.

Алкогольная деградация личности, таким образом, наблюдается не только на заключительной стадии алкоголизма.

Признаки юношеского алкоголизма более стерты, соматические нарушения (болезни печени, сердечно-сосудистой системы) менее выражены, синдром отмены менее тяжелый. Однако психологическая зависимость и социальная деградация наступают значительно быстрее, чем у взрослых. Тот, кто начинает пить в возрасте до 15 лет, по своим физиологическим особенностям больше всего склонен стать хроническим алкоголиком

Последствия употребления алкоголя весьма разнообразны. Ученые медики, психологи, социальные педагоги и социальные

работники в результате исследований пришли к выводу, что больные алкоголизмом выглядят старше своих лет, волосы имеют тусклый цвет. Тургор кожи утрачен. Часто отмечается небрежность в одежде, нечистоплотность. У хронического алкоголика страдает память, интеллект, алкоголик постепенно деградирует. Алкоголь нарушает работу печени, вызывая тяжелые заболевания. Наиболее распространенной формой поражения печени является алкогольная жировая дистрофия. Более серьезным осложнением является алкогольный цирроз печени. Цирроз в свою очередь может привести к раку печени.

Алкоголь может вызывать сильное кровотечение и постоянные расстройства желудка. Отрицательные последствия злоупотребления алкоголем для сердечно-сосудистой системы весьма многообразны. Алкоголь влияет на развитие и прогрессирование таких распространенных сердечно-сосудистых заболеваний, как гипертоническая болезнь или ишемическая болезнь сердца и их тяжелых осложнений, хотя эти заболевания нельзя отнести к прямым последствиям алкоголизма.

Значительное воздействие оказывает алкоголь на репродуктивную систему, в первую очередь на яички и яичники. При этом одинаково вредно как частое опьянение, так и систематический приём значительных количеств алкоголя.

Важно тот факт, что формирование репродуктивной системы девочки закладывается в раннем возрасте. К трем годам у девочки уже сформированы фолликулы, содержащие яйцеклетки, которые будут созревать только начиная с подросткового возраста. И любые неблагоприятные факторы, воздействующие на организм девушки, на протяжении всей жизни оказывают влияние на генетический материал будущих эмбрионов. Причем действие этих факторов может накладываться, суммироваться. Женский организм очень чувствителен к действию вредных факторов. Поэтому девушки должны быть ответственны по отношению к своему здоровью, а значит и здоровью будущего ребенка.

Для мужских половых клеток, действие неблагоприятных факторов (алкоголь, наркотики, никотин) не менее опасно. Под влиянием злоупотребления алкоголем наблюдается жировое перерождение семенных канальцев и разрастание соединительной ткани в паренхиме яичек.

Наряду с непосредственным токсическим действием алкоголя на яички, известное значение имеет нарушение функции печени и способности её разрушать эстроген. Так при циррозе печени значительно повышается количество эстрогена как у мужчин, так и у женщин, что приводит к торможению гонадотропной функции гипофиза с последующей атрофией половых желёз. Алкоголь снижает активность, подвижность сперматозоидов, ломает, искажает их наследственную структуру.

У девочек-подростков наблюдаются расстройства регулярности менструального цикла.

При приёме спиртных напитков во время беременности возможно формирование у будущего ребёнка генетически детерминированной наследственной склонности к алкоголизму. Употребление спиртных напитков во время беременности приводит к рождению детей с алкогольным синдромом плода с морфологическими нарушениями: неправильные размеры головы и соотношения головы, тела, конечностей, лицевой и мозговой частей черепа, шарообразные или глубоко посаженные глаза, широкая переносица, утопленное основание носа, недоразвитие челюстных костей, укорочение трубчатых костей.

Дети злоупотребляющих алкоголем родителей часто страдают врожденной малой мозговой недостаточностью (избыточная подвижность, отсутствие сосредоточенности, стремление к разрушению, агрессивность), у них замедляется или оказывается неудовлетворительным моторное, психическое развитие, овладение практическими навыками. Во всех случаях при пьянстве родителей дети растут в психотравмирующей ситуации, обнаруживают признаки невротизации (энурез, ночные страхи), расстройства поведения (упрямство, агрессивность, побеги из дома) и эмоций (тревога, депрессия, суицидальные попытки); психическое развитие их нарушено, возможны трудности в обучении и контакте со сверстниками.

Как указывает ряд ученых-исследователей, при алкоголизме неизбежны изменения личности.

Для подростков, злоупотребляющих алкоголем, в трезвом состоянии типичны следующие черты:

- низкая работоспособность (умственная и физическая);
- неспособность усваивать новые знания и приобретать новые навыки;

- чрезмерная обидчивость и раздражительность (легко переходящие в агрессию), либо наоборот, полная апатия и благодушие;
- сужение круга интересов;
- огрубение личности (например, потеря безразличности, моральных принципов).

По мнению ряда ученых, деградация личности больных алкоголизмом проявляется в формировании следующих поведенческих установок:

- быстрое удовлетворение потребностей при малых усилиях;
- пассивные способы защиты при встречах с трудностями;
- избегание ответственности за совершаемые поступки.

Проблемы окружения подростка, употребляющего алкоголь – это увеличение конфликтов в семье и ее разрушение, рост преступности.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Упражнение «Марионетка»(выбирается один из вариантов).

Цель: помочь участникам испытать ощущения человека, который находится в зависимости (наркотической, алкогольной и др.).

Необходимые материалы: платки

Ход работы.

1 вариант. Участники разбиваются в пары, рассчитавшись на первый-второй. Сначала ведущий дает задание первым (отведя их в сторону):

Вы сейчас будете выступать в роли кукловодов. Каждый будет управлять своей «марионеткой». У «марионетки» будут закрыты глаза (необходимо подготовить достаточное количество платков, чтобы можно было завязать глаза каждой «кукле»). Вы можете водить куклу, управлять всеми ее движениями, заставлять выполнять какие-либо действия. Но безопасности марионетки ничто не должно угрожать.

Затем педагог дает задание вторым номерам:

Вы будете выступать в роли куклы-марионетки. Ваши глаза будут закрыты, и вы должны полностью подчиняться кукловоду.

Каждый участник должен побывать в роли «куклы» и «кукловода».

Участники снова объединяются в свои пары и им дается сигнал начинать упражнение. Через 2-3 минуты необходимо остановить процесс и дать командустаршеклассникам поменяться ролями.

2 вариант. Участники делятся на тройки. Роли в них распределяются следующим образом: «кукловод», «кукла», наблюдатель. Для каждой тройки расставляются по два стула на расстоянии около трех метров. Кукловод переводит «куклу» с одного стула на другой, а наблюдатель контролирует правильность и безопасность выполнения данного упражнения. Дальнейшая схема проведения игры аналогична схеме варианта 1.

Ролевая игра «Вырази свой отказ!»

Цель: познакомить участников с тремя стилями отказа.

Необходимые материалы: карточки с заданиями-ситуациями.

Ход работы: Необходимо разделить участников на 3 группы и дайте каждой группе **задание-ситуацию:**

1. Друг, которого вы уважаете, видя, что вы расстроены, предлагает вам выпить пиво и расслабиться: «Главное для тебя сейчас – успокоиться».

2. Во дворе друзья предлагают выпить спиртное и говорят: «Выпей за компанию!».

3. В компании друзей вам предлагают наркотики: «Мы уже все пробовали, только ты – новичок, и понятия не имеешь, что это такое!».

Каждая группа должна не только придумать фразу, которой выразит свой отказ, но и проиграть ситуацию. Показать свои действия: решительный жест отказа, изменение мимики, интонации и т. д.

Задание группам: привести как можно больше аргументов для отказа в этой ситуации.

После этого каждая подгруппа «проигрывает» свою ситуацию перед остальными участниками. Один играет роль «уговаривающего», другой – «отказывающегося». Ведущий предлагает использовать в каждой ситуации **3 стиля отказа: уверенный, агрессивный, неуверенный.** Каждый стиль демонстрирует только один участник.

Если ведущий чувствует, что роль уговаривающего может быть исполнена участниками недостаточно хорошо, он может сыграть ее сам.

Далее следует обсуждение необходимости приобретения навыков противостояния давлению, влияния тех или иных форм отказа на дальнейшие отношения. Дискутируется вопрос о сложностях и преимуществах ответственного поведения.

Мозговой штурм «Последствия употребления алкоголя»

Цель: изучить последствия употребления алкоголя.

Необходимые материалы: лист бумаги формата А1, маркеры.

Ход работы. Ведущий задает вопрос:

«К каким социальным последствиям может привести алкоголизм (для самого алкоголика, для его окружения, для общества)?»

Необходимо кратко фиксировать все выводы участников на листе бумаги формата А1.

Важно подвести итог и показать на примере полученных результатов, что в результате человек уводит за собой в проблему и свое окружение, а также это отражается и на всеобществе.

Рекомендуемая литература

1. Аксютин, И. В. Профилактика употребления психоактивных веществ: пособие для психологов и педагогов общеобразовательных учреждений / И. В. Аксютин. – Минск: НИО, 2009. – 216 с.
2. Аддиктивное поведение молодежи: профилактика и психотерапия зависимостей / Под ред. Н.А. Залыгиной, Я.В. Обухова, В.А. Поликарпова. – Минск: Прописки, 2004. – 196 с.
3. Еникеева, Д.Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков / Д.Д. Еникеева. – М.: Изд. центр «Академия», 1999. – 144 с.
4. Купчинов, Р.И. Формирование здорового образа жизни учащейся молодежи: пособие для педагогов / Р.И. Купчинов. – Минск : Национальный ин-т образования, 2007. – 192 с.
5. Михалевич, Е.Ф. Превенция вредных привычек среди учащихся // Сацыяльна-педагагічная работа. – 2010. – № 10. – С. 22–26.

5.9. Профилактика употребления табака

Цель: расширение и углубление знаний участников по проблемам курения; развитие мотиваций и умений, необходимых для отказа от

курения.

Основные понятия

Табак – род одно- и многолетних трав и кустарников семейства пасленовых.

Табакокурение– вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет.

Никотин – ядовитое вещество, содержащееся в табаке.

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Ежегодно глобальная табачная эпидемия уносит около 6 миллионов человеческих жизней. Более 600 000 человек из числа этих людей не являются курильщиками и умирают в результате вдыхания вторичного табачного дыма. При бездействии к 2030 году эпидемия будет ежегодно приводить более чем к 8 миллионам случаев смерти. Более 80 % этих предотвратимых случаев смерти будут происходить среди жителей стран с низким и средним уровнем дохода.

У начинающих курить табак, действие никотина резко выражено: отмечаются головокружение, мышечная слабость, расширение зрачков, слюнотечение, бледность кожи, снижение артериального давления, учащение сердцебиения, снижение аппетита, человек с трудом засыпает.

В процессе курения формируется психическая и физическая зависимость: психическое и физическое состояние человека определяется потребностью в никотине. В случае невозможности продолжать курение, например, при отсутствии табака, развивается абстинентный синдром, характеризующийся симптомами психического и физического дискомфорта. Продолжительность абстинентного синдрома зависит от длительности и интенсивности курения.

Хотя многие подростки и отдают себе отчет в том, что курение вредно, однако мало кто из них осознает в полной мере степень этой опасности. Лишь немногие из других стереотипов поведения или факторов риска, которые можно предотвратить, являются причиной смерти такого же количества людей, как табакокурение. Среднее уменьшение продолжительности жизни у курильщиков составляет 10 лет.

Табачный дым содержит более трех тысяч вредных веществ.

Три основные группы токсинов: смолы, никотин, токсичные газы (окись углерода, цианистый водород, окись азота и др.). Курение приводит к выраженным изменениям внутренних органов; чаще всего поражаются органы дыхания, сердечно-сосудистая система, желудочно-кишечный тракт. Курение причина трети всех смертей от злокачественных заболеваний, опухолей. Следствием табакокурения являются такие заболевания как рак легких, рак пищевода и рак полости рта, хронический бронхит, ишемическая болезнь сердца и целый ряд других заболеваний. У курильщиков наблюдаются нарушения функции нервной системы.

Значительное влияние оказывает курение на репродуктивное здоровье, в том числе и на половую функцию. Это связано с тем, что никотин способствует сужению сосудов половых органов.

Как указывают ученые-медики, курение в значительной мере влияет как на здоровье женщины, так и на развитие плода. Так курящие женщины чаще бывают бесплодными, беременность у них наступает реже, чем у некурящих. Это свидетельствует о том, что курение неблагоприятно влияет на функции яичников. У курящих женщин несколько повышен риск спонтанного аборта, кровотечения во время беременности. Курящие женщины в несколько раз быстрее стареют, чем некурящие.

Курение во время беременности увеличивает возможность выкидыша, гибели плода или гибели ребенка сразу после рождения. Степень этой опасности напрямую связана с количеством выкуриваемых сигарет. Курение во время беременности вызывает у новорожденного сильное возбуждение и стресс, выкуривание даже небольшого количества сигарет вызывает изменения в головном мозгу плода еще в утробе матери.

Масса тела ребенка, рожденного курящей матерью, примерно на 200 грамм меньше, чем у не курящей. У детей, рожденных курящими женщинами, несколько чаще риск смерти в раннем возрасте. Это связано с ослаблением и задержкой развития плода из-за токсинов входящих в состав сигарет. В дальнейшем появятся отклонения в психофизическом развитии. У таких детей более низкий коэффициент интеллекта, они отличаются невнимательностью, нервозностью и раздражительностью.

У курящих женщин чаще, чем у некурящих, наблюдаются токсикозы во время беременности, слабость родовой деятельности,

рождение детей с врожденными недостатками (пороками сердца, паховой грыжей, косоглазием, волчьей пастью и заячьей губой).

Отравлению никотином подвергается не только человек, страдающий от курения, но и все окружающие, находящиеся с ним в непосредственной близости. Пассивный курильщик вдыхает те же самые опасные вещества, что и любитель сигарет, не смотря на малую их концентрацию. Пассивное курение – принудительное вдыхание некурящими воздуха, содержащего продукты табачного дыма.

Одна из распространенных причин начала курения основана на важной психологической черте – желание познать новое, неизвестное.

Причиной курения могут послужить переживания, неприятности в школе, семейные конфликты. Курят, якобы, для успокоения нервов, подавления отрицательных эмоций, похудения (особенно девушки).

Одна из причин большой распространенности курения – это создающееся впечатление о его внешней безобидности.

В целом курящих людей можно разделить на три группы:

- 1) никотиновая зависимость отсутствует, курение обусловлено психологической зависимостью;
- 2) существует никотиновая зависимость;
- 3) сочетание обоих типов зависимости — психологической и физической (никотиновой).

Табачная зависимость – это хроническое заболевание, которое внесено в «Международную статистическую классификацию болезней, травм и причин смерти».

Исследователи проблемы табакокурения считают, что для быстрого определения зависимости можно задать человеку три вопроса, на которые он должен отвечать «да» или «нет»:

- Выкуриваете ли Вы более 20 сигарет в день?
- Курите ли Вы в течение первого полчаса после пробуждения?
- Испытывали ли Вы сильную тягу к курению или наблюдали симптомы отмены во время попытки бросить курить?

Если на все вопросы дан положительный ответ, то это говорит о высокой степени зависимости от никотина.

Ученые сходятся во мнении, что решение бросить курить всегда дается нелегко. Работая с подростками, которые решили это сделать, можно дать им ряд советов:

- Придумать способы отказываться от предложенных сигарет и

постоянно применять их.

- Научиться просто говорить «нет» – ты никому не обязан объяснять, почему бросил курить.
- Когда у тебя уже будет за плечами небольшая победа, старайся не воспитывать окружающих. Вряд ли кому-то это понравится.
- Избегай хорошо знакомые ситуации, когда соблазн закурить особенно велик.
- Если при тебе курят твои родители или близкие попроси их отвести для этого какое-то другое место.
- Подумай, стоит ли тебе общаться с друзьями, которые не уважают твоего решения бросить курить.
- Убери из дома все предметы, связанные с курением.
- Введи в свой график дня здоровый распорядок и старайся придерживаться его.
- Попроси друзей поддержать тебя и не подтрунивать над тобой.
- Помощь близких, родителей, сверстников является важным фактором в борьбе с курением. При этом необходимо соблюдать ряд важных принципов как помочь бросить курить близким людям:
- Не пытайтесь их воспитывать, лучше поговорите с ними по душам – объясните им, как сильно за них беспокоятся.
- Узнать, чем им можно помочь.
- Выслушать их и постараться понять, почему они думают, будто им не обойтись без курения.
- Помочь советом, т. к. некоторые подростки не знают где и как лечиться.
- Не давить на подростков, постараться поддержать.
- Помочь создать обстановку с наименьшим количеством провоцирующих факторов.
- Поощрять за каждую маленькую победу.

У нас в стране запрещена продажа табачных изделий гражданам в возрасте до 18 лет, а также розничная торговля табачными изделиями: в учебных, лечебных, детских культурно-зрелищных и воспитательных учреждениях; в учреждениях здравоохранения, культуры, образования, спорта и пр.

Запрещено курение (потребление) табачных изделий, за исключением мест, специально предназначенных для этой цели:

в учреждениях здравоохранения, культуры, образования, спорта, на объектах торговли и бытового обслуживания населения; на ряде объектов общественного питания; в помещениях органов госуправления, местных исполнительных и распорядительных органов, организаций; на всех видах вокзалов, в аэропортах, подземных переходах, на станциях метрополитена; во всех видах общественного транспорта и др.

В соответствии со статьей 17.9. Кодекса Республики Беларусь об административных правонарушениях курение (потребление) табачных изделий в местах, где оно запрещено, влечет наложение штрафа в размере до четырех базовых величин.

Курение получает все большее распространение среди подростков при его значительном губительном воздействии на организм. Это увеличивает актуальность работы по профилактике табакокурения.

Способы отказа

В тот момент, когда понимаете, что хотите отказаться от чего-либо иногда это трудно сделать, поскольку, мы не всегда знаем, как сказать «нет!» в той или иной ситуации и при этом не вступить в конфликт. Прежде всего следует понимать, что люди, которые не уважают вашего решения каким бы оно не было, не стоят ваших переживаний. Если они ваши друзья или хорошие знакомые, они с понимаем отнесутся к принятому вами решению, даже если оно им не нравится. Давайте посмотрим на то, какие есть варианты отказа, так чтобы у вас была возможность выбрать наиболее подходящий в той или иной ситуации.

Способы сказать «Нет!»:

- Твердо и уверенно сказать «Нет!», не добавляя никаких комментариев.
- Постоянно повторять одну и ту же причину, например, «Не могу!».
- Сослаться на физическое состояние, например, аллергия, непереносимость организмом, болезнь.
- Перенести на другой срок: «Давай в другой раз».
- Встать и уйти.

Какие еще варианты сказать «Нет!» вы знаете или используете?

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Упражнение «Ассоциации»

Цель: знакомство с понятием «табак», диагностика знаний учащихся.

Необходимые материалы: листы бумаги формата А6, шариковые ручки, лист бумаги формата А1, маркеры.

Ход работы. Участникам раздается по небольшому листочку бумаги и предлагается в течение 3 – 5 минут написать по пять ассоциаций со словом «табак».

Когда все будут готовы, необходимо попросить участников по кругу зачитывать по одной ассоциации. Когда круг замкнется, пусть участники называют по второй ассоциации и т. д. Одновременно необходимо фиксировать их на большом листе бумаги. Повторяющиеся слова записывать не стоит, лучше отмечать количество повторений палочками.

По окончании упражнения проводится краткое обсуждение:

- какие ассоциации возникали у участников чаще всего?
Почему?
- были ли какие-то неожиданные ассоциации?
- пришли ли вы к какому-либо выводу после этого упражнения?

Упражнение «Правила уверенного отказа»

Цель: развитие навыков уверенного отказа.

Необходимые материалы: ватманы, маркеры, цветные карандаши.

Ход работы. Педагог объединяет участников в 3 подгруппы. Каждая подгруппа получает задание – разработать в процессе групповой работы «Правила уверенного отказа» от сомнительных предложений, которые вредят здоровью. Педагог поясняет, что через 5 минут каждая подгруппа будет представлять свои правила уверенного отказа. Все остальные участники, будут внимательно слушать, и предлагать свои варианты правил, которые ранее другими группами не были озвучены. В конце упражнения педагог подводит итог упражнения и вывешивает на доску утвержденные и принятые участниками «Правила уверенного отказа».

Рекомендуемая литература

1. Аксютц, И. В. Профилактика употребления психоактивных веществ : пособие для психологов и педагогов общеобразовательных учреждений / И. В. Аксютц. – Минск: НИО, 2009. – 216 с.
2. Аддиктивное поведение молодежи: профилактика и психотерапия зависимостей / под ред. Н. А. Залыгиной, Я. В. Обухова, В. А. Поликарпова. – Минск: ПроPILEI, 2004. – 196 с.
3. Залыгина, Н. А. Здоровье как ценность в системе воспитания / Н.А. Залыгина [и др.] // Здоровы лад жыцця. – 2009. – № 7. – С. 3–5.
4. Купчинов, Р. И. Формирование здорового образа жизни учащейся молодежи: пособие для педагогов / Р.И. Купчинов. – Минск : Национальный институт образования, 2007. – 192 с.
5. Михалевич, Е. Ф. Превенция вредных привычек среди учащихся / Е.Ф. Михалевич // Сацыяльна-педагагічная работа. – 2010. – № 10. – С. 22-26.
6. Сизанов, А. Н. Жизнь без табака: поверь в себя / А. Н. Ситзанов, А. А. Амельков. – Минск, 2006.

5.10. Профилактика компьютерной зависимости

среди молодежи

Цель: расширение и углубление знаний волонтеров по проблемам профилактики компьютерной зависимости в молодежной среде.

Основные понятия

Компьютерная зависимость – патологическое пристрастие человека к работе или проведению времени за компьютером.

Компьютерная зависимость включает следующие формы.

Зависимость от компьютерных игр– форма зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении компьютерными играми.

Зависимость от сети Интернет (Интернет-зависимость), которая проявляется в постоянном стремлении находиться в сети, проверять электронную почту, заводить виртуальные знакомства, постоянно общаться в чатах и социальных сетях; навязчивое

желание подключиться к Интернету, находясь в режиме «off-line», и неспособность завершить сеанс в Интернете, находясь в режиме «on-line».

Материалы для мини-лекции и/или презентации материала по теме занятия

Признаками компьютерной зависимости являются:

– чрезмерное времяпрепровождение у компьютера и нежелание взаимодействовать с окружающими. Компьютер заменяет подростку, молодому человеку родителей, друзей и обычные развлечения.

– агрессивная реакция подростка, молодого человека на любые попытки выключить компьютер.

Основными критериями, определяющими появление компьютерной зависимости, можно считать следующие:

– беспричинное возбуждение или вялость, частые и резкие перепады настроения от безучастно-подавленного до эйфорически-приподнятого,

– болезненная и неадекватная реакция на критику, замечания, советы,

– нарастающая оппозиционность к родителям, старым друзьям,

– значительное эмоциональное отчуждение;

– ухудшение памяти, внимания;

– снижение успеваемости, систематические прогулы занятий;

– ограничение общения с ранее значимыми людьми: родственниками, друзьями, любимым человеком, значительное изменение круга общения;

– подозрительные контакты, телефонные звонки, встречи;

– уход от участия в делах, которые ранее были интересны, отказ от хобби, любимого дела;

– пропажа из дома ценностей или денег, появление чужих вещей, денежные долги подростка, молодого человека;

– появление таких черт характера, как изворотливость, лживость;

– неопрятность, неряшливость, не характерные ранее;

– приступы депрессии, страха, тревоги.

Динамика развития компьютерной зависимости включает четыре стадии: первоначально происходит процесс адаптации (стадия

легкой увлечённости), затем наступает период резкого роста, быстрого формирования зависимости (стадия увлечённости). В результате величина зависимости достигает максимума, положение которой зависит от индивидуальных особенностей личности и факторов среды (стадия зависимости). Далее сила зависимости на определенный промежуток времени остается устойчивой, а затем идет на спад и опять же фиксируется на определенном уровне и остается устойчивой в течение длительного времени (стадия привязанности).

Единственный способ избавить подростка, молодого человека от компьютерной зависимости – это предложить ему нечто иное и показать, что оно намного интереснее и полезнее. Он должен сам это осознать и сделать свой выбор, а другие люди лишь будут ему в этом помогать. Существует множество форм и методов организации досуга, занятости, объединений по интересам детей и молодежи, спортивных секций, творческих студий ит. д.

Появление всемирной сети Интернет создало возможность для интерактивного общения. Интерактивное общение чрезвычайно привлекательно для людей отчужденных и неуверенных в себе, которые при этом хотят общения, но не находят его в окружающем их обществе. Кроме того, благодаря Интернету значительно расширился горизонт возможностей удовлетворения информационных потребностей человека.

Признаками Интернет-зависимости являются: навязчивое желание проверить электронную почту, длительное просиживание в чатах, неконтролируемое желание поиска и чтения информации в сети.

Основные 6 типов интернет-зависимостей таковы:

- Навязчивый веб-серфинг** (информационная перегрузка) – бесконечные путешествия по Всемирной паутине, поиск информации.
- Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам** – большие объёмы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в Сети.
- Игровая зависимость** – навязчивое увлечение компьютерными играми по сети.
- Навязчивая финансовая Интернет-зависимость** проявляется в постоянном участии в азартных играх по сети, в совершении

ненужных покупок в Интернет-магазинах или участия в интернет-аукционах.

- **Пристрастие к просмотру фильмов через Интернет.**
- **Киберсексуальная зависимость** – навязчивое влечение к посещению порносайтов и занятию киберсексом.

Компьютерная зависимость может повлечь за собой много негативных последствий. Так, в первую очередь, у подростка, молодого человека постепенно будет уменьшаться круг общения, что приведет к его изоляции в реальной жизни со всеми вытекающими последствиями. Также могут произойти необратимые изменения со здоровьем. Например, нарушения зрения, обмена веществ, проблемы опорно-двигательного аппарата, ожирение и т. д. Со временем точно нарушится и дестабилизируется психика. Подросток, молодой человек может совершать правонарушения (например, воровать), т. к. часто Интернет или компьютерные игры требуют определенной платы. Многие проблемы компьютерной зависимости из подросткового (молодежного) возраста могут перейти во взрослую жизнь. А это чревато огромными негативными последствиями.

Чтобы не возникала компьютерная зависимость, нужно точно регулировать время нахождения подростка и молодого человека у компьютера. Как радикальный способ, можно ограничивать работу за компьютером при помощи различных компьютерных программ, которые на это и направлены. Какими бы ни были причины компьютерной зависимости у подростка, молодого человека, помочь справиться с ней должно его ближайшее окружение. Так, самую главную роль играют, конечно же, родители, которые все силы должны бросить на то, чтобы вытащить ребенка в реальный мир. Однако к этому делу нужно привлекать еще и друзей, одноклассников и товарищей ребенка, чтобы в это время он понимал, что он не одинок, что, помимо виртуальной, у него есть еще и реальная, не менее интересная жизнь. А чтобы все получилось, нужно организовывать интересные встречи, выходы на природу, поездки и праздники. Но самым главным правилом, как справиться с зависимостью, является ее признание. Близкое окружение должно показать подростку, молодому человеку, что у него есть проблемы, а он должен это понять, и только тогда лечение будет адекватным, а результаты видимыми.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: мини-лекция и/или презентация материала по теме занятия, игровые и интерактивные методы, упражнения, рефлексивные методы.

Дебаты «Компьютерные плюсы и минусы»

Цель: определить и обсудить преимущества и недостатки работы за компьютером.

Необходимые материалы: листы бумаги, ручки.

Ход работы. Ведущий предлагает участникам разделиться на три малых группы. Одна группа подбирает аргументы в защиту работы на компьютере. Какую пользу приносит работа за компьютером?

Вторая группа подбирает аргументы, которые свидетельствуют о негативных последствиях работы за компьютером. В чем заключаются проблемы и недостатки работы за компьютером? Третья группа должна будет выбрать в пользу той или иной точки зрения.

Работа в группах «Плакат»

Цель: выяснить представления участников о проблеме компьютерной зависимости, выявить отношение участников к данной проблеме.

Необходимые материалы: листы бумаги, маркеры.

Ход работы. Группа делится на малые группы по 5—6 человек. Каждая группа создает плакат, который привлечет бы внимание к существованию проблемы компьютерной зависимости в обществе. Важно обратить внимание участников на создание слогана, который бы отражал основную мысль плаката. Каждая группа представляет свой плакат и объясняет, почему она хотела привлечь внимание других к тому или иному аспекту проблемы компьютерной зависимости. В конце упражнения можно обсудить следующие вопросы:

- Почему важно говорить о проблеме компьютерной зависимости?
- Насколько компьютерная зависимость распространена в среде подростков и молодых людей?
- В чем вы видите опасность и негативные последствия компьютерной зависимости?

Игра «Сайт знакомств»

Цель: научиться оценивать и анализировать информацию о другом

человеке, размещенную в Интернет, социальных сетях.

Необходимые материалы: стикеры и листки бумаги (в зависимости от количества участников), маркеры, цветные карандаши, ручки.

Ход работы. Ведущий: *Вы решили найти друга (партнера, приятного собеседника), для этого вам необходимо дать объявление на сайт знакомств. Напишите объявление, в котором Вы сообщите информацию о себе (что Вы любите и цените, чем увлекаетесь, Ваши достоинства и, возможно, недостатки). Не обязательно писать свое настоящее имя, можно воспользоваться псевдонимом (никнеймом).*

Участникам раздаются стикеры или листки бумаги, они пишут объявления на сайт знакомств, стикеры вывешиваются на доску.

Затем нужно дать участникам время для изучения размещенных на доске стикеров. После этого участники выбирают себе партнеров по общению на основе информации, размещенной в объявлении. Участники могут объединиться в пары или малые группы.

Затем проводится дискуссия (в парах или группах) по вопросам:

- 1) Легко ли было писать объявление о себе на сайт знакомств? Анонимность объявления облегчала Вашу работу?
- 2) Смогли ли бы Вы сообщить о себе информацию в процессе живого общения с собеседником? Или Вы сообщили бы о себе другую информацию?
- 3) Почему Вы выбрали то или иное объявление? Какая информация в объявлении была для Вас интересной и привлекательной?

Рекомендуемая литература

1. Выгонский, С.И. Обратная сторона Интернета. Психология работы с компьютером и сетью / С.И. Выгонский. – М.: Феникс, 2010. – 320 с.
2. Минова, М.Е. Педагогика детского и молодежного движения / М.Е. Минова : учеб.-метод. пособие. – Минск: Акад. последиплом. образования, 2013. – 334 с.
3. Чем опасны интернет-коммуникации для подростков?
http://www.andein.ru/articles/podrostki_i_internet.html
<https://www.youtube.com/watch?v=igX1bKf4N1E>
<http://house.jofo.ru/301596.html>
<https://www.youtube.com/watch?v=pXfcrSXbG90>

5.11. Итоговое занятие

Цели:

- 1) Обобщение представлений о роли волонтера в процессе равного обучения;
- 2) Подведение итогов факультативных занятий и определение перспектив участия в равном обучении.

Рекомендуемые методы и формы проведения занятия: игровые и интерактивные методы, мини-сочинение, рефлексивные методы.

Обобщение представлений о роли волонтера в процессе равного обучения, проведения обучающих занятий с молодыми людьми реализуется с помощью работы в группах.

Работа в группах «Волонтер – это...»

Цель: определение характеристик, которыми должен обладать волонтер.

Необходимые материалы: лист бумаги форматом А1 (по количеству малых групп), цветные маркеры.

Ход работы. Участники делятся на группы количеством 3-5 человек. Каждая группа получает большой лист бумаги форматом А1 и маркеры. Необходимо в течении 8–10 минут написать кто такой волонтер, кто им может быть: «Волонтер – это...». После этого каждая группа по очереди представляет результаты своей работы. Ведущий на отдельном листе бумаги формата А1 выписывает характеристики и помечает те, которые совпали. Делается вывод, кто же такой волонтер и какими характеристиками он должен обладать.

Обсуждение ценностей здоровья, здорового образа жизни, нравственности, активной жизненной позиции, гендерной культуры, толерантности осуществляется в процессе проведения интерактивной игры.

Интерактивная игра «Ценности и выбор»

Цель: Формирование представлений о ценностях у участников.

Необходимые материалы: листы бумаги для записей участников,

листы ватмана для записей ведущего, маркеры, ручки.

Ход работы.

1. *Приветствие, знакомство.* На заранее заготовленных карточках каждый участник оформляет бейдж. Называет свое имя и ассоциацию к нему. Остальные участники также называют свои ассоциации (по кругу).
2. *Упражнение «Ценности и выбор».* Группа делится на подгруппы по 4 человека (можно больше).

Ведущий предлагает ситуацию:

«Ваша группа отвечает за сверхсекретный проект – спасательные станции. Но вдруг – страшная война, и планета гибнет. Остаются только спасательные станции. К Вашей станции приближается группа из 10 человек. Но ваша станция может принять только 6. У Вас есть 10 минут для принятия решения. Если вы не успеете, то все погибнут. Вот эти 10 человек:

1. Бухгалтер, мужчина, 31 год.
2. Его жена, 25 лет, на 6 месяце беременности.
3. Студент 3 курса медицинского Университета, афроамериканец, 25 лет.
4. Всемирно-известный историк, мужчина, 42 года.
5. Общеизвестный общественный деятель, политик, женщина, 55 лет.
6. Биохимик, мужчина, имеет проблемы с речью, 38 лет.
7. Священник строгих нравов, 54 года
8. Призер Олимпийских игр летних видов спорта, девушка, 19 лет.
9. Выдающийся музыкант, ВИЧ-инфицированный, 33 года.
10. Полицейский с оружием, женщина, 35 лет.

Участники должны оставить в списке только 6 человек. Когда индивидуальные списки готовы, составляется групповой, а затем общий. Важно, чтобы решения принимались не большинством голосов, а были аргументированы. Представители групп по очереди сообщают о своем выборе. Кого они выбрали и почему? Кого не выбрали и почему?

Затем проводится анализ. Каждый из 10 человек, идущих к станции, олицетворяет одну из ценностей:

1. Ценность семьи;

2. Продолжение рода;
3. Здоровье;
4. Культура;
5. Политика;
6. Наука;
7. Духовность;
8. Спорт, здоровый образ жизни;
9. Творчество;
10. Власть, основанная на силе.

Игра завершается рефлексией. Можно использовать методы «Острова», «Анкета-газета» или др. Игра содействует формированию представлений, повышает уровень знаний о ценностях, помогает определиться в их выборе.

Подведение итогов факультативных занятий и определение перспектив участия в равном обучении проводится с помощью мини-сочинения и рефлексивных методов.

Мини-сочинение «Я в равном обучении»

Цель: определение перспектив участия в равном обучении.

Необходимые материалы: листы бумаги формата А5, конверты, ручки, карандаши (в зависимости от количества участников).

Ход работы. Ведущий раздает участникам по листу бумаги и предлагает в течение 10 минут написать мини-сочинение о своей будущей роли в реализации подхода «Равный обучает равного». В каких мероприятиях они будут участвовать? Планируют ли они проводить обучающие занятия со сверстниками? По какой из рассмотренных тем они хотели бы проводить занятия со сверстниками?

После завершения мини-сочинений участники их подписывают, складывают в конверты и отдают ведущему. Для того, чтобы участники стремились к достижению целей и перспектив, описанных в мини-сочинениях, ведущий через определенное время (один–три месяца) возвращает конверты участникам.

Рекомендуемая литература

1. Внедрение подхода «Равный обучает равного» в учреждения общего среднего образования / Н.А. Залыгина. – Минск : Бестприн, 2014. – 78 с.
2. Минова, М.Е. Равный обучает равного в учреждениях общего среднего образования: модули для волонтеров-инструкторов по проведению занятий для сверстников / М.Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 53 с.
3. Минова, М. Е. Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях: пособие для педагогов-консультантов по подготовке волонтеров-инструкторов / М.Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 110 с.

Заключение

Учебно-методическое пособие предназначено педагогам для проведения факультативных занятий по программе «Подготовка волонтеров к реализации подхода «равный обучает равного» в учреждении образования. При его создании авторами были использованы не только теоретические и методические материалы, но и практические разработки педагогов, психологов, представителей общественных объединений, которые имеют многолетний опыт подготовки волонтеров.

Объективная сложность проблематики, многоаспектность дидактических и воспитательных задач равного обучения, наличие разнообразных подходов к их решению – все это потребовало от авторов выстроить логически выдержанное описание содержания и методов реализации подхода «равный обучает равного», процесса равного обучения, системы работы педагога-консультанта по подготовке волонтеров-инструкторов с изложением как теоретических, так и прикладных тем.

Преследуя главную цель – представить комплексный подход к созданию эффективной системы подготовки волонтеров-инструкторов в учреждении образования, авторы постарались уделить особое внимание описанию активных и интерактивных методов, обучающих занятий, тренингов и других мероприятий, проводимых в соответствии с подходом «равный обучает равному».

Эти вопросы имеют большое значение не только для формирования и развития системы подготовки, сопровождения и педагогической поддержки волонтеров-инструкторов равного обучения в учреждениях образования, но и непосредственно для педагогов-консультантов и волонтеров-инструкторов, которые в своей деятельности могут столкнуться с многочисленными организационными, информационными и идеологическими трудностями, препятствующими реализации подхода «равный обучает равного».

Рассуждения о путях и способах организации равного обучения в учреждениях образования подводят к выводу – успех ее во многом определяется профессиональной, активной, творческой позицией педагога-консультанта, которая предполагает высокий уровень мотивации, профессиональную компетентность и педагогическое мастерство в процессе реализации социально значимых задач и

приоритетов равного обучения.

Будучи открытыми к предложениям, рекомендациям и возможным критическим замечаниям, авторы надеются, что данное учебно-методическое пособие станет хорошим подспорьем в работе педагога-консультанта по подготовке волонтеров-инструкторов равного обучения.

Мы искренне желаем нашим коллегам плодотворной работы на благородном поприще реализации подхода «равный обучает равного» в учреждениях образования.

Научное издание

Минова Марина Евгеньевна
Михалевиц Елена Францевна

**ПОДГОТОВКА ВОЛОНТЕРОВ
К РЕАЛИЗАЦИИ ПОДХОДА «РАВНЫЙ ОБУЧАЕТ РАВНОГО»
В УЧРЕЖДЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ**

Учебно-методическое пособие

Издается в авторской редакции

Компьютерная верстка *Т. А. Рончик*

Отпечатано в ООО «МГНГрупп»

Тираж 1080 экз. Заказ. №252

Издатель:

Государственное учреждение образования «Академия последиplomного образования».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,

распространителя печатных изданий

№ 1/234 от 24.03.2014.

Ул. Некрасова, 20, 220040, Минск.



МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ



unicef 

ISBN 978-985-495-392-2



9 789854 953922