



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение города Москвы

**“Колледж декоративно-прикладного искусства
имени Карла Фаберже”**
(ГБПОУ КДПИ им. Карла Фаберже)

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КДПИ им. К. Фаберже
Никулаева М.И.
« 08 » 20 19г



ПРОГРАММА
Профилактика ВИЧ/СПИДа и употребления
психоактивных веществ
на основе программы «Навигатор»

Москва, 2019г

Программа профилактики ВИЧ/СПИДа и употребления психоактивных веществ на основе программы «Навигатор»

Актуальность

В современном российском обществе продолжает оставаться актуальной проблема употребления психоактивных веществ, особенно подростками. Растет число ВИЧ-положительных людей.

По данным Министерства образования и науки, численность подростков, употребляющих наркотические средства, достигает 4 миллионов человек, в том численаркозависимых – около 1 миллиона.

По данным Федерального центра по профилактике и борьбе со СПИДом, на октябрь 2005 года в России было зарегистрировано свыше 300 тысяч людей, живущих с ВИЧ-инфекцией (так как болезнь длительно протекает скрытно, эта цифра может быть выше в трираза). Большое количество ВИЧ-положительных людей – это молодежь в возрасте от 15 до 30 лет. При этом внутривенное введение наркотиков остается одним из основных путей заражения ВИЧ.

Все это наносит ощутимый экономический, социальный и моральный ущерб обществу. Поэтому разработка программ профилактики ВИЧ/СПИДа и употребления ПАВ является одним из приоритетных направлений в области образования и здравоохранения.

Первичная профилактика является важным направлением в борьбе с распространением ВИЧ-инфекции и употреблением наркотиков, в том числе среди молодежи. Формирование у подростков позитивных ценностей и установок личности относительно собственного здоровья – необходимое условие для предупреждения употребления психоактивных веществ и профилактики ВИЧ/СПИДа.

Последнее десятилетие XX века стало периодом активного распространения в России зарубежных профилактических программ и создания собственных. Данная программа основана на принципах позитивной, универсальной профилактики и ориентирована на формирование достойных ценностей и навыков у подростков. Отбор содержания и методов реализации программы осуществлялся в соответствии с рекомендациями ведущих мировых организаций в области охраны здоровья, профилактики ВИЧ/СПИДа и наркомании. В них утверждается необходимость создания системы позитивной (конструктивной) профилактики, которая концентрируется не на болезни и ее последствиях, а на человеке, его ценностях, поведении, личностных ресурсах, выборе и обеспечивает поддержку в их реализации. Таким образом, позитивный(конструктивный) характер профилактики проявляется в ориентации на:

- формирование позитивных ценностей и установок личности;
- формирование активной личности, способной самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами;
- формирование просоциальных поддерживающих групп (сообществ).

В соответствии с рекомендациями экспертов профилактические программы должны иметь своей целью не только предоставление информации об угрозе или обсуждение отдельных сторон проблемы (ВИЧ/СПИД и наркомания, рискованное сексуальное поведение, инъекционное употребление психоактивных веществ), но и формировать целостное поведение, здоровый образ (стиль) жизни.

Так, эксперты ЮНЭЙДС подчеркивают, что программы профилактики ВИЧ/СПИДа должны базироваться на подходе, известном как формирование жизненных навыков (lifeskillsapproach), поскольку следует не только учить детей биомедицинским аспектам репродуктивного здоровья или давать информацию о ВИЧ/СПИДе, но и формировать поведенческие навыки, необходимые для

самозащиты от рисков, разрешения проблем во взаимоотношениях, совершения правильного выбора в отношении поведения, снижающего риск заражения ВИЧ. Эксперты ВОЗ выделяют следующие отличительные черты успешных программ обучения жизненным навыкам:

- нацеленность программы на достижение конкретных целей, актуальных для данной группы участников;
- познавательные-поведенческие теории и концепция социального влияния как теоретический фундамент программ обучения жизненным навыкам;
- совместное с подростками определение источников возможного негативного влияния и выработка стратегии реагирования на него;
- четкое закрепление ценностей, поддерживающих цели программы, и развитие групповых норм противостояния негативному влиянию, соответствующих возрасту и опыту участников программы;
- совместный анализ результатов проделанной работы, планирование дальнейших действий.

Методологическая основа программы

- концепции обучения жизненным навыкам (Р.Нельсон-Джоунс, Б.Спрангер, Ботвин);
- бихевиоризм и необихевиоризм (Д.Уотсон, Б.Скиннер);
- концепции развития психосоциальной компетенции и психосоциального обучения (К.Фопель, В.Слот, Х.Спаниярд, Р.Ульрих);
- теория социального научения (А.Бандура);
- теория стресса и копинга (Р.Лазарус, Н.Сирота, В.Ялтонский);
- клиенто-центрированный подход в психотерапии (А.Маслоу, К.Роджерс);
- теория ассертивного поведения (Дж.Вольпе, Р.Альберти, М.Эммонс, Ю.Валентик);
- когнитивная модель изменения поведения (А. Бек).

Программа профилактики ВИЧ/СПИДа и употребления ПАВ

Цель программы: формирование у подростков позитивных ценностей и установок личности относительно собственного здоровья, как необходимого условия для предупреждения употребления психоактивных веществ и профилактики ВИЧ/СПИДа.

Задачи программы:

- формирование у подростков развитой Я-концепции;
- формирование активной жизненной позиции;
- осознание подростками необходимости нести ответственность за себя, свои действия и свой выбор;
- развитие навыков принятия и выполнения решений;
- развитие умения отстаивать свои границы, умения сказать «нет»;
- знакомство подростков с проблемой распространения ВИЧ/СПИДа;
- понимание и осознание подростками того, что происходит с человеком при употреблении психоактивных веществ;
- помощь в осознании влияния средств массовой информации на отношение людей к различным сферам жизни, формирование навыков оценки информации, получаемой из СМИ;
- развитие социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни;
- формирование у подростков убеждения в том, что соблюдение здорового образа жизни – это эффективная профилактика ВИЧ/СПИДа.

Целевая группа: подростки 14–16 лет (учащиеся 9–10 классов общеобразовательных школ).

Приемы и методы работы: ролевые игры, упражнения по тематике занятия, групповые дискуссии, беседы, мини-лекции, моделирование ситуаций, тесты, мини-сочинения, коллажи, конкурсы, мозговые штурмы.

Перед началом занятий по программе подростки заполняют ***анкеты, направленные на изучение знаний и представлений о ВИЧ/СПИДе, психоактивных веществах, уверенном поведении.*** В завершение работы по программе вместе с вышеперечисленными проводится заключительная анкета, направленная на изучение мнения подростков о программе, ее роли в их жизни, влиянии на изменение установок относительно употребления психоактивных веществ.

Необходимое оборудование: тренинговое пространство, ковровое покрытие, стулья (по количеству участников), рабочие тетради учащихся, канцелярские принадлежности (ручки, цветные карандаши, фломастеры, бумага, краски), диагностическое оборудование и методики, видеофильмы, ТСО.

Тематическое планирование занятий с подростками по программе профилактики ВИЧ/СПИДа и употребления психоактивных веществ «Навигатор»

Вводное занятие

1. Личность и индивидуальность
2. ВИЧ-инфекция и СПИД
3. Зависимость. Что это?
4. Человеческие ценности
5. Цели и смысл жизни
6. Принятие решения. Уверенность в себе
7. Безопасное поведение.
8. Здоровый образ жизни

Итоговое занятие

Вводное занятие

Цели:

- познакомить участников друг с другом;
- познакомить участников с программой работы и темами занятий;
- выработать и принять правила работы в тренинговой группе, ритуалы приветствия и прощания;
- помочь осознать факторы, влияющие на продолжительность жизни.

Этап занятия Содержание Время Оборудование

Вводная часть Упражнение «Имя и качество» 10 мин Мягкая игрушка

Основная часть Беседа «Правила групповой работы»

Выработка и принятие правил группового взаимодействия, ритуалов приветствия и окончания занятий

Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...»

Тест «Продолжительность моей жизни»

15 мин

20 мин

10 мин

15 мин

Рабочая

тетрадь, ручки,

лист ватмана

Заключительная

часть

Упражнение «Цвет моего настроения»

Подведение итогов участниками

Подведение итогов ведущим

5 мин

10 мин

5 мин

Мяч

Ритуал завершения занятия

Тема 1. «Личность и индивидуальность»

Занятие 1

Цели:

- формировать представление о том, что такое личность и индивидуальность; в чем состоят особенности индивидуальности каждого участника;
- формировать уважительное отношение к своей и чужой личности.

Этап занятия Содержание Время Оборудование

Ритуал начала занятия

Вводная часть Обсуждение домашнего задания

Упражнение «Никто не знает»

10 мин

5 мин

Основная часть Групповая дискуссия «Что такое «личность»?»

Упражнение «Я, как все,... Я, как никто другой,...»

Упражнение «Букет индивидуальностей»

15 мин

10 мин

15 мин

Рабочая

тетрадь, ручки,
лист ватмана,
листы формата
А4, цветные
карандаши,
фломастеры,
повязка на
глаза

Заключительная часть

Упражнение «Карта моей личности»

Подведение итогов участниками

Подведение итогов ведущим

25 мин

5 мин

5 мин

Ритуал завершения занятия

Занятия

Тема 3. «Зависимость. Что это?»

Занятие 1

Цели:

- формировать у участников отрицательную установку по отношению к употреблению ПАВ;
- актуализировать представление о том, что такое зависимость, наркотики;
- дать представление о том, что такое химическая зависимость.

Этап занятия Содержание Время Оборудование

Ритуал начала занятия

Вводная часть Упражнение «Ассоциации» 15 мин

Основная часть Упражнение «Термометр»

зависимость?»

Упражнение «Создай скульптуру»

Упражнение «Спорные утверждения»

10 мин

15 мин

10 мин

15 мин

15 мин

Рабочая

тетрадь,

таблички

«Согласен»,

«Не согласен»,

«Не знаю»

Заключительная

часть

Подведение итогов участниками

Подведение итогов ведущим

5 мин

5 мин

Ритуал завершения

Занятия

Тема 4. Человеческие ценности

Занятие 1

Цели:

– формировать представления о системе ценностей человека, духовных и материальных ценностях;

– помочь участникам осознать свои жизненные ценности.

Этап занятия Содержание Время Оборудование

Ритуал начала

занятия

Вводная часть Упражнение «Радость» 15 мин Цветные карандаши,

листы А4

Основная часть Беседа «Что такое «ценность»?»

Упражнение «Духовные и материальные ценности»

Дискуссия «Конфликт ценностей»

10 мин

20 мин

10 мин

Рабочая

тетрадь

Заключительная

часть

Упражнение «Мои ценности»

Подведение итогов участниками

Подведение итогов ведущим

25 мин

5 мин

5 мин

Ритуал завершения

Занятия

Тема 5. «Цели и смысл жизни»

Занятие 1

Цель:

– формировать умение самостоятельно ставить перед собой цели и определять пути их достижения,
преодолевать личные психологические трудности.

Этап занятия Содержание Время Оборудование

Ритуал начала

занятия

Вводная часть Упражнение «Наперсток» 5 мин Наперсток или другая маленькая вещица

Основная часть Упражнение «Мои успехи»

Упражнение «Мои ресурсы»

Беседа «Мои цели»

Упражнение «Преодолей препятствие»

Мозговой штурм «Ресурсы по снижению риска заражения ВИЧ»

15 мин

15 мин

25 мин

15 мин

5 мин

Рабочая тетрадь

Заключительная

часть

Подведение итогов участниками

Подведение итогов ведущим

5 мин

5 мин

Ритуал завершения

занятия

Тема 6. «Принятие решения. Уверенность в себе»

Занятие 1

Цели:

– обсудить с подростками способы поведения и признаки, характерные для уверенного в себе человека;

– формировать навыки уверенного поведения.

– формировать навыки уверенного поведения.

Этап занятия Содержание Время Оборудование

Ритуал начала

занятия

Вводная часть Упражнение «Я вижу» 5 мин

Основная часть Дискуссия «Признаки уверенного в себе человека и последствия неуверенности в себе»

Упражнение «Мигалки»

Дискуссия «Как отказаться от предлагаемых наркотиков, табака, алкоголя?»

25 мин

10 мин

15 мин

Рабочая

тетрадь, лист

ватмана,

маркеры,

карточки с
ситуациями
*Заключительная
часть*

Мини-сценки «Я отказываюсь!»
Подведение итогов участниками
Подведение итогов ведущим
25 мин
5 мин
5 мин

*Ритуал завершения
занятия*

Тема 7. «Безопасное поведение»

Занятие 1

Цели:

- расширять представления об опасном и безопасном поведении;
- формировать навык определения опасных ситуаций;
- дать возможность осознать, что, следуя несложным правилам и действуя осознанно, можно избежать многих опасных ситуаций.

Этап Содержание Время Оборудование

*Ритуал начала
занятия*

5 мин

Вводная часть Упражнение «Мое пространство»

Упражнение «Алфавит»

10 мин

10 мин

Клубок ниток,
ватман,
маркеры

Основная часть Упражнение «Опасная – безопасная ситуация»

Ролевая игра

Упражнение «Инструкция безопасного поведения»

15 мин

20 мин

15 мин

Рабочая

тетрадь,
карточки с
ситуациями,
листы ватмана,
маркеры

*Заключительная
часть*

Мини-дискуссия «Кто поможет?»

Подведение итогов участниками

Подведение итогов ведущим

5 мин

5 мин

5 мин

*Ритуал завершения
занятия*

Тема 8. «Здоровый образ жизни»

Занятие 1

Цель:

– формировать у участников убеждение в том, что соблюдение здорового образа жизни – это эффективная профилактика ВИЧ-инфекции.

Этап занятия Содержание Время Оборудование

Ритуал начала

занятия

Вводная часть Упражнение «Пантомима» 5 мин

Основная часть Мозговой штурм «Зачем вести здоровый образ жизни?»

Беседа «Что помогает и что мешает вести здоровый образ жизни?»

Упражнение «Аукцион идей»

10 мин

10 мин

10 мин

Рабочая

тетрадь, лист

ватмана,

маркеры

Заключительная

часть

Упражнение «Рекламная кампания за здоровый образ жизни»

Подведение итогов участниками

Подведение итогов ведущим

45 мин

5 мин

5 мин

Листы бумаги

различного

формата,

цветные

карандаши,

фломастеры

Ритуал завершения

занятия

Итоговое занятие

Цели:

– обобщить знания, полученные на занятиях по программе;

– получить позитивную обратную связь от участников тренинга.

Этап занятия Содержание Время Оборудование

Ритуал начала

занятия

Вводная часть Упражнение «Ассоциации со встречей» 5 мин

Основная часть Игра «Трасса 14–19»

Заключительное анкетирование

40 мин

25 мин

Бланки анкет

Заключительная

часть

Упражнение «Добрые пожелания»

Подведение итогов участниками

Подведение итогов ведущим

10 мин

5 мин

5 мин

Ритуал завершения

занятия