

**Активні методи просвітницької діяльності у профілактиці ВІЛ/СНІД
та ризикованої поведінки: посібник для спеціалістів приймальників-
розподільників, притулків та колоній для неповнолітніх**

Активні методи просвітницької діяльності у профілактиці ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки : посіб. для спец. приймальників-розподільників, притулків для неповнолітніх та виховних колоній / За заг. ред.: Р. Х. Вайноли, Т. Л. Лях; Авт.-упор.: Безпалько О. В., Зимівець Н. В., Захарченко І. В., Журавель Т. В., Лютий В. П., Лях Т. Л., Петрович В. С., Закусило О. Ю., Цюман Т. П. – К. : ТОВ „ДКБ „РОТЕКС”, 2007. – 190 с.

Видання підготоване у рамках проекту Всеукраїнського громадського центру „Волонтер” “Профілактика ВІЛ/СНІД та ризикованої поведінки серед вихованців колоній для неповнолітніх” (за підтримки Державного департаменту України з питань виконання покарань, Британської ради в Україні та Представництва Дитячого Фонду Об’єднаних Націй в Україні – ЮНІСЕФ).

Рецензенти:

Калашник Н.Г. – Заступник Голови Державного департаменту України з питань виконання покарань, доктор пед. наук, професор;

Лактіонова Г.М. – Заступник директора Державної соціальної служби для сім’ї, дітей та молоді, доктор пед. наук;

Сорокіна О.А. – кандидат психологічних наук, доцент.

Штенгелов В.В. – кандидат медичних наук, доцент.

Затверджено на засіданні вченої ради Академії праці та соціальних відносин ФПУ, протокол №4 від 7.12.2006р.

Дана збірка зацікавить перш за все спеціалістів приймальників-розподільників, притулків та виховних колоній для неповнолітніх, а також фахівців інших спеціальних закладів для неповнолітніх, соціальних служб для сім’ї, дітей та молоді, представників зацікавлених державних та громадських організацій, педагогів та психологів, що працюють з неповнолітніми за напрямом формування здорового способу життя.

ISBN 978-966-96825-0-5

Координатор проекту від ЮНІСЕФ – Олена Сакович
Координатор проекту від Британської ради в Україні – Віна Лакумалані
Надруковано за сприяння Представництва Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні

Зміст

Вступне слово	Калашник Н.Г.	4
Вступне слово	Лях Т.Л., Журавель Т.В.	5
Проблема ВІЛ в Україні у контексті соціальних послуг для осіб, які живуть із ВІЛ/СНІД	Лях В.В.	6
Теоретико-методичні засади здійснення комплексної соціальної профілактики негативних явищ серед вихованців колоній для неповнолітніх	Безпалько О.В., Лютий В.П.	13
Індивідуальна профілактична робота	Лютий В.П.	27
Місце групових словесних форм роботи в профілактиці ВІЛ/СНІД та ризикованої поведінки клієнтів	Вайнола Р.Г.	46
Використання методу „рівний – рівному” при організації просвітницької роботи у виховних колоніях	Зимівець Н.В.	54
Тренінг як ефективна форма просвітницької діяльності	Цюман Т.П.	60
Практичні поради із організації та проведення просвітницького профілактичного тренінгу	Петрович В.С., Закусило О.Ю.	74
Умови ефективного використання методу інтерактивної гри	Лях Т.Л.	117
Особливості використання методу case-study	Лях Т.Л.	123
Застосування методу казкотерапії у профілактичній роботі	Журавель Т.В.	130
Добірка казок та оповідань, спрямованих на формування здорового способу життя та загальнолюдських цінностей		134
Методика Форум-театр як ефективний засіб попередження негативних явищ у молодіжному середовищі	Захарченко І.В.	146
Добірка сценаріїв		154
Добірка ігор для використання під час роботи з дітьми та підлітками	Журавель Т.В.	160
Глосарій		186
Відомості про авторів		188

Вступне слово від Державного департаменту України з питань виконання покарань

Шановні читачі!

У сучасних умовах розвитку українського суспільства проблема поліпшення становища дітей в Україні набуває особливої значущості. Її розв'язання залежить не тільки від сім'ї, а й від діяльності суспільних інститутів, які беруть участь у вихованні та навчанні дітей, сприяють їх соціалізації.

Одним з таких інститутів виступає й Державна кримінально-виконавча служба України, у полі зору якої сьогодні знаходиться близько 12 тис. неповнолітніх, які перебувають у конфлікті із законом. З їх числа 2,3 тис. – відбувають покарання у спеціальних виховних установах (виховних колоніях). Переважна більшість цих дітей до засудження не вчилися, не мали повноцінного піклування і виховання, оскільки є сиротами, з неповних сімей або так званими "дітьми вулиці".

Тобто персоналу виховних колоній доводиться працювати із дітьми, які у переважній більшості мають досвід вживання або навіть залежність від алкоголю та наркотиків. Варто також взяти до уваги високий ступень соціально-педагогічної занедбаності, характерний для наркозалежних засуджених, низьку адаптивність, викривлення цінностей, життєвої орієнтації та мотивації, відсутність планів на майбутнє, зруйнованість соціально-корисних зв'язків.

Цілком зрозуміло, що такі діти відносяться до категорії, найбільш вразливої для різного роду інфекцій, у тому числі й ВІЛ. Тому велику роль у навчально-виховному процесі дітей, які відбувають покарання у виховних колоніях, відіграє компетентність персоналу цих установ у питаннях профілактики ВІЛ/СНІДу, наявність ефективних адаптованих методик, розрахованих на цільову категорію дітей.

Як свідчить європейська практика, для вирішення цих питань необхідне широке залучення до роботи з такою категорією дітей педагогів та психологів, лікарів-психіатрів, соціальних працівників, які не є працівниками виховних колоній. Саме на цій позиції, позиції партнерської роботи стоїть і Державний департамент України з питань виконання покарань.

З метою профілактики захворюваності на ВІЛ/СНІД Департамент активно співпрацює з 35 основними Міжнародними та громадськими організаціями в тому числі з Міжнародним банком реконструкції та розвитку, Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ), фундаціями ООН, Глобальним фондом по боротьбі з ВІЛ/СНІДом, туберкульозом та малярією, фондом "Відродження", Канадською юридичною мережею з ВІЛ/СНІДу та іншими.

Одним із спільних заходів став і проект Державного департаменту України з питань виконання покарань та Всеукраїнського громадського центру "Волонтер" за сприяння Представництва Британської Ради в Україні та Представництва Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні „Профілактика ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки серед вихованців колоній для неповнолітніх”.

Сподіваємося, що результати цієї роботи не лише позитивно вплинуть на підвищення поінформованості вихованців з вищезазначеної проблеми, але й стануть для української та міжнародної громадськості ще одним свідченням того, що Державна кримінально-виконавча служба України завжди відкрита для конструктивного діалогу, обміну досвідом та впровадження інновацій, спрямованих на підвищення правової та соціальної захищеності підлітків, які перебувають у конфлікті із законом, покращення процесу їх ресоціалізації та успішності соціальної адаптації.

Заступник Голови Державного департаменту
України з питань виконання покарань
доктор педагогічних наук, професор
Н.Г.Калашник

Вступне слово від Всеукраїнського громадського центру «Волонтер»

Шановні друзі!

Ви тримаєте в руках збірку інформаційно-методичних матеріалів, яка поєднує у собі як теорію використання активних методів навчання у профілактиці ВІЛ/СНІД та ризикованої поведінки, так і добірку безпосередньо інструментів (сценаріїв, казок, ігор) для здійснення профілактики з дітьми та молоддю. Видання даного посібника стало можливим завдяки реалізації Всеукраїнським громадським центром „Волонтер” протягом 2006 року проекту „Профілактика ВІЛ/СНІД та ризикованої поведінки серед вихованців колоній для неповнолітніх” за підтримки Державного департаменту України з питань виконання покарань, Дитячого фонду ООН в Україні – ЮНІСЕФ та Британської Ради в Україні. Ця збірка стала логічним продовженням циклу публікацій щодо попередження ВІЛ/СНІД та ризикованої поведінки, які здійснювались у рамках попередніх проектів за підтримки ЮНІСЕФ.

З кожним днем все активнішою стає діяльність різноманітних структур та організацій щодо попередження ВІЛ/СНІД. Та, однак, ця проблема залишається вкрай актуальною для нашої країни. А тим паче, коли мова йде про категорії дітей, чий ризик інфікування ВІЛ підвищується в силу багатьох життєвих обставин, часто зовсім не дитячих історій. Звичайно, мова йде про найбільш уразливі категорії неповнолітніх – дітей, які потрапляють до приймальників-розподільників, притулків та виховних колоній.

Профілактичні заходи, які організуються у цих закладах, мають свій особливий характер, а складність завдань просвітницької діяльності з питань здоров'я, які повстають перед спеціалістами, підвищується за рахунок специфічності аудиторії слухачів. Але той факт, що ця робота необхідна і вкрай актуальна, безперечний. То ж якою має бути профілактична діяльність, що необхідно знати спеціалісту, який її здійснюватиме, які засоби можна використовувати, які інновації існують на сьогодні? На ці та інші питання ми спробуємо дати відповідь на сторінках цієї збірки.

Слід зазначити, що працівниками ВГЦ „Волонтер” продовжується розробка та адаптація різноманітних навчальних ігор. У даній збірці ми розміщуємо ряд матеріалів, які, сподіваємось, стануть у нагоді спеціалістам-практикам. На створення ігор нас надихнув досвід організації „Tasade” з Великобританії, яким поділилась менеджер організації Хелен Лі під час семінарів, організованих Британською Радою та ЮНІСЕФ в Україні, для фахівців, що працюють у сфері профілактики ризикованої поведінки та пропаганди здорового способу життя серед найбільш уразливих груп дітей та підлітків.

Хотілося б відзначити і, користуючись нагодою, висловити подяку великому авторському колективу посібника за професіоналізм, бажання діяти, креативність, витрачений час та зусилля, кропітку працю.

Члени методичної ради Всеукраїнського громадського центру „Волонтер” будуть вдячні читачам за відгуки, зауваження та пропозиції, які вони можуть надіслати за адресою: 01030, м. Київ, 30, а/с 260 (Журавель Т.В.); vgc_volunteer@ukr.net.

З повагою,
Тетяна Лях, голова методичної ради
Центру „Волонтер”,
Тетяна Журавель, координатор проекту.

Лях Віктор Вячеславович,
пошукувач Інституту проблем виховання
АПН України

Проблема ВІЛ в Україні у контексті соціальних послуг для осіб, які живуть із ВІЛ/СНІД

У переліку соціальних проблем, які має вирішити сучасне українське суспільство, чальне місце займає проблема ВІЛ-інфекції та СНІД. Особливо загрозливим є той факт, що епідемія поширюється переважно у молодіжному середовищі.

Епідемія СНІДу триває більше 20 років. Хоча з того часу ВІЛ був вивчений краще, ніж будь-який вірус у світі, мільйони людей продовжують помирати від СНІДу, і мільйонам людей ставиться діагноз ВІЛ-інфекція. СНІД належить до числа п'яти головних хвороб, які забирають найбільшу кількість життів на нашій планеті. Епідемія продовжує свій ріст, охоплюючи усе нові регіони.

За цей час змінилися не лише знання про ВІЛ та СНІД, але й ставлення суспільства до цієї проблеми. Від необізнаності і сліпого страху перед невідомою хворобою до часткової перемоги науки над вірусом, а здорового глузду – над істерією та „снідофобією”.

ВІЛ - інфекція – вірус імунодефіциту людини (у 1986 р. Комітетом з таксономії й номенклатури вірусів Всесвітньої організації охорони здоров'я ВІЛ визначено назвою збудника СНІД). ВІЛ – вірус належить до сімейства ретровірусів, має специфічну форму, добре пристосовану до існування в організмі людини, руйнує імунну систему людини, може проявлятися або не проявлятися у захворюванні [6, с.102].

Потрапивши в організм, вірус проникає в Т-лімфоцити. Частина таких клітин називається Т-хелперами (англ. *help* – *захистити, допомагати*). Значення Т-хелперів полягає в активізації імунної системи і наданні відсічі інфекційним збудникам зовнішнього середовища. Основна небезпека та підступність ВІЛ полягає в тому, що він уражає саме ці клітини (Т-хелпери) змушуючи їх продукувати ВІЛ. Таким чином, Т-хелпери - «захисники організму», захоплені в полон ВІЛ, перетворюються на «виробників» даного вірусу. Внаслідок цього спостерігається стійке зменшення кількості Т-хелперів при синхронному зростанні ВІЛ, що робить організм людини беззахисним і вразливим до різноманітних інфекційних і пухлинних процесів.

Наявність ВІЛ в організмі людини можна обстежити лише через деякий час, зробивши через тестування крові на наявність антитіл до ВІЛ. Період від моменту інфікування ВІЛ до можливості його діагностування через достатню кількість антитіл до ВІЛ називають *періодом «вікна»*: період, коли за наявності вірусу в крові діагностика ще не можлива, однак людина може інфікувати інших.

За останніми даними, період «вікна» може збільшуватися від 3-6 до 18 місяців. *ВІЛ-позитивною* (за ВІЛ-статусом) може вважатися особа, яка двічі отримала позитивний результат тесту на ВІЛ, враховуючи «період вікна».

Розвиток вірусу в організмі людини проходить декілька *стадій*.

Через 1-3 місяця після проникнення вірусу в організм людини можуть виявитися симптоми, схожі на гостре респіраторне захворювання: підвищується температура тіла, збільшуються лімфовузли; може виникнути ангіна, з'явитися висипання на тілі, головний біль, статися розлад травної системи. Гострі прояви спостерігаються у 30-70% людей. Ці симптоми зникають через 2-4 тижні, а потім настає період безсимптомного, або прихованого, *ВІЛ-носіїства*. Цей період може тривати від 2,5 до 5 і більше років. Підступність цього періоду полягає в тому, що вірусоносій зовні нічим не відрізняється від оточення, продовжує жити звичним для себе життям і може бути джерелом інфікування інших людей. За таких умов імунна система також буде «руйнуватися», причому, набагато швидше, ніж якби людина

знала свій ВІЛ-позитивний статус і відкоригувала спосіб життя, створивши тим самим більш сприятливі умови для функціонування своєї імунної системи. Таким чином, тривалість «безсимптомного періоду» залежить від безлічі чинників, основними з яких є спосіб життя, регулярність і збалансованість харчування, психоемоційний стан людини тощо.

На наступній стадії може спостерігатися збільшення лімфатичних вузлів (не менше двох груп), наприклад, шийних і пахвових і т.д. Тому ця стадія називається *стадією генералізованої лімфаденопатії*. На цьому етапі розвитку інфекції температура тіла може залишатися нормальною, самопочуття – задовільним, але лімфовузли стають збільшеними. Таке тривале збільшення лімфатичних вузлів є приводом для обстеження на ВІЛ. Ця стадія може тривати декілька років.

Згодом кількість вірусу в крові різко зростає, і як тільки повністю пригнічується імунна система людини, настає стадія, яка називається «*СНІД – асоційований комплекс*» або «*симптоматична ВІЛ-інфекція*». Існують люди – вірусоносії, в яких ВІЛ-інфекція не переходить у цю стадію протягом дуже тривалого часу. Ця стадія характеризується тривалим розладом шлунку (понад місяць), підвищеною температурою тіла, швидкою втомлюваністю, нічною пітливістю. Людина втрачає майже 10% своєї ваги. Зменшення імунітету людини сприяє активізації в організмі ВІЛ-інфікованої людини різних інфекцій, викликаних вірусами, бактеріями чи найпростішими, які вражають травну, дихальну, нервову та інші системи організму. Приєднання цих інфекцій свідчить про настання останньої стадії ВІЛ-інфекції – СНІД.

СНІД – синдром набутого імунного дефіциту.

Синдром – цілий комплекс симптомів, проявів різних порушень в організмі.

Набутий – його наявність не є явищем норми, а він набувається одним із шляхів.

Імунодефіцит свідчить про те, що імунна система порушена, а її ресурси та можливості функціонування обмежені.

Імунний – той, що стосується системи захисту організму.

Дефіцит – недостатня кількість, брак, нестача, відсутність [5, с.91].

Джерелом ВІЛ-інфекції є людина – вірусоносієм або хвора на СНІД. ВІЛ у людини можна виділити з сімєнної рідини, секрету шийки матки, лімфовузлів, плазми крові, спинномозкової рідини, сліз, сечі та материнського молока, але концентрація вірусу в них дуже різна. Дійсно інфекційно-небезпечними для передачі ВІЛ є сперма, кров і секрет шийки матки.

Загальноновизнаними та основними на сьогодні є три шляхи передачі ВІЛ-інфекції:

- *статевий* (всі види сексуальних контактів);
- *парентеральні ін'єкції* (через кров);
- *від матері – дитині* (вертикальний).

Для передачі вірусу необхідні три умови:

1. Присутність ВІЛ.

Зараження може відбутися лише тоді, коли той, хто брав участь у контакті, є ВІЛ-інфікованим. Деякі люди вважають, що певна поведінка, наприклад, анальний секс, призводить до набуття ВІЛ сама по собі, навіть якщо партнери не заражені, але це не так.

2. Достатня кількість вірусу.

Саме від концентрації вірусу залежить, чи станеться зараження. В крові, наприклад, концентрація вірусу може бути дуже високою. Невеликої кількості крові може бути досить, щоб сталося зараження. Інших же рідин може знадобитися набагато більше. Наприклад, у слині концентрація вірусу в 10 000 разів менша, отже, для того, аби сталося зараження, необхідно у 10000 більше слини. Важливо пам'ятати, що контакт із ВІЛ, навіть у високих концентраціях, не завжди призводить до зараження.

3. ВІЛ має потрапити у кровотік.

Недостатньо бути тільки у контакті з інфікованою рідиною. Шкіра не пропускає ВІЛ в організм, він може туди потрапити лише через відкриті рани або контакт зі слизовими оболонками ануса, прямої кишки, генеталій, рота і очей.

Вперше про СНІД згадується у 1981 році в офіціальних повідомленнях американського Центру по контролю за захворюваннями. Тоді СНІД було виявлено у пари чоловіків-гомосексуалістів. Незвичайність даного явища була в тому, що ці чоловіки, не маючи вродженого імунітету, захворіли на пневмонію у тяжкій формі, збудником якої став умовно-патогенний мікроорганізм, що є широко поширеним серед людей і тварин по всій земній кулі і не є патогенним для осіб з нормальною імунною системою.

На сьогодні у світі понад 40 млн. осіб живуть з ВІЛ, майже 4 млн. людей померли від СНІД.

За даними Українського Центру профілактики і боротьби зі СНІД, перші випадки ВІЛ-інфекції в Україні були зареєстровані у 1987 році. До 1994 року кількість ВІЛ-інфікованих в Україні залишалася досить низкою й становила від 6 до 40 осіб. Починаючи з 1995 року в Україні спостерігаються швидкі темпи поширення епідемії ВІЛ/СНІДу, які пов'язані з потраплянням вірусу до споживачів ін'єкційних наркотиків(СІН).

Нині в Україні невпинно зростає рівень інфікування ВІЛ та захворюваності на СНІД. Згідно з даними Українського центру профілактики і боротьби зі СНІД МОЗ України, станом на травень 2006 року загальна кількість офіційних випадків ВІЛ-інфекції виросла до 80 896 осіб. За оцінками ЮНЕЙДС/ВОЗ реальні цифри значно вищі від офіційних даних. Багато людей уникають контактів зі службами охорони здоров'я і, таким чином, не підлягають офіційній реєстрації. Приблизна кількість людей, які живуть з ВІЛ/СНІД в Україні складає близько 300 тисяч осіб. Рівень поширеності ВІЛ/СНІД оцінюється в 1,4% дорослого населення (осіб, віком від 15 до 49 років).

Одночасно збільшується і рівень захворюваності на СНІД. За даними на травень 2005 року, кількість хворих на СНІД становила 18 676 осіб. І хоча останнім часом спостерігається поступовий вихід епідемії за рамки так званих груп ризику або уразливих груп, частка споживачів ін'єкційних наркотиків у загальній кількості нових зареєстрованих випадків ВІЛ складає близько 54 %¹, а передача ВІЛ статевим шляхом відбувається в тому числі і за рахунок працівників у сфері секс-бізнесу (далі - ПСБ), як жінок, так і чоловіків.

Епідемія найбільш поширена серед молодих людей в Україні. Офіційна статистика свідчить, що майже 50 % нових випадків захворювань виявляється у групі населення віком від 20 до 29 років. Найбільша кількість смертей серед людей, які страждають на ВІЛ/СНІД, реєструється в осіб віком від 25 до 35 років. Поширення ВІЛ-інфекції спостерігається здебільшого серед осіб, які вживають наркотики ін'єкційним шляхом.

Україна, підписавши низку важливих стратегічних міжнародних документів (серед яких, насамперед, слід відзначити Цілі розвитку тисячоліття [2000] та Декларацію про відданість справі боротьби з ВІЛ/СНІДом [2001]), взяла на себе зобов'язання здійснити комплекс заходів, спрямованих на призупинення епідемії ВІЛ/СНІДу, передусім, серед молоді та вразливих груп населення, на забезпечення підвищення доступності відповідного лікування для хворих на ВІЛ/СНІД та пом'якшення впливу зазначеної епідемії на українське суспільство.

Парламент та уряд України підготували та впровадили низку законодавчих документів та актів (постанова Кабінету Міністрів України „Про затвердження Концепції стратегії дій

¹ <http://www.aidsalliance.kiev.ua/cgi-bin/index.cgi?url=/ru/library/statistics/index.htm> (статистичні дані станом на травень 2006 р.)

Уряду, спрямованих на запобігання поширенню ВІЛ/СНІД, на період до 2011 року”, Національної програми забезпечення профілактики ВІЛ-інфекції, допомоги та лікування ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД на 2004 – 2008 роки, Закон України „Про соціальну роботу з дітьми та молоддю”, Законом України "Про запобігання захворюванню на синдром набутого імунodefіциту (СНІД) та соціальний захист населення" тощо), націлених на призупинення епідемії ВІЛ/СНІД. Проте, незважаючи на створення досить сучасного законодавства у сфері забезпечення контролю за епідемією ВІЛ/СНІДу, яке відповідає міжнародним вимогам, Україна, на жаль, продовжує посідати одне з провідних місць на Європейському континенті за темпами зростання цієї епідемії.

Причинами такого стрімкого поширення епідемії ВІЛ/СНІДу є складне економічне становище держави, низький рівень доходів, нестача коштів для забезпечення фінансування соціальних і просвітницьких програм з профілактики ВІЛ/СНІДу, особливо серед молоді та підлітків. Варто також зазначити, що окрім загальних причин є й специфічні, зокрема, низький рівень підготовки спеціалістів соціальної сфери з усіх видів профілактики ВІЛ/СНІД.

Поширення епідемії ВІЛ/СНІД призвело до збільшення кількості осіб, які потребують особливої уваги з боку соціальних служб – соціальної підтримки та догляду. Поняття „немедичний догляд” і „соціальна підтримка” не мають чітких дефініцій і часто визначаються через зміст своєї діяльності [3]. Так, змістом „немедичного догляду” можуть бути надання фізичної та нефізичної (у вигляді порад, заохочень) допомоги особі у виконанні її повсякденних життєвих функцій. В межах такого догляду надається допомога, спрямована на задоволення повсякденних потреб (годування, перевдягання, купання, туалет); допомога у виконанні основних домашніх обов’язків (прибирання домівки, забезпечення транспортом); послуги доглядальниці (видача ліків, спостереження за їх прийманням, уколи), а також допомога в юридичних й фінансових питаннях і представлення інтересів клієнта в системі закладів охорони здоров’я (забезпечення взаємодії клієнта з професійними та непрофесійними послугами, спілкування з медичним персоналом).

Натомість соціальна підтримка пов’язана з емоційними та психологічними аспектами людського життя, і може, окрім безпосередньої психологічної допомоги, включати забезпечення соціального функціонування клієнта. Такий тісний взаємний зв’язок між цими двома сферами людського функціонування призводить до взаємного доповнення функцій з догляду та підтримки, які інколи розглядаються як єдиний напрям роботи з клієнтами [7].

Загалом, догляд і підтримка не є єдиними заходами допомоги ВІЛ-позитивним особам. Так, ЮНЕЙДС (Об’єднана програма ООН з протидії СНІД) вводить поняття *комплексного догляду* [1,4], до елементів якого включає наявність доступних служб добровільного консультування і тестування, профілактику туберкульозу, подальшої передачі ВІЛ, лікування ВІЛ/СНІД та інших супутніх хвороб, надання паліативної допомоги, послуг у сфері репродуктивного здоров’я та планування сім’ї, забезпечення належного харчування, соціальної, духовної та психологічної підтримки та допомоги за принципом "рівний - рівному", дотримання прав людини, зниження рівня стигматизації, пов’язаної з ВІЛ/СНІД, тощо.

До складу паліативної допомоги, яка згадана серед заходів комплексного догляду, входять підтримка (разом із медичною паліативною допомогою), допомога при втраті близької людини, допомога родині клієнта, соціально-економічна допомога, а також духовна та релігійна підтримка.

Загалом, паліативну допомогу можна визначити як “багатостороннє та своєчасне виявлення та розв’язання проблем, що виникають у зв’язку з невиліковним захворюванням, метою якого є поліпшення якості життя хворого та його рідних” [4].

Основні принципи надання такої допомоги (визначені Всесвітньою організацією охорони здоров’я) [4]:

- полегшення болю та інших тяжких проявів хвороби;
- визнання життя і смерть природними процесами;
- ставлення з розумінням до процесу протікання хвороби (не прискорювати настання смерті, однак й не подовжувати страждання людини);
- поєднання медичної допомоги з допомогою духовною та психологічною;
- якомога триваліше подовження активного життя пацієнта;
- надання психологічної підтримки його родичам клієнта за життя та після його смерті;
- багатопрофільність допомоги, що враховує потреби пацієнта та його близьких, включаючи консультації психолога;
- підвищення якості життя, по можливості, полегшуючи хід хвороби.

Надання послуг із немедичного догляду та соціальної підтримки деякими організаціями основане на дотриманні кількох *базисних етичних принципів*. Головними з них є такі:

- рівний відбір учасників, що здійснюється на основі результатів первинного інтерв'ю та відповідності визначеним критеріям відбору;
- усвідомлена згода, що передбачає обізнаність клієнта з завданнями проекту, послугами, що надаються в межах проекту, потенційними ризиками та можливими позитивними результатами участі в проекті, з заходами, що забезпечуватимуть конфіденційність інформації про клієнта, а також добровільність згоди клієнта;
- конфіденційність, що забезпечується наявністю особистих кодів у клієнта, закритим доступом до бази даних, проведенням інструктажу серед персоналу та включенням пункту щодо конфіденційності інформації в трудові угоди працівників [2].

Форми надання соціальної підтримки [7]:

- *соціально-психологічне консультування* (сімей, які стикнулися з проблемою ВІЛ/СНІД, ВІЛ-інфіковані і члени їх сімей);
- *групова робота* (психологічні й терапевтичні тренінги, освітні семінари, інформаційно-просвітницька робота в групах тощо);
- *соціальний супровід різних категорій населення* (ВІЛ-позитивних вагітних жінок, матерів з дітьми, сімей з дітьми, які живуть із ВІЛ; догляд і підтримка ВІЛ-позитивних дітей);
- *функціонування спеціалізованих телефонів довіри*;
- *робота з групами самопомоги*.

У межах цих форм підтримки людям, які живуть з ВІЛ/СНІД (ЛЖВ), надаються різні соціальні послуги, що наведені у нижче наведеній таблиці:

Види соціальних послуг для ЛЖВ	Форми діяльності
Психологічні	Надання консультацій з питань психічного здоров'я та поліпшення взаємин з оточуючим середовищем (сім'єю, друзями тощо), психодіагностика, вивчення соціально-психологічних характеристик особистості, оточення, проведення тренінгів із метою психокорекції, психологічної адаптації, реабілітації людини. Моральна підтримка, залучення до груп взаємодопомоги
Соціально-педагогічні	Виявлення інтересів і потреб, залучення до різних видів діяльності; консультування щодо проблем реалізації прав, проблем, пов'язаних із сім'єю, вихованням дітей; просвітницька робота; організація соціального супроводу; аналіз стану матеріально-побутового забезпечення; соціальне інспектування

Види соціальних послуг для ЛЖВ	Форми діяльності
	та патронаж; пропагування безпечної поведінки та здорового способу життя; представлення інтересів ЛЖВ та їх сімей в інших установах і закладах; залучення до участі у профілактичних програмах і заходах. Вулична робота та консультування за принципом рівний - рівному
Соціально-медичні	Інформування про вплив і наслідки вживання алкогольних напоїв, токсичних і наркотичних речовин; шляхи ураження венеричними хворобами; засоби контрацепції; шляхи інфікування ВІЛ і засоби його уникнення; заходи, які потрібно вжити у разі передозування та абсцесів; безпечна статевая поведінку; збереження репродуктивного здоров'я. ДКТ (До- та після- тестове консультування на ВІЛ); консультування спеціалістів (психолога, юриста, лікарів); направлення на діагностику та лікування інфекцій, що передаються статевим шляхом (ПСП), гепатиту; сприяння у проведенні медичного обстеження, тестування, діагностика, лікування; скеровування до програм замісної терапії
Соціально-економічні	Надання допомоги у формі обміну, видачі шприців, презервативів, ліків; гуманітарна допомога; допомога в оформленні будь-яких документів; розміщенні на лікування, ре соціалізації, працевлаштуванні
Інформаційні	Надання довідкової, просвітницької, пропагандистської інформації: про види соціальних послуг, державні соціальні заклади, установи, недержавні організації, про соціальні проблеми та шляхи їх вирішення
Юридичні	Надання консультацій з питань чинного законодавства (з питань цивільного, трудового, фінансового, адміністративного, кримінального права); захисту прав та інтересів; допомога в оформленні документів
Соціально-побутові	Виклик лікаря, доставка медикаментів
Інші соціальні послуги: реабілітація осіб, які вживали наркотики та пройшли курс лікування у медичних закладах	Надання невідкладних комплексних психологічних, соціально-побутових, соціально-педагогічних, соціально-економічних, інформаційних та юридичних соціальних послуг, сприяння у працевлаштуванні та освіті; впровадження програми ресоціалізації. Соціально-побутове обслуговування, у тому числі забезпечення опаленням, освітленням, радіофікація, тепло-, водопостачання тощо у межах норм, затверджених в установленому порядку. Забезпечення житлом у межах встановленої санітарної норми, твердим і м'яким інвентарем, столовим посудом; раціональним чотириразовим харчуванням, у тому числі й дієтичним, з урахуванням стану здоров'я; надання комплексу соціальних послуг з ресоціалізації наркозалежних; створення умов, що сприяють адаптації молоді у новому середовищі; організація культурно-масової та оздоровчо-спортивної роботи; забезпечення соціального та правового захисту; організація груп взаємодопомоги

Для надання перерахованих послуг ЛЖВ в Україні задіяні понад 300 організацій: українські неурядові організації, державні установи, міжнародні донорські агентства та організації, що забезпечують технічну підтримку. Серед державних організацій можна зазначити центри соціальних служб для сімей, дітей та молоді, центри денного перебування для дітей/сімей, які вражені ВІЛ/СНІД, консультпункти «Довіра», в яких здійснюється обмін та утилізація шприців. Окремо треба зазначити діяльність Всеукраїнської мережі людей, які живуть із ВІЛ/СНІД. Ця благодійна організація була створена у 2000 році і націлена на подолання епідемії ВІЛ/СНІД в Україні та покращання якості життя людей, які живуть з

ВІЛ/СНІД.

Таким чином, нині існує мережа організацій та соціальних служб, які надають послуги щодо соціальної підтримки, немедичного та паліативного догляду за особами, які живуть з ВІЛ/СНІД. Аналіз існуючих соціальних послуг дає підстави стверджувати про необхідність покращання роботи щодо соціального супроводу осіб, які живуть з ВІЛ/СНІД, соціальної допомоги особам, які проходять АРВ терапію, формування толерантного ставлення до людей, які живуть із ВІЛ/СНІД.

Література

1. *Джозеф О'Нилл, Марта М. МакКинсней.* Клиническое руководство по поддерживающему и паллиативному уходу за пациентами с диагнозом ВИЧ/СПИД: уход за людьми, осуществляющими уход // Программа снижения вреда и употребления наркотиков. Информационный дайджест. - №2 (14). - К.: "СПИД-Фонд "Восток-Запад", 2004. - С. 93-122.
 2. Етичний кодекс спеціалістів з соціальної роботи України // Соціальна політика і соціальна робота. - №1. - 2003. - С.16-22.
 3. Паллиативная помощь при ВИЧ-инфекции. Модуль ГАЛЕН №15 / Международная ассоциация врачей по проблемам ВИЧ/СПИД (IAPAC). - 2004. - 79 с.
 4. Паллиативная помощь// Протоколы ВОЗ для стран СНГ по предоставлению помощи и лечения при ВИЧ-инфекции и СПИДе. Версия 1. - 2004.
 5. Превентивна робота з молоддю за методом „рівний-рівному”: Навч. посібник / За ред. І.Д.Звереві. – К.: Навч. книга, 2002. – С. 89-100. (256с)
 6. Соціальна робота /Соціальна педагогіка. Понятійно-термінологічний словник. За заг.ред. І.Д.Звереві. - К.: Етносфера, 1994. – С.102. (119 с.)
 7. Стандарти соціальних послуг у сфері протидії ВІЛ/СНІД в Україні (передумови та перспективи) / Авт. колектив: Андрієнко Т., Банах І. ... Лях В. та ін. – К.: Видавничий дім „Києво-Могилянська Академія”, 2005. – 125 с.
-
-

Безпалько Ольга
Володимирівна, канд. пед. наук,
доцент

Лютий Вадим Петрович, ст. викладач
кафедри соціальної роботи та
практичної психології АПСВ,
пошукувач Інституту проблем
виховання АПН України

Теоретико-методичні засади здійснення комплексної соціальної профілактики негативних явищ серед вихованців колоній для неповнолітніх

Профілактика (у пер. з грецької – попередження) є складовою частиною будь-якої діяльності. Вона включає комплекс заходів, які повинні попередити погіршення стану об'єкта діяльності й виникнення проблем. Особливо профілактика є актуальною щодо соціальних проблем та негативних соціальних явищ, запобігти яким часто простіше, ніж подолати їх негативні наслідки.

Соціальна профілактика – діяльність, спрямована на попередження виникнення та розвитку *негативних соціальних явищ, соціальних проблем і проблем особистості*. Вона передбачає виявлення, усунення або нейтралізацію *соціальних і психологічних чинників*, що призводять до появи та загострення проблеми. Профілактика є одним з основних напрямів соціальної роботи й здійснюється як складовий елемент роботи з окремим випадком, як самостійна діяльність.

Метою соціальної профілактики негативних явищ у молодіжному середовищі є створення умов для уникнення чи подолання проблем, для повноцінного розвитку і життєдіяльності молодих людей та задоволення ними своїх потреб у такий спосіб, що не призводить до негативних наслідків.

Об'єктом (*цільовими групами*) профілактики виступають як окремі особи, соціальні групи, верстви населення, котрі страждають або можуть постраждати від проблем та негативних явищ, так і ті, що своїми діями, поведінкою, способом життя спричиняють проблеми, а також особи, соціальні групи і організації, від дій яких залежить подолання причин негативних явищ та їх наслідків. **Загальна профілактика** охоплює широкі верстви не лише дітей та молоді, але й суспільства в цілому. Метою її є подолання загальних, універсальних причин негативних явищ. **Спеціальна профілактика** спрямовується на ті групи дітей і молоді, які знаходяться в особливих умовах, що збільшують ризик виникнення та загострення проблеми (*групи ризику*). **Індивідуальна профілактика** спрямовується на окрему особистість і має на меті подолання специфічних для неї чинників проблем.

Залежно від того, на якому етапі розвитку негативного явища та його впливу на представників цільової групи відбуваються профілактичні заходи, виділяють такі **види профілактики**:

- **первинну профілактику** – діяльність, спрямовану на попередження виникнення певного негативного явища та проблем, пов'язаних із ним, в середовищі певних груп дітей, підлітків та молоді;
 - **вторинну профілактику** – діяльність, спрямовану на попередження загострення негативних явищ та їх наслідків серед дітей та молоді, які вже зазнали цього негативного впливу (наприклад, серед таких, яким властиві певні захворювання, котрі відрізняються ризикованою, адиктивною чи девіантною поведінкою);
-
-

- **третинну профілактику** – роботу, спрямовану на попередження рецидивів проблеми чи негативного явища в осіб, які постраждали від них і проходять реабілітацію (наприклад, лікуються від наркотичної залежності, відбули покарання за скоєний злочин тощо).

Соціальна профілактика негативних явищ може здійснюватись на **рівні** всього суспільства, окремого регіону, макросередовища (макрорівень), окремої соціальної групи, установи, організації, мікросередовища (мікрорівень), окремого індивіда (індивідуальний рівень). Профілактична робота на **макрорівні** реалізується у вигляді комплексних профілактичних програм, компаній у засобах масової інформації, масових заходів, координованої діяльності мережі установ та організацій. На **мікрорівні** профілактика здійснюється у вигляді спеціальних програм, заходів і окремих дій в межах установ, організацій та за місцем проживання. **Індивідуальний рівень** профілактики – робота, що проводиться спеціалістами та волонтерами з окремими особами.

Основними **формами організації** профілактичної діяльності є профілактичні програми та профілактичні заходи. **Профілактичний захід** – спеціально організована взаємодія виконавців профілактичної роботи (фахівців або волонтерів) і представників цільової групи, спрямована на попередження соціальної проблеми чи подолання окремих її чинників. **Профілактична програма** – спеціально розроблений комплекс (система) заходів, спрямованих на попередження конкретної соціальної проблеми (або декількох пов'язаних між собою проблем). Профілактичні програми дозволяють у повному обсязі реалізувати технологію комплексної соціальної профілактики. Як правило, програмою передбачаються дії у різних напрямках профілактики та залучення до її реалізації фахівців різних спеціальностей, співпрацю установ та організацій, що зацікавлені у попередженні проблеми. Окремі профілактичні заходи дозволяють вплинути на обмежену кількість чинників проблеми. Здебільшого вони будуть ефективні лише у комплексі з іншими *заходами* у процесі реалізації профілактичної програми. Організовувати профілактичну роботу лише у формі окремих, не пов'язаних між собою заходів доцільно тоді, коли причини проблеми носять поверховий характер, не пов'язані зі світоглядом і способом життя цільової групи, а їх усунення не потребує значних змін соціального середовища.

Історично склалися кілька стратегій і моделей профілактики негативних явищ. **Стратегії** профілактики – це загальні підходи до визначення основних цілей профілактики певної проблеми і шляхів їх досягнення. Стосовно негативних явищ у молодіжному середовищі можна виділити такі стратегії:

1. Стратегія **боротьби** (усунення негативного явища, проблеми, їх ризиків та наслідків). Проблема чи явище визнаються однозначно негативними і неприпустимими; профілактика спрямована на їх недопущення.
2. Стратегія **нормалізації** (обмеження ризику, негативного впливу проблеми чи явища). Негативне явище, проблема визнаються небажаними, але припустимими (принаймні частково, за певних обставин); профілактика спрямовується на недопущення (обмеження) їх негативних наслідків.

Моделі профілактики на основі певних наукових чи побутових уявлень щодо природи проблеми (негативного явища) визначають мету, зміст і методи її профілактики. У межах **стратегії боротьби** можна виділити такі моделі профілактики негативних явищ у дитячому і молодіжному середовищі:

1. Модель **стримування** (репресивна модель). Вона базується на уявленні про схильність дітей, підлітків та молоді до всього поганого. Профілактика зводиться до *заборони певних дій і видів поведінки дітей та молоді, обмеження їх особистої свободи* (заборона відвідувати певні місця, займатися “шкідливою” діяльністю, читати певні книги чи дивитися телепрограми тощо). Основні методи – вимоги, розпорядження, вказівки, контроль і покарання. Ефективність стримування обмежена: неможливо досягнути повного
-
-

контролю. Починаючи з підліткового віку, заборони можуть спровокувати певну частину дітей на їх порушення.

2. Модель **залякування**. Як і попередня, базується на уявленні про схильність дітей та молодих людей до негативної, ризикованої поведінки, яка надає особливе задоволення. Зупинити їх прагнуть, *викликавши страх перед прямими і непрямими негативними наслідками ризикованих дій* (можливістю потрапити у наркотичну залежність, захворіти, опинитись у стані соціальної ізоляції, страждати фізично і морально, навіть втратити життя). Інформація про наслідки подається в емоційно-забарвленому вигляді, небезпека перебільшується. Робота проводиться у формі лекцій, бесід, кіно- і відео лекторіїв, демонстрації документальних і художніх фільмів, соціальної реклами. Модель ефективна при роботі з дітьми молодшого шкільного віку. Підлітки і молодь, особливо ті, хто вже має досвід негативної поведінки, таку інформацію часто сприймають як тенденційну і не довіряють їй. До того ж в емоційно чутливих осіб залякування може викликати невротичний розлад.
 3. Модель **ствердження моральних принципів**. Причини негативних явищ прибічники моделі вбачають у розбещеності певної частини молодих людей, їхньої орієнтації на негативні цінності. Профілактика за цією моделлю будується на спробі *переконати молодь в аморальності, гріховності певних видів поведінки* (статевого життя поза шлюбом, вживання алкоголю чи наркотиків, насилля тощо) *та повернути їх на інші, альтернативні цінності* (релігійні, ідеологічні). При цьому використовуються прийоми наведення прикладів (свідочств), переконання, навіювання, груповий психологічний вплив. Профілактика проводиться у формі масових акцій, зібрань, компаній у ЗМІ (серії статей, теле- і радіопроектів). Модель ефективна стосовно молодих людей, орієнтованих на цінності добра, а також тих, хто легко піддається навіюванню. Але у надмірно чутливих може спровокувати внутрішньоособистісні конфлікти, невротичні розлади.
 4. Модель **поширення фактичних знань**. Побудована на уявленні про те, що поширенню негативних явищ сприяє відсутність у підлітків і молоді повної адекватної інформації. Профілактична робота полягає в *наданні підліткам і молодим людям об'єктивної, коректної, емоційно нейтральної інформації щодо ризикованої поведінки для забезпечення можливості вільного, свідомого вибору свого способу життя*. Профілактика проводиться за допомогою лекцій, бесід, дискусій, ігор, конкурсів, розповсюдження друкованих матеріалів (буклети, брошури), розміщення матеріалів у ЗМІ, навчання на рівних. Модель ефективна при роботі з молоддю і підлітками, проте в останніх може провокувати інтерес до негативних явищ і бажання до експериментування.
 5. Модель **навчання позитивній поведінці** (“афективного” навчання). Основні причини поширення негативних явищ у дитячому і молодіжному середовищі вбачаються у невмінні молодої людини задовольняти потреби без шкоди здоров'ю, протидіяти обставинам, зовнішньому тиску, вирішувати особистісні проблеми. Профілактична робота спрямована на *розвиток у людини вмінь задовольняти свої потреби і вирішувати проблеми за будь-яких обставин позитивним чином*. Профілактика проводиться за допомогою ігор, тренінгів, індивідуальних і групових консультацій, психотерапії, розповсюдження профілактичної літератури, створення теле- і радіопроектів, навчання на рівних.
 6. Модель **формування здорового способу життя**. Причина поширеності негативних явищ – несформованість у молодих людей цінності власного здоров'я, орієнтація на задоволення інших потреб (самоствердження, трудова діяльність, особисті стосунки) за рахунок фізичного і психічного здоров'я. Профілактична робота за цією моделлю спрямована на *формування у дітей і молоді цінностей повноцінного життя і здоров'я, розвиток вмінь і навичок, на створення умов для ведення здорового способу життя*. Основними методами профілактики виступають соціальна реклама, тренінги, робота спортивних, туристичних клубів та секцій, творчих гуртків.
-
-

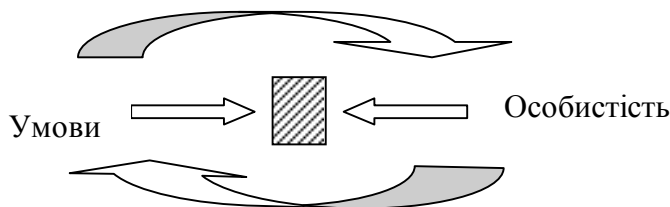
7. **Радикальна** модель (модель соціального впливу). Побудована на уявленні про те, що саме суспільство провокує і посилює негативні явища у молодіжному середовищі. Основними засобами протидії негативним явищам виступають *заборона чи обмеження шкідливої реклами* (наприклад, тютюнових і алкогольних виробів), *демонстрації викривлених сексуальних стосунків та насильства в ЗМІ, впровадження законодавства, яке захищало би права громадян на ведення здорового способу життя* тощо. При цьому використовуються лобювання, масові акції, компанії у ЗМІ, соціальна реклама.

До **стратегії нормалізації** можна віднести такі моделі:

1. Модель **контрольованого впливу**. Вона виходить з уявлення про те, що є певні межі, залишаючись в яких будь-яка поведінка людини не призведе до шкідливих наслідків. Отже, необхідно *визначити норми припустимої поведінки* (наприклад, кількості випитого спиртного чи вжитого наркотику, що не зашкодить здоров'ю), *пропагувати їх, навчити людей контролювати себе*. Профілактика передбачає лібералізацію законодавства та інформування населення щодо безпечних норм, навчання самоконтролю. Проте далеко не всі негативні явища можна допустити навіть в обмеженому вигляді, тим більше у середовищі дітей.
2. Модель **зменшення шкоди**. У межах цієї моделі негативне явище (вживання наркотиків, небезпечна сексуальна поведінка, безпритульність) сприймається як неминуче, принаймні для певної кількості молодих людей. Метою профілактики *виступає зниження ризику негативних наслідків від небезпечного способу життя як для самих молодих людей, яким він властивий, так і для оточуючих, без спроби змінити сам спосіб життя*. Основними засобами зменшення шкоди є навчання більш безпечній поведінці, забезпечення запобіжними засобами (наприклад, презервативами, одноразовими шприцями), психологічна допомога і підтримка. Робота проводиться за допомогою інформування, консультування, навчання на рівних, створення груп самопомоги. Модель зменшення шкоди ефективна лише для вторинної профілактики у середовищі осіб, які вже ведуть стійкий небезпечний спосіб життя. Отже, переважна більшість стратегій і моделей ефективні для роботи з окремими категоріями дітей та молоді і для вирішення окремих завдань профілактики. Вони доповнюють одна одну, і тому можливе використання їх елементів у межах комплексної профілактичної програми. (Лютий, 1).

Варто відзначити, що **ефективність профілактики негативних явищ** багато в чому залежить від того, наскільки повно при визначенні змісту і методів роботи бралися до уваги **всі чинники**, що призводять до виникнення і загострення проблем у середовищі окремих груп дітей та молоді, наскільки враховувались їх унікальні особливості. Нами запропонована **модель технології**, на основі якої за конкретних умов можна побудувати програму профілактичної роботи.

Причини будь-якої соціальної проблеми і негативного явища криються у протиріччі між умовами життєдіяльності й можливостями індивіда, соціальної групи, суспільства. *Соціальні умови (чинники) не дозволяють, заважають індивіду задовольнити свої потреби, а індивід через власні якості нездатний задовольнити свої потреби за конкретних умов свого існування чи змінити ці умови*. До того ж негативні соціальні умови впливають безпосередньо на індивіда, послаблюючи його адаптивні можливості й заважаючи особистісному розвитку (тобто впливають на формування особистісних чинників проблеми). З іншого боку, індивід (соціальна група) своїми діями може сам погіршувати умови своєї життєдіяльності. Отже, *профілактика будь якої соціальної проблеми чи негативного явища повинна спрямовуватись як на соціальне середовище, в якому вона виникає, так і на особистість особи, котра від цієї проблеми страждає*.



Мал. 1. Взаємозв'язок соціальних і особистісних чинників проблеми

Для аналізу чинників проблеми (негативного явища) можна використати **класифікацію чинників проблеми**, наведену в табл. 1*.

Табл. 1 Чинники соціальної проблеми

		Об'єктивні	Суб'єктивні
Соціальні умови	Макро-соціальні	Природні і соціальні умови, явища, процеси, що породжують проблему або викликають її загострення: <i>природні явища, стан економіки, законодавства суспільної моралі, соціальної інфраструктури тощо</i>	Позиція, дії або бездіяльність окремих осіб, що призводять до поширення проблеми в масштабі суспільства: <i>політика правлячої еліти, погляди та поведінка політиків, відомих і впливових осіб</i>
	Мікросоціальні	Особливості мікросередовища, малої групи, що породжують проблему або спричиняють її загострення: <i>соціальний статус, матеріальний стан, особливості культури родини, особливості трудового чи учнівського колективу, неформальної групи</i>	Позиція, дії або бездіяльність окремих осіб у безпосередньому оточенні носія проблеми, що породжують проблему або викликають її загострення: <i>уявлення, погляди, позиція, поведінка батьків, співробітників, керівників, неформального оточення</i>
Особистість	Індивідуальні	Індивідуальні особливості носія проблеми, що не залежать від його свідомого вибору та породжують проблему або призводять до її загострення: <i>особливості стану здоров'я, функціонального стану, темпераменту, інтелекту, емоційно-вольової сфери, обізнаність</i>	Позиція, дії або бездіяльність носія проблеми, що породжують проблему або спричиняють її загострення: <i>погляди, переконання, мотивація, звички, стереотипи поведінки, спрямованість інтересів, ціннісні орієнтації</i>

Як приклад, візьмемо паління підлітків.

Чинники паління

Макросоціальні об'єктивні

- Традиції паління у суспільстві;
- Хибні уявлення в масовій свідомості щодо властивостей тютюну;
- Недостатня законодавча обмеженість продажу тютюнових виробів, паління у громадських місцях, реклами тютюну. Недостатній контроль за дотриманням вже існуючих законодавчих актів;

* При розробці профілактичної програми чинники проблеми у конкретному середовищі необхідно досліджувати, використовуючи методи соціологічного дослідження та психодіагностики (табл. 2).

- Відкрита реклама тютюнових виробів;
- Нерозвинута інфраструктура здорового дозвілля.

Макросоціальні суб'єктивні

- Неприховане паління популярних серед підлітків осіб;
- Позиція представників органів влади і управління, від яких залежить прийняття рішень щодо паління, розповсюдження тютюнових виробів та впровадження профілактичних програм.

Мікросоціальні об'єктивні

- Матеріальний стан більшості родин, що не дозволяє їм забезпечити дітей можливістю систематичного заняття спортом, художньою творчістю;
- Обмежена кількість доступних і цікавих для дітей спортивних секцій, гуртків, творчих студій у школах та за місцем проживання;
- Наявність і доступність для підлітків осередків відпочинку (клубів, кафе тощо), де поширене паління;
- Традиції, цінності паління в сім'ї, у неформальній групі;
- Конфліктні взаємини в сім'ї між батьками та дітьми, відсутність спільного проведення вільного часу.

Мікросоціальні суб'єктивні

- Приклад паління батьків, вчителів, однолітків;
- Привчання до паління в неформальній групі;
- Надмірний або недостатній контроль за дітьми в сім'ї, школі;
- Відсутність виховання здорового способу життя в сім'ї.

Особистісні об'єктивні

- Емоційна нерівноваженість, нейротизм;
- Тривожність, невпевненість у собі;
- Конформізм.

Особистісні суб'єктивні

- Некоректні уявлення про тютюн і паління;
- Гедоністична спрямованість особистості підлітка;
- Обмежене коло інтересів;
- Невміння змістовно проводити вільний час.

На основі аналізу соціальних і особистісних чинників проблеми визначаються як **завдання** соціальної профілактики:

1. Дослідити причини і чинники проблеми чи негативного соціального явища;
 2. Запобігти негативному впливу середовища, що породжує проблеми чи знижує адаптивні можливості людини;
 3. Збільшити можливості для задоволення потреб, подолання проблем, повноцінної життєдіяльності (підвищити соціальні ресурси);
 4. Подолати особистісні чинники, що сприяють виникненню чи загостренню проблем або заважають їх вирішенню;
 5. Підвищити особистісні ресурси, здатність особистості адекватно реагувати на проблеми, вирішувати їх та задовольняти власні потреби;
 6. Організувати взаємодію суб'єктів вирішення проблеми, організувати діяльність, спрямовану на попередження виникнення проблем та їх розв'язання.
-
-

На основі завдань формуються основні *процедури (види та напрями профілактичної роботи)* соціальної профілактики (означені номерами на схемі 1) і обираються *методи* (табл. 2), що використовуються для здійснення завдань профілактики на макросоціальному, мікросоціальному та індивідуальному рівнях.

Схема 1. Структура процесу соціальної профілактики

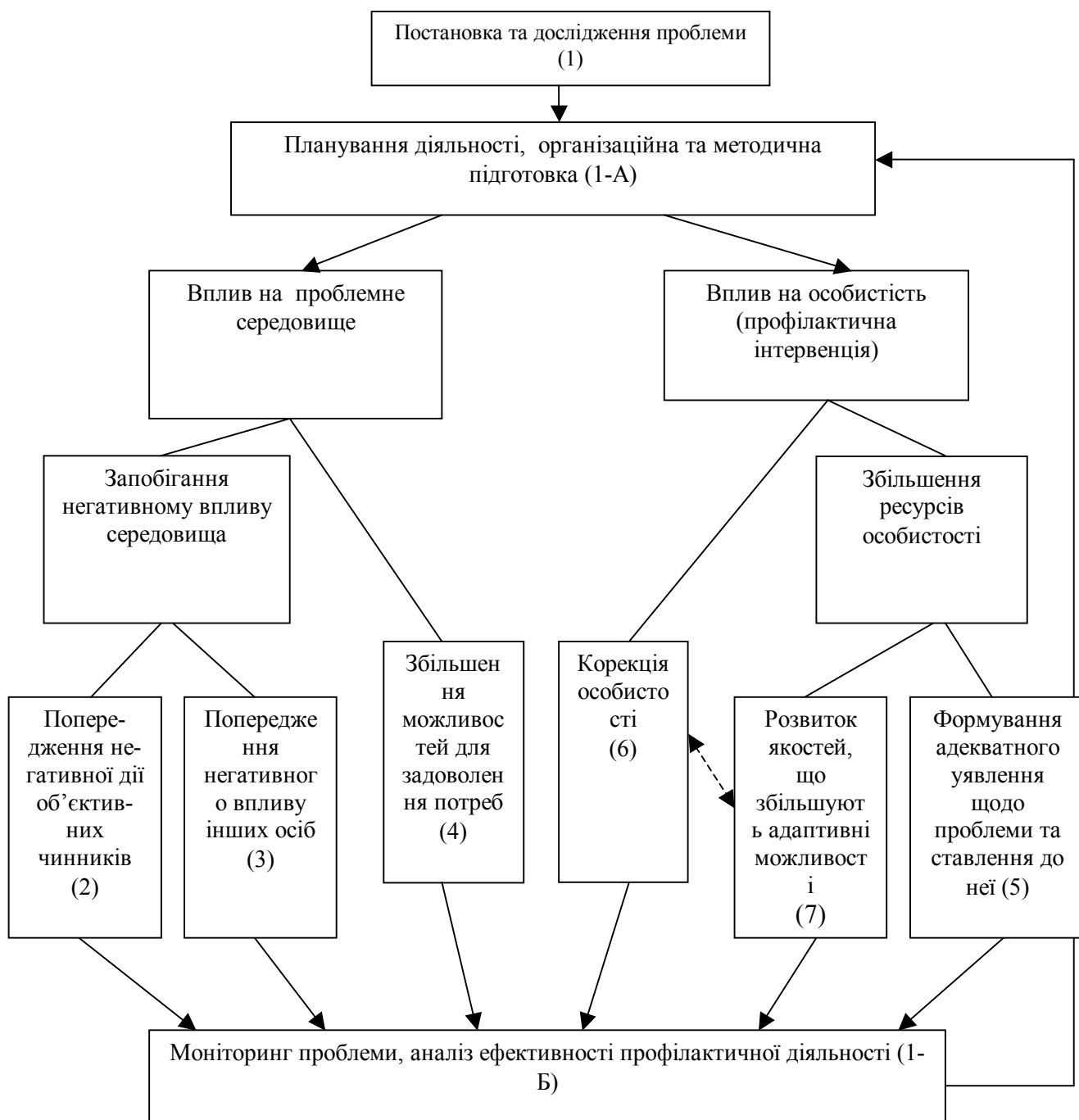


Табл. 2. Напрями соціальної профілактики

№	Напрямок профілактичної роботи	Види соціального втручання, засоби, форми і методи профілактичної інтервенції (залежно від характеру проблеми)
1.	<p>Дослідження, діагностика, моніторинг проблеми: дослідження причин проблеми, стану її розвитку, чинників, що його визначають, аналіз ефективності реалізації профілактичних програм</p>	<p>Макрорівень: Соціологічні дослідження, експертна оцінка, контент-аналіз Мікрорівень: Соціологічні дослідження, анкетування, групове та індивідуальне інтерв'ю, спостереження, експертна оцінка Інд. рівень: Інтерв'ю, методи психодіагностики, спостереження</p>
2.	<p>Попередження негативної дії об'єктивних чинників: вплив на об'єктивні (природні, матеріально-економічні) причини і чинники проблеми (усунення, нейтралізація, запобігання, компенсація наслідків)</p>	<p>Макрорівень: Цілеспрямована соціальна політика, соціальні програми, соціальне законодавство Мікрорівень: Контроль за технікою безпеки, наукова організація праці, самокерована групова робота, субсидії, спонсорство, благодійність, волонтерська робота Інд. рівень: Матеріальна допомога, кредитування, субсидії, соціальне консультування</p>
3.	<p>Попередження негативного впливу соціального оточення: Запобігання поширенню негативних цінностей, зразків поведінки, захист від шкідливих дій інших осіб</p>	<p>Макрорівень: Соціальний контроль (контроль за ЗМІ, боротьба зі злочинністю та ін.) за допомогою законодавства та діяльності спеціально створених органів Мікрорівень: Патронаж кризових сімей, позбавлення батьківських прав, соціально-педагогічний вплив на групу членства Інд. рівень: Індивідуальний патронаж, психологічне консультування, групи взаємодопомоги</p>
4.	<p>Збільшення ресурсів середовища: створення можливостей для подолання проблеми і чинників, що її створюють, для альтернативного способу життя, для повноцінного задоволення потреб</p>	<p>Макрорівень: Організація роботи системи соціальних служб, кризових центрів, альтернативних медичних закладів; організація альтернативної освіти, сприяння аматорської творчості, профконсультування і профорієнтація, сприяння діяльності громадських організацій (в залежності від характеру проблеми), інформування про соціальні послуги, організація системи соціального захисту Мікрорівень: Організація роботи гуртків, студій, спортивних секцій, клубів за інтересами, дозвільних клубів, дискотек, спортивних майданчиків, ігротек, проведення дозвільних заходів, організація роботи консультативних пунктів у закладах і за місцем проживання; організація груп соціальної дії Інд. рівень: Впровадження індивідуального підходу у вихованні, залучення до кружків, спортивних секцій тощо</p>

№	Напрямок профілактичної роботи	Види соціального втручання, засоби, форми і методи профілактичної інтервенції (залежно від характеру проблеми)
5.	<p>Формування адекватного уявлення щодо проблеми та ставлення до неї: формування свідомого ставлення людей щодо проблеми та її причин (знань, поглядів, переконань, установок тощо), позитивних соціальних цінностей</p>	<p>Макрорівень: Освітні програми, програми та матеріали в засобах масової інформації (ЗМІ), вплив засобами мистецтва, соціальна реклама</p> <p>Мікрорівень: Лекції, бесіди, кіно- та відеолекції, тренінги, дискусії, ділові, рольові, розвиваючі ігри, навчання на рівних, театралізовані свята, конкурси, масові акції</p> <p>Інд. рівень: Індивідуальне консультування, бесіди, тренінги, залучення до волонтерської діяльності, до участі у профілактичних програмах “на рівних”</p>
6.	<p>Виявлення і корекція особистісних якостей, що знижують адаптивні можливості людини: Попередження розвитку, нейтралізація та корекція проявів негативних особистісних рис</p>	<p>Макрорівень: Соціальні програми; соціальна реклама, науково-популярні видання, теле і радіопрограми</p> <p>Мікрорівень: Профілактичні огляди, групова психотерапія, групи взаємодопомоги; соціально-психологічні тренінги, тренінги особистісного зростання, “школи виживання”, рольові, розвиваючі ігри, конкурси, змагання, наукові і творчі гуртки, спортивні секції</p>
7.	<p>Розвиток якостей, що збільшують адаптивні можливості: розвиток вмінь і якостей, необхідних для подолання проблем</p>	<p>Інд. рівень: Психотерапія, психологічний тренінг, соціальне навчання, залучення до соціально-позитивної діяльності, вплив через суспільну думку</p>
8.	<p>Організація і координація профілактичної роботи</p>	<p>Макрорівень: Загальнодержавні і регіональні програми, координаційні ради, “круглі столи”, конференції, семінари, інформаційні та профілактичні центри</p> <p>Мікрорівень: Реалізація профілактичних програм в установах, організаціях, за місцем проживання, школи волонтерів</p>

Отже, для розробки на основі запропонованої моделі спеціальної технології профілактики конкретної негативного явища, поширеного у певному регіоні, в середовищі окремої групи (верстви, категорії) молоді *необхідно проаналізувати її специфічні чинники, конкретизувати завдання і визначити на їх основі зміст основних процедур, обрати відповідні методи роботи.*

Успіх профілактичної роботи багато в чому залежить від дотримання основних **принципів соціальної профілактики:**

- забезпечення права людини на вільний вибір своєї поведінки, обмеженого подібним правом інших людей, відмова від спроб маніпулювання людиною;
- ненасильницький характер профілактики, добровільність участі у профілактичних заходах;
- екологічність, безпечність профілактичних дій для представників цільових груп та для їх виконавців;

- відповідність профілактичних дій потребам та інтересам представників цільових груп, їх віковим і соціокультурним особливостям;
- упереджувальний характер профілактики.

Ці принципи необхідно враховувати при визначенні змісту та виборі *методів* профілактичної інтервенції.

При організації профілактичної роботи з неповнолітніми у виховних колоніях варто враховувати наступне:

- різновіковий склад групи;
- різницю в ступені тяжкості соціальної дезадаптації;
- різний рівень інтелектуального та особистісного розвитку дітей;
- стан соматичного здоров'я;
- термін перебування дитини в колонії.

В якості базового компоненту профілактичної роботи з дітьми в колонії є формування в них, перш за все, **позитивного ставлення до власного майбутнього та розвитку**. Орієнтація тільки на теперішнє не стимулює їх до позитивних змін. Формування певних ціннісних орієнтацій та відмова від усталених звичок, зазвичай, не відбувається одночасно. Це певний процес, що триває кілька етапів, на кожному з яких дитині необхідні певна інформація та підтримка.

Психологи виокремлюють такі етапи зміни поведінки неповнолітніх:

Етапи зміни поведінки дитини	Дії фахівця (психолога, соціального педагога)
Дитина навіть не замислюється про те, що її звична поведінка може бути небезпечною	Звернути увагу на те, яких ризиків зазнає дитина, яка веде такий спосіб життя
Неповнолітній починає замислюватися над своїми вчинками	Дати конкретну інформацію про ступінь ризику, допомогти проаналізувати всі “за” та “проти” щодо зміни поведінки
Дитина готова діяти, щоб змінити свою поведінку	Навчити новим навичкам поведінки, техніці самоконтролю, заохочувати успіхи, допомогти змінити звичне оточення, навчити уникати ризикованих ситуацій
Дитина працює над зміною своєї поведінки	Забезпечити систему підтримки з боку оточуючих та фахівців, формувати впевненість в досягненні позитивного результату
У дитини сформовані навички позитивної поведінки	Стимулювати в дитини почуття гордості за досягнутий результат

Профілактика ВІЛ-інфекції серед неповнолітніх у виховних колоніях має бути однією з складових формування їх здорового способу життя, тому основними **змістовими компонентами** такої роботи мають виступати:

- формування у неповнолітніх відповідального ставлення до власного здоров'я як базової життєвої цінності;

- формування сексуальної культури неповнолітніх;
- профілактику вживання наркотиків, зокрема, ін'єкційним шляхом;
- інформування неповнолітніх про служби, в яких вони можуть отримати психологічну та медичну допомогу.

Варто наголосити, що домінантою у профілактичній роботі з неповнолітніми в виховній колонії має стати формування в останніх **навичок соціальної компетентності** – базису для адаптивної та позитивної поведінки, які дозволяють людині адекватно виконувати норми і правила, прийняті в суспільстві, ефективно вирішувати проблеми повсякденного життя. Тому в процесі профілактичної роботи важливо зробити акцент на формуванні таких життєвих навичок (соціально-психологічних компетентностей), як:

- 1) *емоційно-вольових*: самоконтролю, гартування волі;
- 2) *інтелектуальних*: самоусвідомлення та самооцінки, аналізу проблем і прийняття відповідальних рішень, критичного і творчого мислення, усвідомлення життєвих цінностей;
- 3) *соціальних*: упевненої та гідної поведінки, ефективного спілкування, протистояння негативному впливу оточення, розв'язання конфліктів.

Життєві навички доцільно спрямовувати як на себе, так і на інших, щоб змінити оточуюче середовище на користь здоров'ю, оскільки воно є ознакою фізично, розумово і соціально повноцінного життя. Життєві навички завжди поєднуються з умінням робити правильний вибір. Вони залежать від здібності мислити, аналізувати й приймати рішення, причому підлітки можуть впливати не тільки на себе, але і на найближче оточення, своїх однолітків. Дитина, яка в силу певних обставин опинилася у виховній колонії, має усвідомити, що саме вона – активний учасник побудови власного життя, що саме від неї, перш за все, залежить її майбутнє.

Провідним методом профілактичної роботи з неповнолітніми в виховній колонії є **групова робота**. При організації групової роботи з неповнолітніми потрібно враховувати наступні рекомендації:

- комплектувати групи з осіб приблизно одного віку та рівня розвитку;
- при проведенні занять спиратися на наявні у дітей знання про ВІЛ/СНІД;
- використовувати під час занять інтерактивні методи та форми навчання;
- спиратися на життєвий досвід неповнолітніх.

Під час профілактичних занять доцільно звернути увагу на такі моменти:

- будувати спілкування на інтересі підлітків до пізнання нового;
- викликати інтерес до дискусій;
- створити атмосферу вільного спілкування, щоб діти не боялися задавати різні питання в межах теми, яка обговорюється;
- розповісти про роль сексуальних стосунків в житті людини та ризики, пов'язані з початком раннього статевого життя;

А також обов'язково торкнутись таких аспектів:

- обговорити, чому ризик інфікування ВІЛ серед підлітків дуже високий;
- визначити шляхи передачі ВІЛ та види небезпечної поведінки молодих людей, яка може призвести до інфікування;
- розвінчати хибні уявлення, міфи неповнолітніх щодо ВІЛ/СНІДу;
- поінформувати про шляхи зниження ризику зараження ВІЛ (відмова від сексуальних стосунків чи значне зменшення статевих контактів з випадковими партнерами);

- правильне використання презервативів; дотримання правил особистої гігієни; відмова від вживання наркотиків; використання індивідуальних голок для ін'єкцій, татуювання, проколювання вух);
- пояснити небезпеку позиції заперечення (“СНІД – це не наша проблема”);
- обговорити ставлення до ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД.

Одним із важливих моментів у профілактичній роботі спеціаліста, є **виявлення рівня поінформованості** дітей щодо ВІЛ/СНІДу. Це можна зробити у формі бліц-опитування за допомогою анкети, яка містить 5-8 запитань.

При підготовці та проведенні профілактичних занять з неповнолітніми в умовах виховної колонії, психолог має методично вірно використовувати різні активні методи та форми роботи.

Так, **мозковий штурм** допомагає досить швидко зібрати максимальну кількість ідей чи поглядів відносно певної проблеми. Під час проведення мозкового штурму треба дотримуватися таких правил:

- висловлювання учасників занотовувати на дошці або аркуші паперу без коментарів дорослого чи інших учасників;
- стимулювати ідеї, акцент робити на кількості пропозицій, а не їх якості;
- всі висловлювання записувати у формулюванні учасників.

Лише після того, як всі висловлять свою думку, спеціаліст може переходити до обговорення різноманітних варіантів відповідей учасників. Якщо він робить записи на великому аркуші паперу, доцільно використовувати фломастери синього та зеленого кольорів. Фломастером червоного кольору потрібно виділяти найбільш важливі для обговорення записи.

Робота в малих групах є також ефективною формою навчання підлітків. Вона дає можливість за короткий час всім учасникам групи висловити свою думку, розкритися як особистість, ближче поспілкуватися учасникам між собою. Робота в групах сприяє формуванню в учасників таких важливих якостей як:

- вміння виробляти спільне рішення;
- терпимість до думок та позицій інших;
- необхідність пошуку компромісів;
- вміння аргументувати та відстоювати свою точку зору.

По закінченні роботи кожна група у великому колі знайомить всіх учасників заняття зі своїми напрацюваннями.

Інформаційне повідомлення спеціаліста дає можливість надати неповнолітнім нову, необхідну для подальшої роботи інформацію, яка допоможе їм глибше зрозуміти тему та зробити необхідні висновки. Завдання фахівця полягає не тільки в тому, щоб передати цю інформацію, а й переконати учасників в її необхідності і корисності для виконання подальших видів роботи. Тривалість інформаційного повідомлення на занятті не має перевищувати 10-15 хвилин.

Рольова гра – це подібність імпровізованої театральної вистави по сюжету певної історії. Учасники поперемінно виступають в ній у якості акторів і глядачів. Під час гри моделюються життєві ситуації, які мають особистісне значення для учасників. Коли розігрується певна ситуація, то і глядачі, і виконавці отримують можливість побачити “підводні каміння” проблеми та запропонувати шляхи виходу з неї. Цьому сприяє атмосфера “співпереживання”, яка виникає під час рольової гри. Важливими умовами успішності рольової гри є:

- доброзичливість учасників;
- добровільна участь у грі;
- імпровізація та творчість виконавців.

Під час підготовки та проведення рольової гри можливе виникнення таких моментів:

- на гру може піти більше часу, ніж заплановано спеціалістом;
- можуть мати місце неконтрольовані емоційні реакції серед учасників;
- під час розподілу ролей можливі конфліктні ситуації між “акторами”.

При використанні *методу кейсів* підліткам надається можливість знайомства з ситуаціями, в основу яких покладено реальні чи уявні події. Аналіз цих ситуацій дає можливість учасникам ідентифікувати свою поведінку в описаних обставинах, шукати оптимальні шляхи вирішення проблем, які запропоновано в ситуаціях. Підбір ситуацій повинен бути спрямований на відпрацювання в учасників таких установок та елементів поведінки, які необхідні в реальному житті.

Групова дискусія - це спільне обговорення будь-якого спірного питання. Дискусія дозволяє прояснити (можливо змінити) думки, позиції та установки учасників групи під час безпосереднього спілкування. Під час профілактичних занять цей метод може бути використаний як з метою надання можливості учасникам побачити проблему з різних сторін, що уточнює взаємні позиції, так і в якості групової рефлексії через аналіз індивідуальних переживань, що посилює згуртованість групи і одночасно полегшує саморозкриття учасників. За формами дискусії поділяються на структуровані і неструктуровані. У структурованих дискусіях тема для обговорення пропонується тренером. У неструктурованих дискусіях тему ініціюють самі учасники, час дискусії при цьому не обмежується.

В кожного з перерахованих методів є свої переваги. Завдання спеціаліста полягає в найбільш ефективному їх поєднанні та реалізації з метою досягнення оптимальних результатів заняття з профілактики ВІЛ/СНІДу.

Під час проведення занять з підлітками дуже важливо *враховувати їх особистий життєвий досвід*.

Це сукупність знань, умінь, переконань та переживань особистості щодо тих чи інших життєвих ситуацій, явищ зовнішнього чи внутрішнього світу, які практично освоєні особистістю та можуть бути відтворені нею за відповідних умов та обставин. Основними структурними компонентами життєвого досвіду є знання, практичні уміння, засновані на цих уміннях переконання та комплекс позитивних або/і негативних психоемоційних почуттів і станів – переживань, пов'язаних з певними явищами, обставинами. При цьому найбільш значимими компонентами життєвого досвіду особистості є практичні уміння, переконання та переживання, оскільки вони більш значною мірою зумовлюють поведінку особистості у схожих життєвих обставинах, ніж знання самі по собі.

Життєвий досвід може бути позитивним або негативним щодо обставин та життєвих ситуацій і може сприяти або блокувати ефективне вирішення життєвих проблем особистості. Саме це доцільно враховувати при проведенні занять з групою. Негативний досвід слід перетворювати у позитивний зворотний зв'язок. Саме таким чином він може бути частково змінений переосмисленням.

Означені в статті окремі рекомендації до організації профілактики ВІЛ/СНІДу з неповнолітніми в виховних колоніях можна розглядати як певні орієнтири для практичної роботи спеціаліста, оскільки ця робота, перш за все, потребує врахування особливостей

контингенту підлітків та можливостей самого спеціаліста щодо організації такого напрямку соціально-педагогічної діяльності.

Література

1. Методичний посібник з профілактики наркоманії та ВІЛ/СНІДу у шкільному та молодіжному середовищі. / За заг. ред. Лазаренко Б.П.,
 2. Пінчук І.М. – К., 2002. – 144с.
 3. Пономаренко В.С., Воронцова Т.В. Проект «Школа проти СНІДу»: Інформаційний буклет для директорів шкіл, методистів, учителів і адміністраторів системи шкільної освіти. – К.:Алатон, 2004. – 16с.
 4. Профілактика ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки серед вихованців притулків для неповнолітніх: збірка інформаційних, методичних, ілюстративних матеріалів для спеціалістів / За заг. ред. Т.В. Журавель, Т.Л. Лях; Авт.-упор.: Безпалько О.В., Виноградова О.А., Журавель Т.В., Лозован О.М., Лютий В.П., Лях Т.Л.– К.: Версо-04, 2004. – 120 с.
 5. Профилактика ВИЧ/СПИДа, ИППП. Методическое руководство по работе с молодежной аудиторией для молодежных лидеров и инструкторов программы «Равный поможет равному». – М., 1999. – 72с.
 6. Профілактика негативних явищ в молодіжному середовищі. Інформаційно-методична збірка для спеціалістів соціальної роботи з дітьми та молоддю. – К.:КМЦССМ, 2003. – 93с.
-
-

Лютий Вадим Петрович,
ст. викладач кафедри соціальної роботи та
практичної психології АПСВ, пошукувач
Інституту проблем виховання АПН України

Індивідуальна робота у профілактиці ВІЛ/СНІД та ризикованої поведінки

Сутність, мета і завдання індивідуальної профілактичної роботи щодо ВІЛ з неповнолітніми, які перебувають у виховних колоніях

У сучасній практиці вітчизняної профілактичної роботи з дітьми та підлітками найбільш поширеними є групові форми профілактики. Це відповідає особливостям підліткової психології, дає можливість учасникам не лише отримати певну інформацію, а й виразити свою позицію в групі однолітків, сформувати навички поведінки, необхідної для подолання проблем. Групові форми зручні для застосування в умовах навчально-виховних установ, дозволяють охопити велику кількість дітей за умов обмеженого часу.

Проте участь у групових профілактичних заходах не може повністю усунути потребу у проведенні індивідуальної профілактичної роботи, особливо коли мова йдеться про неповнолітніх, що виховуються у неблагополучних умовах, педагогічно занедбаних дітей, неповнолітніх, яким властива девіантна поведінка.

На заваді успішної групової профілактичної роботи з соціально-дезадаптованими дітьми можуть стати наступні чинники:

- низький рівень вмотивованості підлітків з проблемами соціальної дезадаптації щодо участі у групових профілактичних заходах;
- низький рівень рефлексії у таких дітей, недостатність усвідомлення ними небезпеки ВІЛ, ризикованості своєї поведінки, власних проблем та своєї ролі у їх подоланні;
- низький базовий рівень знань і соціальних вмінь, різний рівень цих характеристик в учасників однієї групи;
- відсутність навичок соціальної взаємодії у деяких неповнолітніх;
- складність та унікальність проблем та життєвих обставин, що впливають на життя та особистісний розвиток таких підлітків та потребують вирішення в процесі профілактики.

Отже, участі у групових профілактичних заходах соціально-дезадаптованих неповнолітніх може бути ускладненою або її може бути недостатньо для подолання чинників, що призводять до формування у них ризикованої поведінки та для прийняття ними рішення щодо змін своєї поведінки. Подолати вказані чинники можна за допомогою встановлення фахівцем тривалих, заснованих на довірі міжособистісних відносин з неповнолітнім та застосування щодо нього індивідуального підходу. Тому виникає необхідність проведення з такими дітьми та підлітками індивідуальної профілактичної роботи.

Індивідуальна профілактика ВІЛ та ризикованої поведінки серед неповнолітніх, які перебувають у виховних колоніях – безпосередня взаємодія фахівця та неповнолітнього, спрямована на запобігання формуванню у неповнолітнього ризикованої щодо зараження на ВІЛ поведінки та на подолання стереотипів такої поведінки. Мета індивідуальної профілактики – подолання індивідуальних чинників, що сприяють формуванню ризикованої поведінки та заважають ефективній участі у загальних профілактичних заходах

В процесі індивідуальної профілактичної роботи з соціально-дезадаптованими неповнолітніми повною мірою реалізується індивідуальний підхід до підлітка, враховується рівень його розвитку, особливості індивідуальної культури, створюється можливість встановити та подолати унікальні для кожного підлітка чинники ризикованої

поведінки та особисті проблеми. Індивідуальна робота допомагає підлітку усвідомити власні проблеми та ризики і сформувати мотивацію щодо зміни своєї поведінки з подолання проблем, і, таким чином, підвищує власну активність підлітка. В процесі індивідуальної роботи є можливість відслідковувати індивідуальні зміни у самопочутті та поведінці неповнолітнього і надати йому своєчасну допомогу і підтримку.

Індивідуальна профілактична робота з соціально-дезадаптованими неповнолітніми проводиться в рамках соціального патронажу (супроводу) таких неповнолітніх, може передувати або проводитися одночасно з груповою роботою, охоплювати всіх неповнолітніх, що перебувають у навчальному закладі (виховній колонії) або тих з них, які потребують особливого підходу, мають такі особистісні проблеми, що підвищують ризик враження на ВІЛ або заважають позитивному впливу загальних профілактичних заходів.

Завдання індивідуальної профілактики:

- встановити чинники, які підвищують вірогідність формування у підлітка ризикованої поведінки;
- сприяти усвідомленню підлітком ризикованих аспектів своєї поведінки, впливу чинників, що підвищують ризик його зараження ВІЛ, особистісних проблем, що заважають безпечній життєдіяльності;
- сформувати або підвищити особистісну мотивацію підлітка щодо роботи над собою та своїми проблемами, участі в профілактичних заходах;
- сприяти розробці підлітком плану власних дій, спрямованих на усунення чинників ризику в своїй життєдіяльності;
- супроводжувати підлітка в процесі роботи над собою та своїми проблемами, надавати йому необхідну психологічну, консультативну, інформаційну підтримку;
- оцінити результат профілактичної роботи;
- сприяти закріпленню у підлітка навичок безпечної поведінки та формуванню у нього нових життєвих пріоритетів.

Індивідуальна профілактика здійснюється під час періодичних зустрічей неповнолітнього з фахівцем, що проводить профілактичну роботу або здійснює соціальний супровід (патронаж) цього неповнолітнього, і передбачає використання методів інтерв'ю, психодіагностики, консультування, психологічної корекції тощо. Успішність індивідуальної профілактики залежить від того, наскільки повно при роботі з неповнолітнім вдається врахувати всі чинники, що сприяють формуванню у неповнолітнього ризикованої поведінки або заважають її подоланню.

Індивідуальні чинники ризикованої поведінки неповнолітніх

Як відомо, ризикованою щодо зараження на ВІЛ поведінкою вважаються використання нестерильного медичного обладнання (зокрема при ін'єкційному вживанні наркотиків) та незахищені сексуальні контакти. Підліток схильється до ризикованої поведінки у випадку, коли він не усвідомлює її ризикованості або не знає, не може чи не вважає за доцільне використовувати безпечні засоби задоволення своїх потреб. При цьому мотивами ризикованої поведінки можуть бути як бажання задовольнити сексуальні потреби, отримати тілесне задоволення або змінити психічний стан, так і потреби у знятті напруги, досягненні психічного комфорту, у безпеці, членстві у групі однолітків, самоствердженні, психологічній інтимності тощо.

За допомогою ризикованої поведінки підліток може як безпосередньо задовольняти потреби, так і привертати увагу до своїх проблем, „втікати” від проблем, виражати протест тощо. До індивідуальних чинників формування ризикованої поведінки неповнолітнього відносяться його інтелектуальні та емоційно-вольові якості, особливості його уявлень, світогляду, ціннісних орієнтацій, стереотипи поведінки, особисті проблеми

та взаємовідносини, що заважають підлітку знайти безпечні засоби задоволення потреб, об'єктивно оцінити себе і ситуацію, в якій він перебуває, самостійно прийняти рішення, протистояти тиску оточуючих, досягати порозуміння з іншими людьми, отримувати допомогу фахівців з питань профілактики ВІЛ. Нами визначено індивідуальні чинники формування у неповнолітніх ризикованої щодо ВІЛ поведінки, що можуть бути предметом індивідуальної профілактичної роботи, а саме:

1. Уявлення, переконання неповнолітнього, орієнтуючись на які підлітки можуть обрати небезпечну поведінку:

- неадекватні уявлення щодо ВІЛ, шляхів його поширення, лікування, запобігання;
- неадекватні уявлення щодо наркотиків, їх впливу на організм, норм, які регулюють їх вживання;
- неадекватні уявлення щодо сексуального життя;
- уявлення щодо норм поведінки, які дозволяють або заохочують вживання наркотиків, сексуальну розкутість, часту зміну статевих партнерів, сексуальну агресію;
- некоректні уявлення щодо властивостей власного організму, здоров'я та його компонентів, неусвідомлення небезпеки втрати здоров'я та наслідків цього для власної життєдіяльності.

2. Емоції, почуття, емоційні стани, які негативно переживаються підлітками і підштовхують їх до ризикованої поведінки:

- страх показатися несправжнім чоловіком або слабкою жінкою, несучасним, сором'язливим тощо;
- роздратування через відчуття відсутності сенсу власного життя, безперспективності, браку можливостей, свободи; бажання продемонструвати протест, зруйнувати перешкоди, привернути увагу до себе і своїх проблем;
- фрустрація через незадоволення потреб (зокрема, сексуальної, потреб у безпеці, самостверженні);
- переживання тривоги, нервова напруга;
- загальне агресивне збудження.

3. Вміння, навички та стереотипи поведінки, пов'язані з ризиком зараження на ВІЛ, такі, що ведуть до формування ризикованої поведінки, а також навички, яких не вистачає для безпечної життєдіяльності:

- досвід вживання наркотиків за допомогою ін'єкцій, схильність до частоті зміни статевих партнерів, незахищеного сексу; звички щодо подібної поведінки, сформована залежність (адиктивна поведінка);
- вживання „легких”, неін'єкційних наркотиків, алкогольних напоїв;
- ранній початок статевого життя;
- надання або отримання сексуальних послуг за винагороду;
- невміння контролювати власні бажання;
- невміння використовувати засоби запобігання зараженню ЗПСШ та ВІЛ;
- невміння відмовляти, казати „Ні”;
- невміння налагоджувати взаємовідносини з особами протилежної статі;
- агресивне поводження щодо осіб протилежної статі;
- відсутність навичок спілкування, налагодження контакту з оточуючими, подолання конфліктних ситуацій.

4. Особистісні якості, які ускладнюють адаптацію неповнолітнього, заважають йому обрати безпечні засоби задоволення потреб:

- відсутність усвідомлених смислів життя, життєвого плану, неусвідомлення власних перспектив, внаслідок чого підліток живе одним днем, прагне задовольнити імпульсивні потяги, не розмірковуючи про віддалені наслідки;
-
-

- орієнтація на гедоністичні цінності, бажання отримати чуттєве задоволення, не докладаючи суттєвих зусиль;
 - конформізм, нерішучість, нестійкість, невпевненість у собі, внаслідок чого підліток може робити небезпечні речі під впливом групи, негативного лідера або заради самоствердження;
 - імпульсивність, неврівноваженість, конфліктність, запальність, впертість, агресивність та інші якості, що заважають об'єктивній оцінці ситуації, конструктивній взаємодії з іншими, можуть призвести до скоєння непродуманих вчинків, до сексуальної агресії, заважають навчанню у групі тощо;
 - загальна необізнаність, неосвіченість, педагогічна занедбаність, не володіння культурою поведінки, в наслідок яких підліток негативно сприймається благополучними спільнотами однолітків, вимушений шукати підтримку в асоціальних угрупованнях.
5. Особистісні проблеми, які підліток може намагатися вирішити або від яких „сховатися” за допомогою ризикованої поведінки:
- невирішені міжособистісні конфлікти;
 - занижена самооцінка;
 - низький статус у формальній або неформальній групі;
 - конфлікт з другом (подругою) протилежної статі, сексуальним партнером;
 - розрив відносин з близькою людиною, втрата близької людини;
 - самотність;
 - різка зміна умов життєдіяльності, звичного ходу життя;
 - втрата звичного соціального статусу (в тому числі через звільнення, засудження тощо).
6. Особливості взаємовідносин підлітка з оточуючими, негативні впливи, що він зазнає з боку інших:
- відсутність довірливих відносин, конфлікти з батьками, неадекватна педагогічна позиція батьків;
 - цькування, провокування, спокушання з боку однолітків;
 - негативний приклад в найближчому оточенні;
 - вплив норм, прийнятих у неформальній групі однолітків.

Отже, наведені вище чинники, якщо вони присутні або були присутні в житті неповнолітнього, прямо чи непрямо можуть підштовхувати його до ризикованої щодо ВІЛ поведінки. Як правило, до формування ризикованої поведінки кожному окремому випадку призводить унікальний перебіг чинників. При цьому сам неповнолітній може не усвідомлювати або не надавати значення вказаним чинникам, не пов'язувати їх з ризикованою поведінкою, негативно відноситись, до профілактичних заходів та до фахівців, що їх проводять. Для досягнення цілей соціальної профілактики ВІЛ та ризикованої поведінки необхідно допомогти підлітку усвідомити негативний вплив зазначених чинників та знайти шляхи їх усунення.

Структура індивідуальної профілактичної роботи

Індивідуальна профілактична робота з неповнолітніми, спрямована на запобігання ВІЛ та ризикованої поведінки, передбачає послідовне проходження наступних етапів:

1. Встановлення контакту з неповнолітнім;
2. Визначення та дослідження чинників ризику зараження ВІЛ в життєдіяльності неповнолітнього;
3. Мотивація роботи неповнолітнього над собою та його участі в профілактичній діяльності;

4. Спільне планування індивідуальної профілактичної роботи з неповнолітнім;
5. Супровід неповнолітнього в процесі профілактичної діяльності та проведення з ним індивідуальної корекційної роботи;
6. Оцінка остаточних результатів профілактики та звернення індивідуальної профілактичної роботи з неповнолітнім.

Поділ на етапи індивідуальної профілактичної роботи досить умовний і скоріше відображає логіку процесу індивідуальної профілактики, ніж її організаційні засади. Індивідуальна робота з неповнолітнім засудженим за цією схемою може тривати від декількох зустрічей до постійної взаємодії з ним протягом тривалого часу. Відповідно завдання декількох етапів роботи можуть бути виконані протягом однієї зустрічі, хоча можливо для кожного етапу знадобляться декілька зустрічей. Це залежить від індивідуальних особливостей неповнолітнього, ступеню його соціальної дезадаптації та умов, в яких відбуватиметься діяльність.

Розглянемо зміст діяльності фахівця на кожному з етапів та методи, що при цьому використовуються.

Встановлення контакту з неповнолітнім

На цьому етапі фахівець знайомиться з підлітком та отримує його згоду на продовження співпраці, відбувається налагодження стосунків між фахівцем та підлітком, вони узгоджують цілі спільної роботи.

Головною умовою успішної індивідуальної профілактичної роботи є встановлення між фахівцем і неповнолітнім міжособистісного контакту і підтримка відносин, заснованих на взаємній довірі повазі і емоційній підтримці. Якщо контакт буде формальним, рамковим, або фахівець займе по відношенню до неповнолітнього домінуючу позицію, обере авторитарний чи директивний стиль взаємовідносин (буде керувати, виносити оцінки, карати, вимагати в категоричній формі, давати вказівки маніпулювати тощо), то у підлітка не виникне довіри до фахівця, він може проявляти негативізм, невідвертість, страх, опір, небажання співпрацювати, пряму протидію або займе пасивну позицію, очікуючи, що фахівець сам буде вирішувати його проблеми.

Отже для проведення індивідуальної профілактичної роботи оптимальними є партнерські або підтримуючі відносини між неповнолітнім і фахівцем. Основними **засобами** встановлення таких стосунків є:

- Рівність позицій фахівця і підлітка, відсутність зверхності і владності фахівця щодо клієнта;
- Надання клієнту права і можливості самовизначення, повага до його поглядів, думок, рішень.
- Безумовне прийняття фахівцем особистості неповнолітнього, повага та симпатія до нього як до людини;
- Розуміння фахівцем думок і переживань неповнолітнього та передання йому цього розуміння;
- Відвертість, відкритість і прозорість (конгруентність) фахівця.

При цьому фахівець повинен відмовитись від оцінювання (як негативного, так і позитивного) особистості клієнта, моралізаторства, надання банальних порад, суперечок з клієнтом, нав'язування йому своєї точки зору. В такому випадку підліток буде довіряти фахівцю і приймати його допомогу, почне ліпше розуміти себе, у нього з'явиться бажання змінюватись на краще.

Міжособистісний контакт, партнерські та підтримуючі взаємовідносини між фахівцем і підлітком виникають не одразу. Для побудови таких стосунків фахівцем може бути використана методика контактної взаємодії, розроблена Л.Б. Філоновим і адаптована фахівцями з пенітенціарної педагогіки В.М. Синьовим, Г.О. Радовим,

В.І. Кривушою, О.А. Бецою [5; 6]. Контактна взаємодія передбачає поступове зближення фахівця з клієнтом (підопічним) в процесі спілкування, розкриття ними зазвичай прихованих якостей особистості, які є найбільш значимими для співрозмовників.

Для подолання психологічних бар'єрів та досягнення довіри між фахівцем і клієнтом у взаємодії методика передбачає поступове проходження ряду стадій, що відрізняються рівнем відкритості довіри і емоційності.

На першій стадії („накопичення первинної згоди”) фахівець починає спілкування з нейтральних та цікавих для підопічного тем (музика, кіно, спорт, цікаві для підопічного події), погоджуючись з його думками, не вступаючи до дискусії, проявляючи загальну цікавість до бесіди. Підопічному не задаються запитання, на які він висловлював би незгоду або які були б неприємні для нього. Таким чином підліток у бесіді стає більш впевненим, невимушеним, ненапруженим, зацікавленим у спілкуванні.

На другій стадії („пошук і обговорення головних інтересів, особливо тих, які співпадають”) виявляються і обговорюються інтереси неповнолітнього, особливо ті, що збігаються у нього та фахівця. Йде пошук спільних поглядів і думок. Таким чином взаємовідносини стають більш глибокими, переходять із офіційної в міжособистісну площину, долається дистанція між фахівцем і підопічним.

На третій стадії („прийняття принципів та особистісних якостей, які пропонується та корисні для спілкування”) заохочується розповідь неповнолітнього про себе, про свою особистість. Обговорюються ті якості неповнолітнього, що допомагають спілкуванню, успішній діяльності, безпечній поведінці. Фахівець безумовно приймає позитивну оцінку неповнолітнім тих чи інших своїх якостей. Таким чином у підопічного формується базова довіра до фахівця, його готовність до розмови про свої проблеми й недоліки.

Під час **четвертої стадії** („виявлення якостей, небезпечних для спілкування”) починають обговорюватись негативні якості підопічного, його проблеми, незручні або ризиковані аспекти його поведінки. Як правило, якщо підліток довіряє фахівцю, то він сам починає розмову про це, або фахівець підштовхує підлітка до такої розмови нейтральними відкритими запитаннями („Що викликало у тебе складнощі?, Що стало на заваді?”, „Що тебе турбує? Викликає занепокоєність?”). Негативні якості або проблеми, що виявляються в ході бесід, не засуджуються фахівцем і не обговорюються. Можливі розмірковування про негативні якості та ризиковану поведінку не як про риси підопічного, а як про абстрактні явища (наприклад, розмірковування про небезпечність того чи іншого прояву поведінки взагалі). Це сприяє поглибленню довіри між фахівцем і підопічним, його готовності до дійсного саморозкриття та роботи над собою і своїми проблемами.

П'ята стадія („індивідуальний вплив та взаємна адаптація до співрозмовника”), яка характеризується повною довірою та відсутністю психологічних бар'єрів, відбувається глибоке обговорення проблем, особистісних якостей та ризиків поведінки неповнолітнього, фахівець допомагає підопічному побачити свої проблеми та знайти шляхи їх вирішення.

На шостій стадії („вироблення загальних правил і узгоджена взаємодія”) підлітку надається підтримка в роботі над собою та над своїми проблемами.

Як видно з викладеного, перші чотири стадії є основними для встановлення контакту та налагодження взаємодії в процесі індивідуальної профілактичної роботи. Обговорення чинників ризику в житті підлітка можливе починаючи з четвертої стадії, мотивування та планування його роботи над собою та надання йому допомоги – з п'ятої. Побудова взаємовідносин між фахівцем та соціально-дезадаптованим неповнолітнім за моделлю контактної взаємодії – достатньо тривалий процес. Кожна стадія може займати декілька зустрічей. Проте без встановлення належного контакту подальша робота буде неможливою.

Методи визначення та дослідження чинників ризику зараження ВІЛ в життєдіяльності неповнолітнього

Як зазначалося вище, до формування у неповнолітнього ризикованої щодо ВІЛ поведінки можуть призвести різні чинники, проте перебіг цих чинників буде унікальним у кожного підлітка. Завдання полягає у визначенні та вивченні тих уявлень, почуттів, стереотипів, проблем неповнолітнього, що призводять до формування ризикованої поведінки або заважають позбутися її в конкретному випадку підлітка.

Отже, для визначення пріоритетів профілактичної роботи з неповнолітнім необхідно знайти відповіді на такі запитання:

1. Яка *поведінка* підлітка є ризикованою щодо зараження ВІЛ або такою, що може призвести до ризику за певних обставин або в майбутньому (наприклад, призводить підлітка до стану, коли він не здатний контролювати свої дії)?
2. Яка *мотивація* подібної поведінки? Які *потреби* таким чином задовольняються? Чи є відмінність між дійсними мотивами подібної поведінки і тим, як її пояснює сам підліток?
3. В якому *емоційному стані* перебуває підліток? Який стан характерний для нього в ситуаціях, коли він вчиняє ризиковані дії? Яким чином ці переживання пов'язані з проблемами підлітка і впливають на його поведінку, взаємовідносини?
4. Що підліток *знає* про ВІЛ, ризиковану поведінку, наркотики? Які з його *уявлень* є некоректними? Яких *знань* йому не вистачає для свідомого вибору безпечної поведінки або для відмови від ризикованої?
5. Як *ставиться* підліток до ВІЛ і ризикованої поведінки? Як усвідомлює він небезпеку ВІЛ для себе, своїх оточуючих? Якою мірою усвідомлює підліток ризикованість своєї поведінки, способу життя? У чому причини подібного ставлення?
6. Які *проблеми, проблемні ситуації* підліток вирішує за допомогою ризикованої поведінки? За яких ситуацій така поведінка є вимушеною, неусвідомленою, спонтанною і чому?
7. Які *особливості поведінки, способу життя* підлітка сприяють появі, загостренню, заважають вирішенню проблем, пов'язаних із ризикованою поведінкою? Які погляди, уявлення, почуття, звички лежать в основі такої поведінки, способу життя?
8. Які *особистісні якості* сприяють появі у підлітка проблем, формуванню ризикованої поведінки? Які особистісні якості заважають підлітку уникати ризикованої поведінки та використовувати безпечні засоби задоволення потреб?
9. Як *взаємовідносини* з оточуючими впливають на формування у підлітка ризикованої поведінки, на виникнення або загострення його проблем? Хто в оточенні підлітка є джерелом некоректної інформації щодо ВІЛ і ризикованої поведінки? Хто надає приклад ризикованої поведінки, залучає підлітка до ризикованої діяльності? Які проблеми взаємовідносин з оточуючими можуть стати причиною ризикованої поведінки?
10. Як підліток *ставиться* до профілактики ризикованої поведінки? Яка можлива *мотивація* його участі у профілактичних заходах?
11. Які *індивідуальні особливості* підлітка, особливості його світогляду, ціннісних орієнтацій, індивідуальної культури необхідно враховувати при проведенні з ним профілактичної роботи?

Для вивчення індивідуальних чинників ризикованої поведінки неповнолітнього можуть використовуватись методи бесіди (діагностичного інтерв'ю), аналізу документації, незалежних характеристик, спостереження, методики психодіагностики.

Первинна інформація про особливості поведінки підлітка та його проблеми може бути зібрана ще до початку безпосередньої взаємодії з ним за допомогою аналізу документації (особової справи, звітів тощо) та *аналізу* незалежних характеристик. Аналіз незалежних характеристик – метод дослідження особистості людини, її поведінки та соціальної ситуації її життєдіяльності за допомогою співставлення інформації (характеристик), наданих різними фахівцями або простими спостерігачами незалежно один від одного. Порівняння незалежних характеристик дозволяє знизити суб'єктивність оцінки якостей піддослідного та виділити загальні та ситуативні риси людини. При роботі з неповнолітніми, що перебувають в місцях позбавлення волі, для аналізу незалежних характеристик можуть бути використані оцінки, надані неповнолітньому в характеристиках з місця проживання, навчання або роботи до засудження, характеристики, надані працівниками колоній, які безпосередньо працюють з неповнолітнім. Проте необхідно брати до уваги, що характеристики неповнолітнього можуть страждати суб'єктивізмом або формалізмом, отже, не слід робити висновки лише з кількох характеристик, а результати аналізу необхідно перевіряти за допомогою бесіди з неповнолітнім, спостереженням за ним та методами психодіагностики.

З початком безпосередньої індивідуальної роботи з неповнолітнім основним методом дослідження чинників його ризикованої поведінки стає бесіда (діагностичне інтерв'ю). Діагностичне інтерв'ю в індивідуальній профілактиці – спеціально організована бесіда працівника з клієнтом, спрямована на виявлення і дослідження проблем клієнта та чинників, що впливають на формування у нього ризикованої поведінки. Індивідуальне інтерв'ю дозволяє не лише отримати інформацію щодо проблем та особливостей життєдіяльності неповнолітнього „з перших рук”, спостерігати за невербальною поведінкою підлітка, а й допомогти йому самому усвідомити ті аспекти свого життя, на які він до цього не звертав уваги. Особливістю професійного інтерв'ю є дотримання фахівцем певної схеми бесіди і свідоме використання технік і прийомів спілкування. Діагностичне інтерв'ю має свою логіку, отже фахівцю необхідно ще до початку бесіди з неповнолітнім розробити його план, підготувати основні запитання.

Інтерв'ю на етапі визначення та дослідження чинників ризику зараження ВІЛ в життєдіяльності неповнолітнього може бути присвячено двом темам:

- поінформованості неповнолітнього щодо ВІЛ і ризикованої поведінки та відповідності реальної поведінки неповнолітнього нормам безпечного життя;
- особистості неповнолітнього, соціальній ситуації його життєдіяльності, його проблемам та взаємовідносинам з оточуючими.

Кожній з цих тем можна виділити окрему частину інтерв'ю або взагалі окрему бесіду. При обговоренні обізнаності неповнолітнього щодо ризикованої поведінки та особливостей його реальної поведінки розпочинати бажано з нейтральних запитань про ВІЛ, вживання наркотиків та сексуальну поведінку („Що ти знаєш про...?”, „Як ти уявляєш...?”, „Що ти думаєш про...?”, „В чому може бути небезпека?”), потім обговорити уявлення підлітка щодо норм безпечної поведінки („Як ти вважаєш, як необхідно...?”, „Що можна робити, а що ні?”, „Що необхідно робити, коли...?”). Якщо підліток висловлює помилкові судження, на цьому етапі його не варто виправляти або вступати з ним в дискусію. Обговорення реальної поведінки підлітка в сексуальній сфері або щодо наркотиків фахівцеві бажано починати, лише пересвідчившись у тому, що підліток йому довіряє і комфортно себе почуває довіряє. Доцільно спочатку використовувати непрямі запитання („Як би ти себе повів, якщо...?”, „Що б ти зробив, коли...?”, „Як ти думаєш, як поступає більшість твоїх однолітків в ситуації...?”), задавати запитання з приводу почуттів („Що ти відчуваєш з приводу?”, „Що ти відчував в ситуації...?”). Прямі запитання на ці теми („Як ти насправді себе поводиш, коли...?”, „Чи був у тебе досвід...?”, „Що саме ти робиш, коли...”) можуть засмутити підлітка, викликати у нього почуття невпевненості

або страху, отже якщо підліток не відповідатиме на них, не варто наполягати. Завершити інтерв'ю на тему ризикованої поведінки можна, запитавши, в чому неповнолітній уявляє небезпеку ВІЛ для себе, чи знає він все про ВІЛ, сексуальне життя тощо, чи хотів би він отримати додаткову інформацію про це, обговорити якісь питання чи проблеми.

Бесіда, спрямована на вивчення особистості неповнолітнього, соціальної ситуації його життєдіяльності, його проблем та взаємовідносин, планується на основі попередньої отриманої інформації. В ході неї визначаються ті індивідуальні особливості неповнолітнього, проблеми і обставини його життєдіяльності, що прямо чи непрямо сприяють формуванню у нього ризикованої поведінки або заважають проведенню з ним профілактичної роботи. Діагностичне інтерв'ю у цьому випадку починається із загального вивчення основних сфер життєдіяльності неповнолітнього („сканування„ проблем):

- Розкажи, будь-ласка, про свою сім'ю...
- Як склалися твої взаємовідносини з батьками?
- Що з себе уявляло твоє життя у школі?
- Розкажи, будь-ласка, про твоїх друзів...
- Який у тебе характер?
- Чим ти цікавишся у житті? Що більше за все любила робити?
- Що тебе більш за все турбує?
- Що тобі не подобається в житті, в собі?
- Які у тебе плани на подальше життя?

На основі отриманої таким чином інформації виділяються проблеми підлітка та чинники, що підвищують ризик формування у нього небезпечної поведінки. Проводиться більш детальний аналіз їх причин та реального впливу на поведінку неповнолітнього. Для цього підлітка просять розповісти детальніше про проблемні сфери життєдіяльності (наприклад, про важкі умови життя сім'ї або асоціальну поведінку батьків, труднощі у навчанні чи проблеми у взаєминах з однолітками), описати конкретні ситуації, в яких виникають конфлікти або проявляються його негативні якості. Фахівець при цьому пересвідчується у вірності розуміння проблем і обставин підлітка, перевіряє припущення щодо причин його труднощів за допомогою уточнюючих запитань, аналізу деталей. В кінці цього етапу бесіди фахівець робить резюме, у якому викладає своє розуміння проблем і життєвих обставин неповнолітнього і погоджує з ним своє бачення (Як я зрозумів з нашої розмови, ...”)

Якщо неповнолітній не усвідомлює чи не визнає власних проблем, дає малоінформативні відповіді („Все нормально...”, „Як у всіх...”), або у нього виникають труднощі з оцінкою власних якостей (це може бути пов'язано з низьким рівнем рефлексії у підлітка або з недовірою його до фахівця, невпевненістю у собі), фахівцю необхідно спиратися на конкретні деталі, які він може отримати із розповіді підлітка.

При проведенні бесід з неповнолітнім фахівцю необхідно коректно використовувати прийоми розпитування та активного вислуховування. Під час бесіди бажано використовувати переважно відкриті запитання, що не передбачають конкретні відповіді („Що...?”, „Як...?”, „Яким чином...?” тощо), адже відповіді на них надають більше інформації та сприяють розвитку бесіди. Закриті запитання, на які підліток має відповісти „Так”, „Ні”, варто використовувати лише для уточнень і перевірки припущень. Важливо допомагати підлітку розповідати, підтримуючи його невербально і виражаючи своє розуміння його слів за допомогою переказу, перефразування, продовження думки підлітка, повторення його слів, виразу емпатії (співпереживання і розуміння почуттів) тощо. Важливо, щоб бесіда проходила невимушено, зрозумілою для підлітка мовою і не перетворювалася в допит.

В якості додаткових методів вивчення особистості неповнолітнього та дослідження чинників ризику зараження ВІЛ в його життєдіяльності можуть бути використані анкетування, спостереження та методики психодіагностики.

Анкетування (анкетне опитування) застосовується для визначення обізнаності підлітка щодо ВІЛ та ризикованої поведінки, особливостей реальної поведінки підлітка, його проблем та обставин життєдіяльності. За допомогою анкетування отримуються однозначні відповіді, підліток може бути більш відвертим, адже заповнювати анкету він може наодинці. З іншої сторони, інформація, отримана за допомогою анкетування, не може бути відразу перевірена і уточнена фахівцем, підліток може погано розуміти запитання або взагалі погано читати, і тому випадково, формально обирати варіанти відповідей. Тому результати анкетування мають бути обговорені з підлітком під час наступної бесіди.

Методи психодіагностики включають в себе ряд різноманітних методик виявлення та дослідження різноманітних якостей, психологічних та психофізіологічних особливостей та рис особистості. До методів психодіагностики відносяться тести (інтелекту, здібностей тощо), особистісні опитувальники (темпераменту, характеру, інтересів, схильностей, ціннісних орієнтацій, взаємовідносин), проєктивні методики (виявлення неусвідомлених ставлень, настанов, емоційних станів та страхів). Особливістю методів психодіагностики є їх стандартизованість й надійність, що дозволяє використовувати ці методики різними фахівцями та порівнювати їх результати, досягати значного ступеню об'єктивності, будувати на їх основі прогноз поведінки людини. При проведенні індивідуальної профілактичної роботи психодіагностичні методики підбираються відповідно до попереднього аналізу можливих особистісних чинників ризикованої поведінки неповнолітнього та його вікових і соціокультурних особливостей. Бажано використовувати декілька методик і їх результати співвідносити з даними, отриманими за допомогою аналізу характеристик, інтерв'ю і спостережень. Доцільно обговорити результати психодіагностики із самим неповнолітнім.

Спостереження за неповнолітнім засудженим використовується як під час бесід з ним, так і в умовах середовища його життєдіяльності (в групі, під час навчання, праці тощо). Предметом спостереження можуть бути поведінка неповнолітнього, особливості його мови, невербальні прояви емоцій. Спостереження дає можливість перевірити відвертість неповнолітнього, результати психодіагностики, доповнити інформацію, отриману під час бесід та інтерв'ю.

В результаті дослідження чинників ризику зараження ВІЛ в життєдіяльності неповнолітнього за допомогою різних методів фахівець має скласти об'єктивне припущення щодо того, в чому полягає ризикованість поведінки неповнолітнього щодо зараження на ВІЛ, які його особистісні якості та обставини життєдіяльності сприяють формуванню, закріпленню ризикованої поведінки або заважають її подоланню, які проблеми неповнолітнього мають бути вирішені для запобігання формуванню або для подолання його ризикованої поведінки. На основі цього визначається, яку інформацію необхідно підлітку надати, яким навичкам навчити, які особистісні якості необхідно корегувати, а які розвивати.

Мотивація роботи неповнолітнього над собою та його участі в профілактичній діяльності

В значній кількості випадків на початку профілактичної роботи неповнолітні не мають стійкої і послідовної мотивації запобігання ризику зараження на ВІЛ. Це пов'язано із недостатнім усвідомленням ризикованості власної поведінки, небажанням змінювати свої звички, звичний спосіб життя, страхом перед змінами, недовірою до дорослих тощо. Участь у профілактичних заходах для більшості неповнолітніх носить непрямий характер („цікаво провести час”, „звільнитися від уроків або праці”, „проявити себе”, „не

наражатися на зайві неприємності” тощо). В такому випадку вони навряд чи будуть проявляти достатню активність і зацікавленість. Проте профілактика зараження на ВІЛ передбачає, що людині необхідно буде змінити свої погляди, стереотипи поведінки, звички, позбутися негативних залежностей, що вимагає значних витрат сил і часу. Без стійкої мотивації, спрямованої на зміну власного життя, удосконалення особистості, вирішення проблем досягнути успіху профілактичної роботи не можливо. Отже, формування мотивації роботи над собою і своїми проблемами має відбутися вже в процесі профілактичної роботи. Особливо це актуально для підлітків з вже сформованими стереотипами ризикованої поведінки.

Мотивація – система стимулів (мотивів), що спонукають людину до рішень, дій, вчинків, змін в її житті. Мотив може усвідомлюватися людиною як бажання або як необхідність зробити певні дії, а може й залишатися неусвідомленим (тоді людині важко сказати, чому вона вчинила так вчинила якісь дії). Мотивація буває зовнішньою, коли людину спонукають до дій обставини (накази керівників, загроза щось втратити або бути покараним, заохочення нагородою тощо), і внутрішньою, за якої людина діє через поштовхи, що походять від її особистості (від власних переконань, цінностей, думок, почуттів, потягів, прагнень, схильностей тощо). Зовнішня мотивація не веде до послідовної поведінки люди, стійких змін в її життєдіяльності.

Для успішної профілактики у неповнолітніх необхідно сформувані свідому внутрішню мотивацію до зміни власної ризикованої поведінки та до роботи над собою, а саме:

- зміни звичних ризикованих видів поведінки на більш безпечні;
- вирішення, подолання власних проблем;
- задоволення власних потреб безпечним, не ризикованим чином;
- розвитку вмінь та якостей, необхідних для успішного життя без ризикованої поведінки;
- отримання допомоги у роботі над собою, активної участі в профілактичних заходах;
- використання отриманих в результаті участі у профілактичних заходах знань та вмінь у подальшому житті.

Згідно Дж. Прохаски і К. ДіКлементе, *людина в процесі усвідомленої зміни своєї поведінки з небезпечної на безпечну проходить декілька стадій*, кожній з яких властива певна мотивація змін.

На першій стадії („Стадія переднамірів”) людина сама не замислюється над необхідністю змін своєї поведінки або способу життя. Переваги і зиски від ризикованої поведінки для людини мають більше значення, ніж шкода, або ризик, що задаються такою поведінкою. Якщо людина й починає щось робити, щоб змінити поведінку (наприклад, звертається до спеціалістів), то лише під зовнішнім тиском (наприклад, за рішенням суду).

На другій стадії („Стадія намірів”) людина починає сама замислюватись над необхідністю змін своєї поведінки, проте їй властиві як бажання попередити чи усунути шкоду від своєї поведінки, так і продовжувати ризиковане життя (наприклад, вживати наркотики, але не захворіти, не втратити роботу, налагодити взаємини з близькими). Тобто людині переживає боротьбу мотивів, їй властиві двоїсті почуття сумніви, коливання. Людина ще не планує змін, лише розмірковує над цим.

На третій стадії („Стадія прийняття рішення та підготовки до дій”) людина остаточно приймає рішення змінити свою поведінку (наприклад, припинити вживати наркотики або перейти на менш шкідливі наркотики, залучитися до програми зменшення шкоди тощо), планує зміни на найближчий час, робить перші спроби. На четвертій стадії („Стадія активних дій”) людина послідовно реалізує план змін, випробовує нові моделі поведінки, долає перешкоди.

П'ята стадія („Стадія підтримки змін”) характеризується тим, що людина звикає до нового способу життя, тривалий час його веде (наприклад, не вживає наркотиків більше року), відчуває, що її проблеми вже минули. Проте інколи може наступити шоста стадія („Зрив”), коли людина повертається до ризикованого способу життя, тобто на одну з попередніх стадій. Це не виключає, що у неї може залишитися мотивація змін і вона зробить ще одну спробу змінитися [4].

Як можна побачити, на першій стадії цієї моделі людина не визнає ризиковану поведінку як проблему, у неї відсутня внутрішня мотивація зміни свого способу життя. Така мотивація формується протягом другої і третьої стадії.

Отже, при проведенні індивідуальної профілактичної роботи з неповнолітніми засудженими *для посилення їх мотивації* фахівцеві необхідно визначити, на якій стадії змін знаходиться підліток, і відповідно до цього вирішити такі завдання:

на стадії переднамірів:

- закласти сумнів у власній безпечності, сприяти усвідомленню небезпеки зараження ВІЛ;
- допомогти неповнолітньому усвідомити всі небезпеки та проблеми, що витікають із його ризикованої поведінки;
- сприяти усвідомленню інших проблем, невирішення яких може призвести до ризикованої поведінки;
- сприяти усвідомленню підлітком своєї відповідальності за власне життя;

на стадії формування намірів:

- допомогти підлітку чітко визначити причини, через які йому необхідно змінити свою поведінку, працювати над вирішенням проблем та брати участь у профілактичних заходах;
- сприяти подоланню підлітком внутрішнього опору змінам в поведінці та життєдіяльності;
- підвищити впевненість підлітка у собі, його віру в можливість подолання проблем і досягнення позитивних змін;

на стадії прийняття рішення та підготовки до дій:

- допомогти побачити різні варіанти дій, спрямованих на позитивні зміни у поведінці та на вирішення проблем;
- сприяти прийняттю неповнолітнім остаточного рішення та виробленню ним плану дій, спрямованих на попередження ризику зараження ВІЛ та на подолання власних проблем;

на наступних стадіях:

- підтримувати мотивацію неповнолітнього до подальшої роботи над собою через надання психологічної підтримки та обговорення, проблем, що виникали в процесі профілактичних дій.

Оцінити рівень мотивації неповнолітнього щодо роботи над собою та участі у профілактичних програмах можна, запитавши неповнолітнього, наскільки, як він вважає, ВІЛ є небезпечним для нього, що б він хотів змінити у власному житті або в собі, чи хотів би він отримати додаткову інформацію про ВІЛ та ризиковану поведінку, навчитися засобам безпечної поведінки, і що йому може завадити у цьому?

Для посилення мотивації неповнолітніх щодо роботи над собою та участі у профілактичних заходах небажано тиснути на них, повчати, прагнути їх переконати або довести їм необхідність змін. Такі дії скоріше за все посилять опір неповнолітнім. Необхідно в спілкуванні з неповнолітнім підвести його до самостійного рішення. Для цього використовуються такі прийоми:

- розпочати розмову про життя неповнолітніх (в колонії і у відкритому середовищі), про проблеми підлітків, їх здоров'я і про те, як це пов'язано з ризикованою поведінкою;
- підштовхувати неповнолітнього до роздумів, критичного аналізу поведінки своїх однолітків та власної поведінки і проблем за допомогою відкритих запитань („Що для тебе значить...?“, „Що ти можеш втратити, коли...?“, Як це відображається на твоєму житті, житті твоїх друзів?“, „Які проблеми виникають після того, як...?“, „Як це може вплинути на твої наміри, життєві плани?“, „Що буде далі...?“ тощо) ;
- надавати підлітку в нейтральній манері інформацію, на основі якої він зможе прийняти рішення (наприклад, про властивості наркотиків та їх вплив на організм, фізіологію і психологію статевого життя, механізми передачі ВІЛ; дані статистики, досліджень тощо), пояснювати те, що підлітку не зрозуміло, відповісти на його запитання;
- разом з підлітком проаналізувати ризики, що витікають із його поведінки та ситуації, в якій підліток перебуває;
- обговорити з підлітком результати проведеної з ним психодіагностики;
- відмовитись від надання порад, чітко повідомити неповнолітньому, що лише він сам прийматиме рішення;
- разом з неповнолітнім проаналізувати гарне і погане, пов'язане із ризикованою поведінкою, ва також „плюси“ і „мінуси“ відмови від неї;
- обговорити з неповнолітнім його цінності і показати, як ризикована поведінка або відмова від неї з ними співвідносяться;
- обговорити плани підлітка на майбутнє і запропонувати визначити, що треба змінити в його теперішньому житті, щоб плани здійснилися;
- обговорити з підлітком його побоювання;
- розповісти підлітку про його можливості участі в профілактичних заходах та отримання професійної допомоги у роботі над його проблемами;
- запитати підлітка, чи не хотів би він скористатися цими можливостями для того, щоб усунути ризики з власного життя.

Проведена таким чином бесіда, дозволить неповнолітньому усвідомити власні проблеми та ризики прийняти рішення щодо участі у наступній профілактичній роботі.

Спільне планування індивідуальної профілактичної роботи з неповнолітнім

Планування спільних дій фахівця і неповнолітнього, спрямованих на запобігання формуванню у неповнолітнього ризикованої щодо зараження на ВІЛ поведінки та подолання стереотипів такої поведінки необхідно починати після того, як неповнолітній виразить свою свідому згоду або бажання брати участь у такій роботі та працювати над собою.

Якщо визначення та дослідження чинників ризику зараження ВІЛ в життєдіяльності неповнолітнього обговорювалося на одній з попередніх зустрічей, то фахівцеві необхідно нагадати неповнолітньому, про які аспекти поведінки і проблеми неповнолітнього тоді йшла мова і до яких висновків щодо того, що варто міняти в житті неповнолітнього і чому йому необхідно вчитися задля власної безпеки, вони тоді прийшли.

Надалі визначається мета подальшої співпраці. Неповнолітньому пропонується визначити, заради чого він хотів би брати участь у профілактичній роботі, якого результату хотів би досягнути. Мета повинна бути співвідноситись з цілями профілактики, потребами і проблемами неповнолітнього, бути для нього цікавою, бажаною, та досяжною.

Приклад формулювання мети:

- „Навчитись вести здоровий спосіб життя і бути при цьому сильним і шанованим з боку друзів”;
- „Захистити себе від зараження ВІЛ через уколи або статевим шляхом”;
- „Знизити шкоду для себе та оточуючих від вживання наркотиків”;
- „Навчитись вести безпечне статеве життя”;
- „Навчитися вирішувати конфлікти так, щоб потім не зриватися на інших”;
- „Навчитися спілкуватися з протилежною статтю так, щоб вони мене розуміли”;
- „Навчитися розслаблятися та відпочивати без шкоди для себе і оточуючих”.

Якщо неповнолітньому важко визначити мету або його визначення не відповідає вказаним критеріям, фахівець може йому допомогти за допомогою запитань (Що ти маєш на увазі, коли кажеш...?”, „Як ми зможемо пересвідчитись, що досягнули такої мети?”, „Чи може залежати досягнення цієї мети лише від тебе?”) та перефразування („Отже, можна сказати, що...”, „Якщо я вірно зрозумів, ти хотів би...”). Підліток може визначити для себе декілька окремих цілей, в такому випадку їх теж слід проранжувати за ступенем важливості, бажаності та досяжності.

Далі визначаються завдання, що їх треба вирішити для досягнення мети (цілей). Завдання необхідно сформулювати максимально чітко та конкретно, вони повинні вказувати на конкретні дії, які необхідно зробити неповнолітньому, фахівцю або їм обоє разом (Наприклад, „Взяти в бібліотеці книгу „...” і до наступного вівторка дізнатися з неї, яким чином... . Обговорити це на наступній зустрічі з фахівцем”, „Протягом тижня записатися в на тренінг...”, „Пройти консультацію у юриста соціальної служби з питання...”, „Через тиждень на зустрічі з фахівцем обговорити, що можна зробити в ... ситуації. Підготуватися до цієї бесіди, продумавши свої варіанти...”).

Варто зауважити, що завдання не ставляться перед неповнолітнім фахівцем, а визначаються *самим неповнолітнім для себе*. Визначення завдань здійснюється за допомогою своєрідного мозкового штурму (Що необхідно зробити, щоб усунути чинники ризику, набути необхідних знань та навичок, подолати проблеми?). Фахівець допомагає йому запитаннями на зразок: „Що ще можна зробити?”, „Чи цього буде досить для досягнення мети?”, „Що може завадити це зробити?”, „Хто може тобі допомогти це зробити?”, „Яким чином ще можна досягнути цього?”, а також переказуючи, перефразуючи та підсумовуючи ідеї, які підліток вже висловив. Завдання можуть передбачати пошук і обговорення інформації, звернення до інших спеціалістів, участь у групових профілактичних та виховних заходах, експериментування зі своєю поведінкою при спілкуванні з однолітками, свідому відмову від певних видів поведінки, самообмеження, виконання певних правил з наступним самоаналізом тощо. Важливо, щоб у неповнолітнього завжди було декілька варіантів дій.

Визначені таким чином завдання записуються як план дій, з укаванням термінів та послідовності їх виконання, засобів підтримки, які може надати фахівець (інформація, консультації, посередництво тощо), критерії успішності реалізації плану дій. План необхідно піддати критичному аналізу, щоб визначити, чи всі завдання реальні і що може завадити їх виконанню, та знайти шляхи усунення можливих перешкод. Обговорюється, коли відбуватимуться наступні зустрічі підлітка з фахівцем та яким питанням вони будуть присвячені.

Наприкінці бесіди з планування індивідуальних профілактичних дій підлітка доцільно обговорити його побоювання та очікування, щоб підкріпити мотивацію активних дій.

Супровід неповнолітнього в процесі профілактичної діяльності та форми проведення індивідуальної корекційної роботи

Супровід неповнолітнього засудженого в процесі виконання ним індивідуальних завдань профілактики зараження ВІЛ та ризикованої поведінки має забезпечити підлітка необхідною інформаційною та консультативною допомогою і психологічною підтримкою.

Фахівець має допомогти неповнолітньому адекватно відреагувати на нові обставини, долати перешкоди та проблеми, що виникають безпосередньо під час участі в профілактичних заходах та роботи над собою і своїм проблемами. Основними завданнями супроводу індивідуальних профілактичних дій неповнолітнього засудженого є:

- оцінка процесу та результатів виконання індивідуальних завдань профілактики; постановка нових завдань та пошук шляхів їх виконання;
- виявлення та аналіз проблем і перешкод, що виникли в процесі виконання підлітком індивідуальних завдань профілактики, визначення шляхів їх подолання;
- надання неповнолітньому інформації, необхідної для виконання ним визначених профілактичних завдань;
- консультування неповнолітнього та проведення з ним індивідуальної корекційної і тренінгової роботи в межах компетенції фахівця;
- посередництво між неповнолітнім та особами, з якими він не може контактувати безпосередньо, представництво його інтересів в офіційних установах з питань, що мають відношення до індивідуальної профілактики;
- підтримка мотивації неповнолітнього щодо подальшої співпраці та роботи над собою й своїми проблемами;
- надання підлітку психологічної підтримки.

Соціальний супровід проводиться у формі періодичних зустрічей фахівця з неповнолітнім (запланованих і проведених за необхідністю), під час яких обговорюються події, що відбулися в житті неповнолітнього з моменту попередньої зустрічі, те, яким чином підліток виконував заплановані на цей період завдання, які результати отримав. Фахівцю важливо, з одного боку, підкреслити успіхи неповнолітнього, приємні почуття, які він відчував під час їх виконання, з іншого, приділити увагу аналізу невдач і труднощів, що виникали. Необхідно, щоби підліток визначив причини невдач і знайшов спосіб їх подолання. За необхідністю завдання можна змінити, віднести їх виконання на інший час та визначити нові завдання, або навіть переосмислити мету та пріоритет цілей.

Під час бесід „скануються” інші сфери життєдіяльності неповнолітнього (навчання, праця, спілкування у групі тощо) з метою виявлення проблем, що можуть завадити його роботі над собою та участі у профілактичних заходах. Якщо в ході бесіди з'ясовуються певні проблеми і труднощі неповнолітнього, фахівець пропонує йому чітко визначити ці проблеми, вказати, як неповнолітній планує їх вирішити, а також які можливі альтернативні шляхи їх подолання.

Під час бесіди необхідно приділити увагу обговоренню неприємних переживань, що виникали у неповнолітнього, а також його побоювань з приводу майбутнього. Якщо такі були, фахівець може запропонувати підлітку спочатку проговорити ці переживання, знайти їх причини і визначити, що треба змінити в діях, щоб негативні переживання і побоювання не заважали в подальшому.

Окремо необхідно обговорити участь неповнолітнього у інших профілактичних заходах (групових бесідах, тренінгах, конкурсах, змаганнях тощо) і допомогти підлітку усвідомити отриманий досвід. Фахівець може запропонувати неповнолітньому сформулювати висновки, які він виніс із цих заходів та визначити, як він ці висновки буде

використовувати у своєму житті. Якщо є потреба, то фахівець може надати неповнолітньому додаткові роз'яснення з питань, що обговорювались.

Наприкінці бесіди підкреслюються здобутки та обговорюються завдання підлітка на наступний період, можливі перешкоди на шляху їх виконання та шляхи їх подолання.

Основними прийомами, що використовуються фахівцем під час бесід з неповнолітнім, є його вислуховування, підведення підсумків (резюмування), вираження емпатії (розуміння почуттів і співпереживання), постановка відкритих запитань і надання інформації.

Необхідно уникати дерективності з боку фахівця, оскільки рішення, яке здається корисним та необхідним для дорослого, може бути неможливим та неприйнятним для неповнолітнього. Важливо, щоб інспектор утримувався від прямих порад та вказівок, допомагав неповнолітньому за допомогою відкритих запитань самому прийти до висновків і прийняти рішення.

Якщо для подолання проблеми неповнолітній потребує певної інформації, при її наданні доцільно використовувати схему Т-А-К-Т (Теза – Аргумент – Конкретний приклад – Теза). Неповнолітньому спочатку кажуть основну ідею повідомлення, потім наводять докази та аргументи на її користь, потім – факти, що підтверджують вірність ідеї, після цього ще раз формулюють ідею у формі висновку.

У випадку, коли підліток звертається за консультацією, хоче отримати відповідь на запитання або пораду, фахівець повинен дослідити контекст такого звернення (чому у підлітка виникло таке запитання, яке значення він у нього вкладає, на фоні яких обставин у нього виникло запитання, для чого він буде використовувати отриману інформацію), допомогти підлітку чітко сформулювати його запитання, а можливо й переформулювати його. Надавши відповідь на запитання, фахівцю необхідно пересвідчитись, що підліток вірно його зрозумів та проговорити подальші дії. У випадку, коли підліток очікує поради, краще не надавати йому прямих вказівок і рекомендацій, а проговорити можливі альтернативні дії підлітка у його ситуації.

Для надання допомоги підлітку у подоланні властивих йому переконань та стереотипів поведінки, що підвищують ризик зараження ВІЛ, але від яких йому важко відмовитись, фахівцем можуть бути застосовані методи педагогічної та психокорекційної роботи, такі як індивідуальна виховна (корекційна) бесіда. Це бесіда, спрямована на досягнення позитивних змін в особистості підопічного та корекції його поведінки.

Специфіка профілактичної бесіди як психолого-педагогічного інструменту полягає у тому, що її зміст розгортається навколо досить вузької теми, що стосується досвіду неповнолітнього (його цінностей, уявлень, стереотипів поведінки в тих чи інших ситуаціях, взаємовідносин з іншими особами). В ході бесіди фахівець за допомогою запитань, виразу думок та почуттів, надання та обговорення інформації впливає на погляди, цінності і спрямованості неповнолітнього і сприяє прийняттю ним рішень, спрямованих на зміну ризикованих аспектів поведінки.

Педагогічна бесіда з неповнолітнім, схильним до протиправної поведінки, може передбачати такі етапи:

1. Встановлення (поновлення) контакту з неповнолітнім, заснованого на взаємній повазі і довірі. Обговорення з ним цілей бесіди та його права на остаточне рішення.
 2. Чітке визначення уявлень та особливостей поведінки неповнолітнього, що заважають його життєдіяльності та взаємовідносинам з іншими людьми. Це завдання можна вирішити за допомогою аналізу конкретних ситуацій, де вказані вище якості неповнолітнього проявились та мали негативний наслідок.
 3. Критичний аналіз поведінки, що призводить до негативних наслідків, переосмислення поглядів та цінностей, що лежать в основі такої поведінки. Фахівець не нав'язує неповнолітньому свої погляди та оцінки, а підштовхує його до власних
-

роздумів за допомогою запитань, наведення аргументів, прикладів, надання наукової інформації, підкреслення суперечностей у висловлюваннях неповнолітнього.

4. Визначення способів поведінки, що можуть замінити проблемні, та засобів зміни поведінки, розвитку бажаних особистісних якостей, набуття необхідних вмінь і навичок. До таких засобів можуть бути віднесені самовиховання, індивідуальний тренінг, моделювання проблемних ситуацій тощо. Фахівець допомагає неповнолітньому чітко визначити, в яких ситуаціях і яким чином себе поводити і що треба зробити, щоб навчитися вести себе таким чином. За необхідністю надає необхідну інформацію, рекомендує літературу або консультації інших спеціалістів, проводить тренінгові вправи.
5. Завершення бесіди. На цьому етапі фахівець підсумовує бесіду і висловлює впевненість в успіху роботи неповнолітнього над собою.

У процесі проведення виховної бесіди дуже важливим для фахівця є збереження рівної позиції з неповнолітнім, відмова від оцінок, моралізаторства, директивного підходу. Ефективними прийомами під час бесіди можуть бути „Я-висловлювання” і емпатійні висловлювання. Фахівець висловлює своє розуміння того, чому неповнолітній веде себе відповідним чином, не оцінює дії неповнолітнього як погані, помилкові, небезпечні, а висловлює свої думки і почуття щодо таких дій, і пояснює, чому він так вважає.

Як правило, для досягнення змін в поглядах неповнолітнього необхідно проведення декілька бесід протягом певного часу. Оскільки система цінностей формується надто довго та суперечливо, то й змінити її водночас неможливо, Бесіда може вважатися успішною, коли підліток замислився над питаннями, що обговорювалися, побачив інші, альтернативні шляхи поведінки.

Оцінка остаточних результатів профілактики та звернення індивідуальної профілактичної роботи з неповнолітнім

Коли основні завдання плану індивідуальної профілактичної роботи виконані, оцінюється відповідність результатів меті і приймається рішення про її завершення. При цьому важливими є два аспекти: досягнення загальної мети профілактичної роботи в конкретному випадку неповнолітнього і досягнення цілей, поставлених фахівцем разом із підлітком вже в процесі самої роботи.

Критеріями успішності індивідуальної профілактичної роботи можуть бути усунення чинників ризику зараження ВІЛ неповнолітнього або набуття ним здатності протистояти цим чинникам, а саме:

- стійке утримання неповнолітнього від проблемної і ризикованої поведінки;
 - сформованість у неповнолітнього адекватних уявлень щодо ВІЛ та ризикованої поведінки, негативне ставлення до різних видів ризикованої поведінки та стійкий намір їх уникати;
 - підвищення загальної життєвої компетенції неповнолітнього, оволодіння підлітком навичками безпечного задоволення потреб та подолання проблем;
 - усвідомлення неповнолітнім життєвих перспектив, наявність у нього життєвого плану, не сумісного з ризикованою поведінкою;
 - орієнтація неповнолітнього на цінності здорового способу життя і набуття навичок ведення такого способу життя;
 - покращення загального емоційного стану неповнолітнього, підвищення його впевненості у собі;
 - покращення загальної ситуації навколо неповнолітнього переважно завдяки його активній і конструктивній позиції стосовно власних проблем.
-
-

Визначити відповідність стану неповнолітнього вказаним критеріям можна через використання даних методів дослідження чинників ризику інфікування ВІЛ в життєдіяльності неповнолітнього. Порівняння результатів проведених на початку профілактичної роботи оцінок надасть можливість побачити реальний прогрес неповнолітнього.

Не менше значення має задоволеність самого неповнолітнього процесом і результатами профілактичної роботи, яка залежить від того, наскільки бажаною для нього була мета роботи і якою мірою вдалося її досягнути. Від суб'єктивної задоволеності неповнолітнього залежить, наскільки стійкими будуть зміни, досягнуті в результаті профілактики. Якщо мета неповнолітнього не була досягнута повною мірою, необхідно допомогти йому усвідомити причини невдач і зробити на майбутнє вірні висновки.

Отже, по завершенню роботи над завданнями плану індивідуальної профілактичної роботи неповнолітнього проводиться підсумкова оцінка його знань і навичок, необхідних для безпечної щодо ВІЛ поведінки, його індивідуальних особливостей та реальної поведінки з використанням методів, аналогічних тим, що були використані на початку індивідуальної роботи.

За результатами проведеної оцінки з неповнолітнім проводиться підсумкова зустріч. Під час зустрічі з неповнолітнім спочатку обговорюються власна оцінка неповнолітнього результатів своєї роботи та співпраці з фахівцем. Підлітку пропонується описати, що змінилося з початку спільної діяльності в його житті та ньому самому, визначити, чи була досягнута визначена мета, що вдалося, а що ні. Підліток оцінює свої почуття, пов'язані із проведеною роботою, рівень знань та вмінь, необхідних для безпечної поведінки, зміни, зміни, що відбулися у його поведінці. Фахівець ділиться своїм поглядом на результати роботи, підкреслюючи позитивні зміни, що він спостерігав у неповнолітнього.

Далі доцільно провести обговорення результатів проведеної фахівцем оцінки. Фахівець наводить і пояснює результати анкетування, тестувань, незалежних оцінок. Результати порівнюються із власною оцінкою неповнолітнього. Підкреслюється важливість як об'єктивних змін, так і суб'єктивного задоволення. Якщо дані досліджень показують, що не всі проблеми вирішені і не всі чинники ризику усунуто, то фахівець і неповнолітній обговорюють, в чому причини таких результатів, що вони означають для неповнолітнього і яким чином можна продовжити профілактичну роботу.

Фахівець підсумовує результати оцінок і пропонує обговорити питання щодо завершення чи продовження співпраці з метою профілактики ВІЛ. Рішення має прийняти неповнолітній, отже фахівець допомагає йому зважити його можливості та небезпеки після припинення співпраці. Якщо неповнолітній з фахівцем вирішать, що вони не повною мірою досягли очікуваних результатів, вони повертаються на до детального аналізу чинників ризику, корегують або визначають нову мету та завдання. Якщо індивідуальна профілактична робота була успішною і неповнолітній вирішив її завершити, та фахівець обговорює з ним його плани на майбутнє, можливі проблеми, з якими неповнолітній може зустрітись і ситуації, які можуть підштовхнути неповнолітнього до ризикованої поведінки. Останнє особливо важливо для підлітків, яким була властива адиктивна поведінка, а отже висока вірогідність рецидивів та зривів. Важливо, щоб неповнолітній знав, яким чином уникати ризикованих ситуацій, що робити, якщо він піддається тиску з боку інших осіб, до кого можна звернутися за допомогою, що робити у випадку зриву.

У випадку, коли очікувані результати не були повною мірою досягнуті, проте неповнолітній вирішив припинити співпрацю, аналізуються причини невдач та ті дії, що неповнолітній може зробити в подальшому самостійно. В цьому випадку фахівцю необхідно особливо підкреслити реальні здобутки та роль неповнолітнього в їх досягненні, а також важливість продовження профілактичних дій для неповнолітнього та його можливості, зокрема у отриманні фахової допомоги.

По завершенні роботи неповнолітньому доцільно надати комплекс інформаційних матеріалів з рекомендаціями щодо поведінки в тих чи інших ситуаціях та контактною інформацією.

Індивідуальна профілактика зараження на ВІЛ та ризикованої поведінки серед неповнолітніх, що перебувають у виховних колоніях буде ефективною лише у випадку, коли вона буде здійснюватися на однакових методологічних принципах з виховною і соціальною роботою з такими неповнолітніми, сприйматися як один із важливих аспектів їх соціальної реабілітації. Отже здійснюватись вона повинна в тісній співпраці працівників колоній, педагогічного персоналу навчальних закладів колоній та фахівців соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді.

Література

1. Довідник із навчання консультуванню з ВІЛ/СНІДу. – Львів: Кальварія, 2000. – 80 с.
 2. Доуэл М., Марш П. Ориентированная на решение задачи социальная работа. – Амстердам-Киев, 1997. – 135 с.
 3. Методичний посібник з профілактики ВІЛ-інфекції серед молодих споживачів ін'єкційних наркотиків: Для соціальних працівників / Б. Лазаренко, І. Пінчук, В. Сановська. – К., 2002. – 112 с.
 4. Мотивационное интервьюирование лиц, употребляющих инъекционные наркотики: методические рекомендации для социальных работников программ профилактики ВИЧ/СПИД. – Киев: Международній альянс по ВИЧ/СПИД, 2004. – 108 с.
 5. Синьов В.М., Кривуша В.І. Пенітенціарна педагогіка: в основних запитаннях та відповідях: Навчальний посібник. – К., 2000. – 124 с.
 6. Синьов В., Радов Г., Кривуша В., Беца О. Педагогічні основи ресоціалізації злочинців. – К.: МП „Леся”, 1997. – 272 с.
-
-

Вайнола Рената Хекіївна,
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри соціальної педагогіки НПУ
імені М.П.Драгоманова

Місце групових словесних форми роботи в профілактиці ВІЛСНІД та ризикованої поведінки клієнтів

Сучасні зміни у соціально-економічному житті суспільства, що відбулися внаслідок здобуття Україною своєї незалежності зумовили якісно нову ситуацію в соціальному середовищі дітей та молоді. Зміна духовних, національних пріоритетів призвела до трансформації соціального замовлення у сфері соціального виховання, і сьогодні, бажаним результатом роботи соціальних працівників та соціальних педагогів є формування та розвиток активної особистості, громадянина, здатного до самостійної продуктивної творчої діяльності. Проте поширення в молодіжному середовищі таких негативних тенденцій як соціальний нігілізм, байдужість, зневіра щодо можливого кращого майбутнього гальмують процес соціального становлення молоді людини, що потрапила в складні життєві умови.

Психолого-педагогічний аналіз структури особистості підлітка, дозволив нам виявити перелік тих показників особистості, які, на нашу думку, найбільш притаманні дітям та молодим людям, що належать до груп ризикованої поведінки. Це такі мотиваційні якості як бажання самореалізації, визнання з боку оточуючих; характеріологічні якості: сміливість, цілеспрямованість, оптимізм; такі творчі здібності, як: гнучкість, альтернативність, критичність мислення, здатність до генерації нових ідей, винахідливість тощо.

Звернемося до аналізу особливостей підліткового віку, що в умовах соціальної, економічної і психологічної нестабільності суспільства можуть провокувати девіантну поведінку. Соціально-психологічні особливості перехідного періоду накладають відбиток

на поведінку підлітка, створюють своєрідні вікові поведінкові моделі, формують специфічно-підліткові поведінкові реакції на вплив навколишнього соціального середовища.

Найголовнішим новоутворенням підліткового віку є багатогранне і суперечливе почуття дорослості. Вважаючи себе дорослим, підліток протестує проти дріб'язкової опіки, контролю, беззаперечної слухняності, несправедливого, з його точки зору, покарання. Формою протесту може бути неслухняність, грубість, упертість, замкненість тощо. Зазначені вікові психологічні особливості зазвичай виявляються в нестерпності щодо заперечень і критики на свою адресу, нетерпимому ставленні до опіки і заступництва, поганій адаптації до існуючих порядків, законів і традицій.

Надмірній опіці з боку вихователів чи родини підліток часто протиставляє психологічний опір, що характеризується бродяжництвом, статевою свободою, участю в діяльності неформальних асоціальних груп.

На підлітковий вік припадає усвідомлення своєї індивідуальності, становлення сталого образу власного Я, тобто формування самосвідомості. Період формування самосвідомості займає важливе місце в процесі психічного дозрівання, і через нього проходять практично всі підлітки. Рефлексія, самоаналіз, які виявляються в основному в пошуку змісту власного існування, супроводжуються переоцінкою цінностей, зміною ставлення до усталених правил, моральних норм та авторитетів, схильністю до філософствування, самокопання у відчуттях і переживаннях. Формування життєвих планів, яке припускає моральне і соціальне самовизначення, є характерною рисою підліткового та юнацького віку.

Таким чином, невід'ємною частиною формування світогляду і громадської активності підлітка є становлення моральної свідомості, орієнтації на внутрішні переконання, моральні орієнтири, совість.

Ще однією з особливостей підліткового віку є прагнення до групування. Поведінка підлітків за самою своєю суттю є колективно-груповою. Саме тому група та стан підлітка в ній багато в чому визначає його поведінку. Для багатьох підлітків об'єднання в групи - це особлива форма протесту проти укладу життя й опіки старших, своєрідний прояв дорослішання. При аналізі соціальних чинників, що сприяють формуванню асоціальної поведінки, особливо виділяються неформальні групи з протиправними тенденціями. На певному етапі формування особистості така неформальна група може стати головним регулятором девіантної поведінки.

Участь в життєдіяльності групи насамперед задовольняє потребу підлітків у вільному спілкуванні, яка у цьому віці є дуже великою. Спілкування підлітків - це не просто форма організації вільного часу, а насамперед, засіб самовираження особистості, встановлення нових міжособистісних відносин. В сфері міжособистісних стосунків молода людина відчуває потребу в емоційному теплі, розумінні і контакті з іншою людиною. Соціальні суперечності нашого суспільства нерідко викликають відчуття небезпеки, недовіри і безсилля. Таким чином, досвід, що набувається в спеціально організованих групах, сприяє протидії відчуженню, допомагаючи вирішенню проблем, що з'являються в процесі міжособистісної взаємодії.

До потенційних переваг форм групової роботи з підлітками ми відносимо такі фактори, як:

- створення умов "суспільства в мініатюрі", що відображає зовнішній світ і дозволяє програвати реалістичні ситуації в штучно створеній взаємодії;
 - надання можливості отримати зворотній зв'язок і підтримку від людей, що мають спільні проблеми чи переживання з конкретним учасником групи;
 - прийняття цінностей і потреб інших людей у процесі групової взаємодії;
-
-

- відчуття себе людиною сприйнятою іншими, що користується довірою, оточена турботою і має можливість отримати допомогу;
- можливість значно полегшити проблеми, що з'являються в міжособистісних стосунках, відчуті реакцію на себе і свої вчинки, проекспериментувати з різними стилями спілкування з партнерами по групі.

Головною перевагою групових форм роботи з профілактики ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки в молодіжному середовищі є здобуток особистісного досвіду поведінки в мікро-соціумі. При цьому група не пропонує еталон поведінки, а лише заохочує спробу саморозкриття та самовдосконалення кожного її члена, допомагає усвідомити емоційний стан, почуття, сформувані готовність до відповідальності особистості за своє майбутнє та життя в цілому і внаслідок цього зростає впевненість людини в своїх силах.

Наскрізною метою роботи з кризовими групами підлітків є реабілітація кожного клієнта у власному сприйнятті, думках, почуттях; прийняття ситуацій реального життя, реставрація гідності й життєвого оптимізму.

Таким чином, соціально-психологічні особливості підліткового віку та визначення переваг групової роботи дозволили нам виявити, що групові словесні форми соціально-виховної роботи є одними з найбільш вдалих в роботі з профілактики ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки.

В процесі підготовки і проведення словесних групових форм роботи створюються умови для розвитку цілої низки комунікативних якостей, які нашу думку, є необхідними в становлення особистості молодої людини. Це такі показники як: вміння обґрунтовувати, доводити свої думки та позиції, цінувати мовну інформацію членів групи, вміння робити мовленнєвий сюрприз, здійснювати комунікативну самопрезентацію, а головне – толерантно ставитись до думок, позицій, висловів членів групи і вміти їх конструктивно сприймати.

До групових форм роботи, в яких провідним чинником виховного впливу виступає слово слід віднести: лекцію, конференцію, профілактичну бесіду, дискусію, диспут, „круглий стіл”, „усний журнал” тощо.

Предметом данної статті є більш детальний опис методики підготовки та проведення диспуту та дискусії

Аналіз психолого-педагогічної літератури з проблем соціально-виховної роботи (А. Мудрик, З. Артеменко, А. Кирсанов, В. Зоц та інші) дозволив нам дійти висновку, що диспут та дискусія в характеристиці форм соціально-виховної роботи часто ототожнюються і не розрізняються за змістом і методикою проведення.

Ми погоджуємось з тим, що диспут та дискусія насправді є простими груповими та словесними організаційними формами роботи, головною метою, яких є створення сприятливих умов для визначення переконань, ставлень, життєвих позицій учасників.

Саме в цьому полягає значення диспуту та дискусії як діагностичних чи профілактичних форм роботи та дієвість їх застосування в роботі з дезадаптованими підлітками. Жваве, активне, невимушене обговорення актуальних для групи учасників проблем дозволить соціальному педагогу більш влучно прогнозувати подальшу діяльність, спираючись на знання потреб та проблем членів колективу і окремих вихованців.

Специфічність дискусії як форми соціально-педагогічної роботи полягає в тому, що вона виникає спонтанно, не прогнозовано. З одного боку, це гарантує щире зацікавлення учасників, свідчить про актуальність теми обговорення. З іншого боку породжує певні ускладнення, а саме: дискусія може перетворитись в з'ясування стосунків, навіть у сварку. Крім того, неплановий характер дискусії дуже часто робить неможливим участь соціального педагога, вихователя в процесі обговорення. Тому перед соціальним

педагогом постає завдання прогнозувати можливі моменти виникнення дискусії. Після перегляду кінофільму, вистави, цікавих подій суспільно-політичного життя соціальному педагогу варто „розгорнути” дискусію, щоб вона відбулась за його участю. Особливо актуальним є цей фактор в умовах притулку, де вихованці мають достатньо вільного часу, щоб ізольовано від педагогів обговорити цікаву для них інформацію.

У практиці соціально-педагогічної роботи існують кілька технік проведення дискусій, застосування яких забезпечує толерантне ставлення опозиційно налаштованих учасників та дозволяє проводити дискусію у конструктивному руслі.

Техніка „парламентської” дискусії передбачає розподіл учасників на кілька груп, залежно від того, яку позицію вони займають. Найбільш типовими рольовими позиціями є „прихильники”, „противники” та „незацікавлені”. Позицію кожної групи може представляти один учасник. Таким чином всі учасники дискусії по черзі можуть висловлювати та відстоювати свої думки. Саме такий підхід до проведення дискусії гарантує „джентльменську” поведінку учасників, формує повагу до інших, почуття такту, терпимість до думок, що не збігаються з особистою позицією учасника.

Техніка „дискусія з капелюхом” також нормує процес неконтрольованих висловлювань учасників. Засобом надання слова стає символ – капелюх, який надягають на учаснику, що просить слова. Після того, як бажаючий висловить свою думку він має передати символ дискусії тому з членів групи, думку якого він хоче почути у відповідь. В ролі символу може бути використаний не лише капелюх, а і повітряна кулька, яскрава хустка, іграшка, квітка тощо.

Запропоновані нами техніки організації та проведення дискусії мають значний потенціал у вирішенні завдання діагностики міжособистісних стосунків членів групи. Уважний соціальний працівник чи педагог, без сумнівів, зможе, спостерігаючи за поведінкою учасників дискусії виявити лідерів і аутсайдерів групи, визначити рівень сформованості певних особистісних якостей та творчих здібностей учасників.

На відміну від дискусії, диспут є плановою формою соціально-педагогічної роботи. Саме плановий характер диспуту дозволяє соціальному працівникові, педагогу забезпечувати більш ґрунтовне теоретико-методичне визначення пріоритетів при виборі теми обговорення, залучення до участі в обговоренні „адресних” груп вихованців.

Процес підготовки диспуту починається з визначення низки проблем, які є актуальними, цікавими для різних груп молоді з ризикованою поведінкою. Виконуючи завдання формування та розвитку особистості підлітка, соціальний педагог повинен з самого початку підготовки диспуту демократично поширювати коло прав його майбутніх учасників. І перше з цих прав (яке не рідко порушується в практиці соціально-виховної роботи) - це право на вибір проблеми обговорення. Можливим вирішенням цього завдання стане запропонований перелік проблем, які, можуть бути закладені в основу майбутніх диспутів. Визначений вихованцями рейтинг проблем допоможе соціальному педагогу у виборі найбільш болючих, цікавих та актуальних тем диспутів, що будуть заплановані для подальшого проведення.

З метою визначення рівня обізнаності майбутніх учасників диспуту можливим є проведення анонімного анкетування. Аналіз відповідей учасників анкетування дозволить отримати цікавий статистичний матеріал та уникати в ході диспуту тих питань, відповідь на які добре відома аудиторії.

З метою активного залучення учасників до підготовки і проведення диспуту створюється ініціативна група кількістю 3-5 осіб. Завданням соціального педагога є забезпечення загального і методичного керівництва, допомога у пошуку матеріалів, поради щодо формування теми, питань для обговорення. Бажано, щоб ініціативна група виконувала завдання підготовки до проведення диспуту тимчасово, і наступний диспут готувала нова група вихованців. Такий підхід, на нашу думку, забезпечить змінність

доручень, дозволить залучити більшу кількість вихованців до процесу підготовки дискусійних форм роботи, що сприятиме підвищенню їх самооцінки, формуванню відчуття гідності, визначення в середовищі однолітків.

В групах, колективах, де практика проведення дискусійних форм роботи не існувала, потрібно зацікавити вихованців, познайомити їх з методикою проведення міні-диспутів, окремих дискусійних технік, заохотити можливістю висловити свої думки, відстояти особистісну позицію.

З цією метою може бути використаним і арсенал навчального процесу загальноосвітніх навчальних закладів. Урок-диспут, урок-дискусія, можуть стати першим досвідом участі у таких формах роботи учнів та студентської молоді.

Половину успіху проведення диспуту забезпечить влучно сформульована тема. Варіанти звучання теми диспуту добирають члени ініціативної групи і визначають остаточне їх звучання.

В практиці соціально-виховної роботи існує три підходи до формулювання теми диспуту.

По-перше, тема диспуту може бути сформульована як проблемне питання, яке не передбачає однозначної відповіді. Наприклад:

- „Тобі 17. Це мало чи багато?”;
- „ВІЛ – проблема суспільства чи проблема громадянина?”;
- „Чи існують права без обов’язків”;
- „Чи можуть батьки бути друзями?”;
- ”Безпечна сексуальна поведінка – чи доречно про неї говорити, коли йдеться про кохання?”

По-друге, в темі диспуту може бути запропонована альтернатива вирішення проблеми – її підтримка чи заборона. Наприклад:

- „ВІЛ – інфікованими можуть бути тільки представники „груп ризику”: так чи ні?”;
- ”Мати – школярка: так чи ні?”;
- „Легалізація легких наркотиків в Україні: так чи ні?”;
- „Кохання треба довести розпочати статеві стосунки: так чи ні?”.

Третій підхід також передбачає визначення проблеми, яка має кілька варіантів рішень, але замість лаконічних „так” чи „ні” пропонується два варіанти можливого бачення проблеми. Наприклад:

- „Наркотики: відкриття нових світів чи загибель існуючого”;
- ”Кохання без обмежень: прояв свободи чи безвідповідальність”;
- „Відбір професії: престиж чи покликання?”.

Головними критеріями оцінок вдало обраної теми є її актуальність та альтернативність. Тобто тема диспуту має гостро, безкомпромісно ділити аудиторію на кілька груп з різними життєвими позиціями. Якщо цього не відбувається, то диспут не досягне своєї головної мети: з’ясування позицій і відстоювання моральних ставлень, переконань учасників.

При визначенні теми диспуту потрібно враховувати вік учасників, досвід їх участі в дискусійних формах роботи. У деяких випадках тема диспуту може бути обрана без попереднього погодження проблеми з потенційними учасниками. Тема може бути обумовлена певною морально-психологічною ситуацією в колективі, смаками вихованців, їх музичними, літературними уподобаннями. Диспут може бути присвячено нещодавно побаченим вистави, кінофільму.

Після визначення теми підготовка диспуту (залежно від гостроти проблеми обговорення) може тривати від одного тижня місяця. За цей час ініціативна група розглядає обов’язки і виконує наступні завдання: залучення потенційних учасників диспуту, добір і систематизація матеріалів з проблеми диспуту, підготовка і оформлення

приміщення. Але бажано не залучати до підготовчого періоду значну кількість потенційних учасників, бо вони втратять інтерес до теми задовго до початку диспуту.

Тему диспуту варто оголосити у об'яві-запрошенні десь за тиждень до початку.

Широкому залученню до участі в диспуті може сприяти попереднє (за 3-4 дні до початку) повідомлення основних питань диспуту. Залежно від проблеми їх може бути 5-10.

Звучання питань не повинно дублювати питання попередньої анкети. Бажано, щоб питання задавалися у певній послідовності, були логічно пов'язані, і не тільки розкривали основні категорії теми, але допомагали розібратися в проблемі, визначити та оцінити своє ставлення до неї, шляхи самовиховання і життєвого самовизначення. Саме тому у питаннях бажано адресуватися до життєвого досвіду учасників, враховувати рівень їх обізнаності і моральної вихованості. Дрібні нюанси проблеми краще висвітлити вже у ході обговорення.

Участь у процесі обговорення питань буде більш активною і свідомою, якщо забезпечити попереднє ознайомлення учасників з темою засобами стінної газети, радіо-газети. Можливо зробити виставку (чи анонс) літератури з проблеми, підібрати матеріали періодичних видань чи запропонувати список літератури.

Ефективність проведення диспуту багато в чому обумовлена вмінням ведучих. Ведучий може стати найбільш ерудований, активний, авторитетний учасник ініціативної групи. Досвід показав, що двоє ведучих краще виконують завдання. Важливо, щоб ведучий знав інтереси аудиторії, її ставлення до теми диспуту, рівень обізнаності з проблеми. Роль ведучого у ході диспуту не повинна зводитись тільки до коментарів виступів. Ведучий повинен вміти пов'язувати, порівнювати зміст виступів, звертатися до присутніх з пропозицією висловити своє ставлення до певної позиції, жестами, мімікою реагувати на твердження, створюючи, таким чином „емоційне обличчя” диспуту.

Початок диспуту може бути різним: вступне слово ведучого, повідомлення даних анкетування, статистичної інформації, аналіз літературних фактів чи життєвої ситуації.

Структура вступного слова визначається змістом і виховними завданнями диспуту. Ефективність „вступу” визначається вмінням ведучого яскраво „презентувати” тему, переконливо і дискусійно поставити питання перед аудиторією. Можна розпочати диспут з відомого вислову, цитати і загострити за їх допомогою увагу учасників на основних питаннях диспуту.

Головне завдання ведучого (ведучих) у ході диспуту не бути прихильниками тієї чи іншої позиції. Ведучі повинні бути своєрідним „каталізатором” диспуту, тобто сприяти прискоренню, емоційній забарвленості, бурхливості диспуту, але при цьому, не виявляти власну позицію, не заперечувати висловів учасників, полемічних випадів, реплік з місця. Саме такий підхід допоможе поживавити хід диспуту, підвищити емоційний рівень, інтерес аудиторії. Ведучий повинен вдало реагувати на репліки і питання, здійснювати їх переадресацію, запрошуючи бажаючих до розвитку певної думки, позиції.

Майстерність ведучого полягає у вмінні вчасно “підігріти” чи “охолодити” учасників диспуту. Ведучий повинен вміти виявляти різноманітні думки, логічно розвивати, аргументовано коментувати різні позиції, передбачати несподівані варіанти виступів. Виступи, які, на думку організаторів диспуту є помилковими, не слід “відкидати”. Бажано привернути до них увагу опозиційно налаштованих учасників і розгорнути конструктивне обговорення. Варто пам'ятати, що саме ті учасники, які наважуються заперечувати більшості, володіють сміливістю, самостійністю думок і заслуговують на повагу.

Емоційний характер виступів, максималізм учасників дуже часто зашкоджують логічному розвитку диспуту, заважають висловитись тим з його учасників, хто почувається менш впевнено.

В традиційній методиці виховної роботи існує практика ознайомлення аудиторії з “Правилами диспуту” чи “Пам'яткою учасникам диспуту”. Ведучі по ходу диспуту

привертають увагу до переліку правил і використовують їх як засіб корекції поведінки. Якщо “Правила” це передбачають, то грубих “порушників дисципліни” можна на певний час позбавити слова.

Добре, якщо “Правила” стануть результатом творчої роботи учасників групи. Їх можна змінювати на кожному диспуті, можна лишити як обов’язкові для всіх усних форм роботи. В останньому випадку правила оформлюють і використовують як унаочнення диспуту. Ми пропонуємо орієнтовне звучання “Правил диспуту”:

- У нас немає спостерігачів – усі беруть участь;
- У суперечці народжується істина;
- Перш ніж говорити, подумай – про що;
- Говори широко і чесно;
- Намагайся говорити своїми словами;
- Май мужність визнати правоту інших;
- Крик – ознака безсилля;
- Дай можливість іншим висловити свою позицію;
- Якщо критикуєш – пропонуй!

Значно більше, ніж бурхливість обговорення диспуту можуть зашкодити емоційні паузи, незацікавленість, емоційне відчуження учасників. Тому перед ведучими диспуту постає завдання – за допомогою “гострих” додаткових питань, яскравих висловів, фактів, вчасно наведених цифр “відродити” диспут до життя, активізувати аудиторію. По ходу диспуту ведучі мають підтримувати наскрізну ідею, “стрижень” диспуту за допомогою своєрідних емоційних “манків”.

Не менш важливим є вміння ведучого згорнути диспут і наблизити його хід до логічного фіналу. Ведучі повинні стежити за регламентом диспутом. Методично вірно організований і проведений диспут не повинен тривати більш ніж годину. Як правило, диспут затягується у випадку, коли обговорення вийшло за межі теми.

Якщо за часом диспут наближається до завершення, а учасники не втратили інтерес до теми, їх аргументи на захист своєї позиції не вичерпано, ведучі можуть запропонувати продовжити обговорення на наступному диспуті і розглянути інші аспекти проблеми. Продовженням розмови, що розгорнулася у ході диспуту може стати читачка конференція, усний журнал, зустріч з фахівцем, ток-шоу, ділова гра “прес-конференція” тощо. У будь-якому випадку диспут не повинен ставити крапку у розмові, учасники мають бачити перспективу, “післядію” диспуту.

Як би ґрунтовно не обговорювались питання диспуту, необхідно заключне слово ведучого. Бажано, щоб воно було яскравим, переконливим, містило узагальнення тих виступів, що прозвучали у ході диспуту, допомагало учасникам визначити можливі перспективні шляхи розв’язання життєвих проблем, життєвого самовизначення.

На закінчення ведучий має подякувати всім учасникам за активну участь, сміливість у висловах, тактичність у поведінці і запрошує до нових зустрічей.

Розглядаючи диспут як форму профілактичної роботи, важливо влучно визначити місце соціального педагога у процесі підготовки та проведення диспуту. Методична допомога на етапі підготовки, участь у доборі матеріалу, розробка стратегії попереднього опитування, анкетування потенційних учасників диспуту гарантує соціальному педагогу, як мінімум, запрошення на диспут в якості учасника ініціативної групи.

На нашу думку, в процесі проведення диспуту соціальний педагог не повинен займати місце ведучого і, навіть, активного учасника. Краще обмежитись позицією зацікавленого спостерігача. Звичайно приємно, якщо учасники диспуту будуть цікавитись

думкою соціального педагога, запрошувати його до виступу. Але, якщо це не відбувається, не варто ображатися. Така поведінка може свідчити про достатньо високий рівень самостійності, “самодостатність” аудиторії, її моральну зрілість чи про наявність лідера з числа учасників, який перетягує на себе відповідальність за хід диспуту.

Узагальнення досвіду практичної роботи дозволило нам визначити певні “табу” в поведінці соціального педагога в якості учасника диспуту. Назвемо їх:

- Не заперечувати висловів учасників;
- Не робити підсумки після виступів учасників, не давати їм будь-яку оцінку;
- Не наводити приклади з життя учасників;
- Не намагатись допомогти ведучим.

Від такту соціального працівника чи педагога, його професійної етики, поваги до особистісних якостей учасників диспуту багато в чому буде залежити успіх цієї форми роботи.

Важливим аспектом підготовки диспуту є вибір та оформлення приміщення. Воно має бути затишним і трохи затісним. Не бажано розміщати учасників по колу, як для проведення тренінгу. У учасників повинна бути можливість сісти довільно, невимушено, “сховатися” за спину друзів. Емоційне забарвлення диспуту можуть створити плакати, ілюстрації, тиха музика. Але не варто перетворювати диспут у літературно-монтажну композицію чи виховну годину.

Таким чином, ми вважаємо, що диспут та дискусія – це впливові групові форми соціально-педагогічної роботи, що розв’язують завдання профілактики ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки дітей та молоді, які в разі їх влучного і системного застосування виступають впливовими чинниками формування здорового способу життя особистості.

Список використаних джерел:

1. Артеменко З.В. Азбука форм воспитательной работы: Справочник. Мн.:Новое знание,2001.-315 с.
 2. Зоц В.Н., Коломиец Г.В. Методические рекомендации к организации коллективной творческой деятельности учащихся.—К.:РУМК, 1990.—27 с.
 3. Иванов И.П. Энциклопедия КТД.—М.:Педагогика,1989.— 206 с.
 4. Кан-Калик В.А., Никандров Н.Д. Педагогическое творчество.—М.: Педагогика, 1990.—144 с.
 5. Красовицький М.Ю. Виховна робота в школі: досвід і проблеми: Кн. для вчителя.—К.: Освіта,1992.—183 с.
 6. Мудрик А. В. Социальная педагогика: Учеб. Пособие для студ. пед. вузов /Под ред. В. А. Слостенина. – М.: Академия, 1999.
 7. Сушенко Т. І. Управління позашкільним педагогічним процесом / МО України. ІСДО. - Запоріжжя. 1994. - 79 с.
-
-

Зимівець Наталія Володимирівна,
пошукувач Інституту проблем
виховання АПН України

Використання методу „рівний – рівному” при організації просвітницької роботи у виховних колоніях для неповнолітніх

Серед комплексів заходів, спрямованих на профілактику ВІЛ/СНІД, пропаганду здоров'я, формування навичок здорового способу життя, відповідальної безпечної поведінки та попередження можливих негативних дій відносно здоров'я, особлива роль відводиться просвітницькій діяльності.

Просвітницька діяльність – це активне поширення знань, інформаційна підтримка та позитивний вплив у процесі індивідуального, групового, масового спілкування в умовах навчально-виховного закладу, за місцем проживання, в місцях масових зборів і відпочинку дітей та молоді.

Просвітницька діяльність у сфері ВІЛ/СНІД не має нічого спільного з „протиепідемічними заходами”, вона займається пошуком відповіді на складні питання і вимоги, які постають перед людством у зв'язку з ВІЛ/СНІД.

На Всесвітній конференції з питань СНІДу в Дурбані в 2000 р. розглядалися наукові методи успішної боротьби з пандемією ВІЛ. Хоча на даний час ще не існує сировотки чи можливості вилікуватись від ВІЛ, та досвід таких країн як Уганда, Сенегал, Таїланд та Бразилія, а також розвинених індустріальних країн (наприклад, Німеччина) показує, що кількість інфікованих та хворих людей зменшується, якщо використовувати правильно підібрані та найбільш ефективні методи.

Конференція в Дурбані 2000 р. звернула увагу світової спільноти на те, що методи успішної боротьби з пандемією повинні базуватися на таких концептуальних положеннях, як:

- робота (діяльність) у сфері ВІЛ/СНІД, замість заходи боротьби з ВІЛ/СНІД;
- інфікування ВІЛ замість зараження ВІЛ;
- людина, яка живе з ВІЛ замість ВІЛ-інфікована.

Не так просто дати відповідь на питання: „Які просвітницькі програми є найоптимальнішими з огляду на затрати та тривалість їхньої дії?”. Науковими методами майже неможливо встановити, чого насправді вартий певний захід та скільки випадків інфікування можна завдяки ньому уникнути.

Однак, найбільш ефективною, на сьогодні, є правильно побудована просвітницька діяльність, спрямована на передачу знань та формування відповідального ставлення до проблеми ВІЛ/СНІД.

До принципів ефективною просвітницької діяльності відносять:

- адресність – відповідність діяльності рівню психічного і фізичного розвитку, культурним і соціальним особливостям цільової групи, національним, регіональним відмінностям, стереотипам масової свідомості;
 - комплексність – інформування здійснюється з урахуванням мотивації й орієнтоване на формування навичок відповідальної поведінки, збереження здоров'я;
 - коректність у поданні інформації – точка зору аргументується, спосіб поведінки пропонується, але ніщо не нав'язується; повага до позиції, почуттів і емоцій учасників;
-
-

— спадкоємність, послідовність – робота спирається на базові знання учасників.

Просвітницька робота щодо профілактики ВІЛ/СНІД, формування здорового способу життя не передбачає моментальної дієвості. Для того, щоб сформувати відповідальну, безпечну поведінку у підлітків, потрібна планомірна, щоденна, копійка праця різних фахівців і, безперечно, самих підлітків. Саме залучення до просвітницької діяльності підлітків і є стрижнем методу „рівний – рівному”.

Суть поняття „рівний – рівному” полягає у наданні інформації соціальній групі, людям, рівним за певною ознакою (в нашому випадку, це підлітки-однолітки, які знаходяться в колонії).

Навчання рівних рівними – метод, де меншість із рівних між собою людей намагається вплинути на більшість за допомогою надання інформації за для позитивних змін [7, с 4.].

На міжнародних творчих зустрічах у рамках програм “Рівний навчає рівного” (UNICEF у співпраці з UNAIDS (1999-2000 рр., Латвія) зазначалося: „Позитивний результат „навчання рівним рівного” відображається у отриманих позитивних результатах. Одночасно з формальною традиційною освітою та підходом „навчання рівним рівного” виступають стратегічним засобом передачі інформації з метою зацікавлення молодих людей їх власним здоров’ям і розвитком, та найбільш ефективно сприяє змінам на благо здоров’я і продуктивного життя” [7, С. 13].

Організація просвітницької роботи за методом „рівний – рівному” є ефективним способом надання достовірної, соціально значущої інформації в середовищі людей, рівних за якоюсь певною ознакою, з метою позитивного самовдосконалення особистості, громади і суспільства через довірче спілкування „на рівних” під час неформального або особливим способом організованого спілкування (тренінги, консультації, акції тощо).

Аналіз спеціальної літератури дозволяє назвати два основних критерії для класифікації різновидів методу „рівний – рівному” .

Перший критерій – це рівність за віком. Згідно з цим критерієм, метод „рівний – рівному” трактується як спосіб “навчання ровесників ровесниками, однолітків однолітками”. Відповідно до цього, у соціально-педагогічній літературі утвердилось сприйняття методу „рівний – рівному”, переважно, як способу передачі соціально значущої інформації спеціально підготовленими молодими людьми рівним собі особам за віком.

Другий критерій – це рівність за певною ознакою. Згідно з цим критерієм метод „рівний – рівному” трактується як спосіб “навчання рівних рівними” (з англ. реег – рівний), тобто йдеться про надання інформації в середовищі людей „рівних” між собою за певною ознакою (цінності, проблеми, професія, соціальний рівень, хобі, інтереси тощо, усе – окрім віку. Однаковий вік не є головним для „рівності”), і це поширюється на різні вікові й міжвікові категорії.

В Україні метод „рівний – рівному” у соціальній сфері почали впроваджувати наприкінці ХХ століття. Спочатку цей метод апробували громадські організації і соціальні служби м. Дніпропетровська, Києва, Запоріжжя тощо. Всеукраїнським експериментом по використанню даного методу в соціально-педагогічній діяльності стала Програма Міністерства освіти і науки України /ПРООН/ЮНЕЙДС “Сприяння просвітницькій роботі „рівний – рівному” серед молоді України щодо здорового способу життя”(реалізувалася з липня 2000 року по листопад 2002 року).

Зараз метод „рівний – рівному,, широко застосовується в діяльності педагогів і соціальних працівників і дозволяє спостерігати певні позитивні результати його впровадження в просвітницьку діяльність фахівців. Це, зокрема:

- донесення до молодіжного середовища достовірної, якісної, соціально значущої інформації та її поширення при формальному та неформальному спілкуванні молодих людей;
- розширення діапазону просвітницької роботи в сфері сприяння здоров'ю;
- залучення учнівської молоді, підлітків до просвітницької діяльності.

Один з основоположників теорії молодіжної участі Роджер А. Харт в своїй статті „Розвиток соціальної компетентності та соціальної відповідальності” писав: „Підлітки борються за те, щоб відіграти осмислену роль у суспільстві. Якщо вони не зможуть знайти можливість відповідально розвинути свій досвід, вони зроблять це безвідповідально” [12, С. 17]. Участь у просвітницькій роботі за методом „рівний – рівному“ надає їм таку можливість, задовольняючи потреби підлітків у таких різновидах діяльності, які мають особливе значення саме у підлітковому віці: спілкування з ровесниками, спілкування з дорослими та молодшими, навчальна діяльність, організація змістовного дозвілля, випробовування власних сил, пошук свого місця у суспільстві. Принцип „навчаючи – вчуся”, який покладено в основу методу, є фундаментом для створення умов по усвідомленню підлітками свого здоров'я і саморозвитку як найважливіших життєвих цінностей, які, зберігаючись і примножуючись при здоровому способі життя, забезпечують особистості повноцінну самореалізацію. Участь у просвітницькій діяльності, націленій на сприяння здоров'ю, – це ефективна умова формування здорових основ життєдіяльності молодого людини. Вона сприяє задоволенню базових потреб підлітка в різноманітній творчій діяльності, визнанні та повазі з боку оточуючих, самореалізації і самоствердженні, задоволенні й успіху, сприяє розвитку соціальної компетентності та відповідальності.

Включення до просвітницької діяльності значно розширює „інформаційне меню” вихованців колонії, формує певні життєві навички, необхідні для розвитку особистості. Зокрема, такі навички, як:

- ефективного спілкування (які відпрацьовуються на формальному (проведення занять) і неформальному (особистісному) рівнях);
- усвідомлення власної індивідуальності;
- розуміння індивідуальності та неповторності інших людей;
- самостійного прийняття рішення, самоконтролю власної поведінки, самоповаги, самоусвідомлення;
- культури проведення вільного часу;
- вміння пристосовуватися до змін соціального середовища.

Таким чином, учасники відпрацьовують вміння здійснювати рефлексивну та самооціночну діяльність, цілепокладання, які є одними із багатьох складових “Я-концепції” особистості.

Технологічність методу „рівний – рівному” розкривається через „стандартний комплекс методично описаних і практично впроваджених дій і/чи процедур, які об'єднані в певній послідовності та дають вимірюваний або інший соціальний результат у соціальній сфері” [1, С. 23].

Соціально-педагогічна діяльність за методом „рівний – рівному” в контексті просвітницької роботи щодо профілактики ВІЛ/СНІД – це процес, який формується на основі вже існуючого обміну інформацією в середовищі молодих людей і спрямований на забезпечення якісних змін у ставленні особистості до власного здоров'я як необхідної умови досягнення фізичного, психічного і соціального благополуччя та розквіту і стабільності країни. Ключовими фігурами в даному процесі виступають педагог-тренер і підліток-інструктор. Педагог-тренер – це фахівець (учитель, психолог, соціальний працівник, лікар тощо), який створює умови для проведення просвітницької роботи

підлітками-інструкторами серед своїх однолітків. Підліток-інструктор – це особистість, позитивний лідер, якому довіряють інші вихованці, та поведнку якого вони хотіли б наслідувати, який є носієм інформації уникнення ВІЛ/СНІД, знань і цінностей здорового способу життя, привабливих для однолітків; це спеціально підготовлені „непрофесійні педагоги”, які навчають і мотивують своїх однолітків.

У процесі організації роботи за методом „рівний – рівному” виокремлюють наступні етапи (процедури):

- оцінка необхідності, ресурсів і можливостей використання методу “рівний – рівному”;
- підготовка спеціалістів (педагогів-тренерів) до організації і проведення роботи за методом” рівний – рівному”;
- робота підготовлених спеціалістів із групами вихованців з метою забезпечення їх точною інформацією про здоров’я як запоруку благополуччя людини (проведення просвітницького тренінгу);
- підготовка підлітків-інструкторів до просвітницької діяльності в середовищі ровесників із числа тих, хто пройшов навчання і виявив бажання працювати з однолітками;
- організаційний та методичний супровід дорослими спеціалістами проведення занять підлітками-інструкторами;
- надання консультацій та необхідної додаткової інформації підліткам, які не проводять формальних занять, але поширюють інформацію під час неформального спілкування;
- моніторинг діяльності спеціалістів і підлітків-інструкторів;
- корекція діяльності спеціалістів і підлітків-інструкторів відповідно до результатів моніторингу;
- організація навчання чергової групи вихованців

Будь-який процес у виробничій чи соціальній сфері тільки тоді одержує назву „технологія”, коли його було спрогнозовано, визначено кінцеві властивості продукту і засоби його отримання, цілеспрямовано сформовані умови для реалізації та надано йому хід [9, С. 27].

Аналіз науково-методичних матеріалів дозволяє визначити умови реалізації технології „рівний – рівному”:

- розуміння адміністрацією колоній, управлінцями ефективності даного методу і створення відповідних організаційних механізмів його реалізації;
- цільова, систематична підготовка педагогів, соціальних працівників до проведення роботи за методом” рівний – рівному” ;
- відповідність проекту чи програми, в рамках якого використовується даний метод сучасним концепціям здоров’я та профілактики;
- використання інтерактивних методів навчання;
- постійне поповнення ресурсів (людських, матеріальних) для впровадження даного методу.

Під час планування та організації роботи за методом „рівний – рівному” визначаються мета, завдання, очікуваний кінцевий результат, послідовність процедур (етапів), способи, засоби та прийоми виконання завдань, досягнення мети, способи оцінки і моніторингу.

Просвітницька діяльність за методом” рівний – рівному” – це соціально-педагогічна технологія, яка носить циклічний характер і має свої переваги порівняно з іншими технологіями просвітницької роботи сприяння здоров’ю, а саме:

- враховує безперервність інформаційного обміну в молодіжному середовищі (молоді люди постійно перебувають у колі своїх ровесників, а професіонали – тимчасово (навчають));
- спирається на особливості розвитку особистості підлітка (молоді люди розуміють одне одного, використовуючи невербальні та вербальні засоби спілкування, а дорослий має вивчити молодіжний “сленг”; молоді люди знають цінності та вимоги своєї соціальної групи, а дорослий має познайомитися з ними) ;
- дає змогу не „повчати” підлітків (пряма дидактика формування уявлень про здоровий спосіб життя не дає позитивних результатів), а надавати достовірну інформацію, враховуючи вікову мотивацію стосовно збереження власного здоров’я (молоді люди розуміють, що означає бути молодим, а дорослі “намагаються зрозуміти”, пригадуючи себе в такому віці; молоді люди мають високий рівень довіри одне до одного, а дорослі мають створити умови для довіри).

Соціально-педагогічна технологія „рівний – рівному” як сукупність низки послідовних дій, спрямованих на досягнення результату, базується на принципах: добровільності, позитивності, відповідальності, “навчаючи – вчуся”, партнерського спілкування.

Принцип добровільності передбачає вільний вибір учасниками (як спеціалістами, так і звичайними молодими людьми) своєї участі в навчанні та проведенні подальшої просвітницької роботи в сфері сприяння здоров’ю.

Принцип позитивності передбачає, що „інформаційне послання” у просвітницькій діяльності щодо сприяння здоров’ю має базуватися на таких концептуальних положеннях: здоров’я – найвища цінність, життя може і повинно приносити задоволення, і особистість мусить максимально скористатися наданими можливостями заради досягнення благополуччя в усіх сферах життя.

Принцип відповідальності ґрунтується на тому, що участь підлітків у просвітницькій діяльності вимагає від них прийняття на себе певної відповідальності за кінцеві результати, а також готовності відповідати за власні дії та вчинки.

Принцип „навчаючи – вчуся” дозволяє створити умови для того, щоб учасники не тільки отримали необхідну інформацію, а й мали змогу сформувані важливі життєві навички ефективного спілкування, прийняття відповідального рішення, самоконтролю власної поведінки, адаптації до змін у соціальному середовищі.

Принцип партнерського спілкування полягає в тому, що в освітньому процесі та міжособистісному спілкуванні постійно враховуються інтереси, почуття всіх суб’єктів.

Варто зауважити, що саме дотримання принципів та етапів соціально-педагогічної технології „рівний – рівному” є фундаментом досягнення тих цілей, які суспільство і практика соціально-педагогічної діяльності покладає на даний метод.

Впроваджуючи цей метод, слід пам’ятати про певні складнощі або, так звані, слабкі сторони соціально-педагогічної діяльності за методом „рівний – рівному”. Насамперед, це недостатній рівень досвіду, брак інформації у підлітків і можливе перекручення ними інформації аж до невпізнанності. Тому, так важливо дозувати і відбирати інформацію, яку планується подати в середовищі молоді за обраною технологією, проводити підтримувальні семінари для підлітків-інструкторів, а обираючи таких з кола вихованців, залучати тих, хто є так званими «позитивними лідерами» і до думки та авторитету яких прагнуть прислухатись інші.

Література

1. Автономов А.С., Виноградова Т. И., Замятина М.Ф., Хананашвили Н.Л. Социальные технологии межсекторного взаимодействия в современной России: Учебник / Под общей ред. проф. А.С.Автономова. – М.: Фонд НАН, 2003.
 2. Заверико Н.В. Навчання однолітків однолітками: зарубіжний досвід // Наук. записки Вінницького держ. пед. ун-ту ім. М. Коцюбинського, 2000. – Вип. 3. – С. 66-70.
 3. Зимівець Н.В. „Рівний – рівному” як соціально-педагогічна технологія формування здорового способу життя підлітків // Проблеми педагогічних технологій. – Луцьк, 2002. – Вип. 2. – С.101-108.
 4. Зимівець Н.В. Формування у підлітків відповідального ставлення до здоров'я шляхом впровадження технології „рівний – рівному” // Проблеми педагогічних технологій. – Луцьк, 2004. – Вип. 3- 4.
 5. Зимівець Н.В. Особливості технології ”рівний – рівному” у профілактичній роботі з учнівською молоддю // Наук. вісник Чернівецького ун-ту. – Чернівці, 2005. – С. 60- 64.
 6. Інновації у соціальних службах: Навч.- метод. посібник / Семигіна Т. В., Покладова В.В., Грига І.М. та інші. – К.: Пульсари, 2002. – 168 с.
 7. Міжнародний семінар по оцінці програм «Рівний навчає рівного» у країнах Центральної й Східної Європи, Співдружності Незалежних Держав і Балтійських країнах: Робочі матеріали. – Юрмала, 1999.
 8. Методика освіти „рівний – рівному” / Лещук Н., Зимівець Н., Авельцева Т., та інші. – К.: Міленіум, 2002. – 132 с.
 9. Превентивна робота з молоддю за методом „рівний – рівному”. Навч. посібник / За ред. І.Д. Звереві. – К. Навчальна книга, 2002. –256 с.
 10. Робочі матеріали до семінару навчання ровесників ровесниками: уроки досвіду // Міжнародна федерація соціальних працівників, Християнський Дитячий Фонд, Українська Асоціація соціальних педагогів і спеціалістів по соціальній роботі. –К., 1999.
 11. Report on a Stocktake in 12 Countris as Part of the joint UNISEF, UNFPA, WHO, UNFIDS/ Workplan for support to peer Education in CEE/CIS and Baltics – 2000/2001. – 60 p.
 12. Hart R. “Children’s Participation”: From Tokenism to Citizenship, UNICEF International Child Development Centre, 1992.
 13. Ясвин В. А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. – М.: Смысл, 2001. – 365 с.
-
-

Тренінг як ефективна форма просвітницької діяльності

Реалії сьогодення поставили перед усіма інституціями, які здійснюють превентивну роботу з молоддю ряд важливих запитань: яким чином здійснювати соціально-педагогічний та соціально-психологічний вплив на молоду людину, аби вона не лише здобувала знання, а й опановувала вміння жити у непростих соціально-економічних умовах. Надзвичайно гостро стоїть і питання про необхідність передачі інформації молоді щодо розуміння свого “Я” у взаємозв’язках з іншими людьми і світом, осмислення власних дій, передбачення наслідків як для інших, так і для власної долі, вміння оцінювати себе як носія певного життєвого досвіду [8].

Варто відмітити, що у сфері превентивної діяльності намітився реальний перехід від так званої “каральної превентивної практики” до охоронно-захистної, яка полягає у медико-психолого-педагогічній підтримці і супроводі цільових груп [11]. На наш погляд сучасна профілактична практика повинна спиратись саме на ціннісно-соціальну модель, розглядаючи здоров’я як фізичне, духовне, емоційне, психологічне, інтелектуальне, екологічне, професійне і соціальне благополуччя. При цьому здоров’я розглядається як джерело благополуччя повсякденного життя, а не як ціль існування. До того ж здоров’я має розумітися як цілісність, складові частини якої взаємозалежні. Все, що трапляється з якоюсь із них, негайно позначиться на всіх інших. Кожна частина має сприйматися в загальному контексті поняття „здоров’я” [7].

Враховуючи вище сказане, виникає принципово нове розуміння **профілактики, як активного поступального процесу створення умов для формування особистих якостей, які підтримують благополуччя.**

Профілактика ставить своєю метою підвищення якості життя, що визначається змістом поняття „здоров’я”.

Такий підхід до профілактики особливо важливий, коли мова йде сферу ВІЛ/СНІД, оскільки ця проблема торкається питань гідності людини, її прав, медично-соціального забезпечення, інформування та виховання, морально-етичних аспектів, політично-соціальних та культурних аспектів тощо.

Все вищезазначене перетворює ВІЛ/СНІД в особливу, майже унікальну соціальну проблему. Досвід успішних превентивних практик у сфері ВІЛ/СНІД показав, що вибудовуючи профілактичні програми, чи то короткотривалої чи довготривалої дії, необхідно дотримуватись певних правил, а саме: заходи у сфері ВІЛ/СНІД повинні:

- 1.бути зорієнтованими на потреби клієнта;
- 2.бути пов’язаними з культурою тих, з ким ведеться робота;
- 3.базуватись на соціальному вченні (тобто стимулювати розвиток та трансформацію особистості);
- 4.стимулювати відповідальність та самопомогу особистості;
- 5.враховувати активну позицію постраждалих;
- 6.носити партнерський характер;
- 7.враховувати стадію епідемії.

Разом з тим, методами наукової діагностики дуже складно встановити чого насправді вартий певний захід та скільки випадків інфікування можна завдяки ньому уникнути, або якою мірою, внаслідок проведення певних заходів покращилась якість життя людей із ВІЛ/СНІД.

Заходи лише тоді можна вважати успішними, якщо вони орієнтуються на потреби цільових груп і надають їм певний вільний соціальний простір.

За такого підходу вимагають перегляду зміст і форми організації даної роботи і її зміст. Серед найбільш популярних форм превентивної роботи останніх років, є безумовно тренінг. Існують різні підходи до розуміння змісту, принципів побудови тренінгового процесу у превентивній роботі. [2,3,9,12].

Варто зазначити, що проведення просвітницької діяльності у формі тренінгу є нетрадиційною і достатньо складною технологічною структурою, при здійсненні якої створюються умови для багаторівневої комунікації між усіма учасниками.

Це відбувається за умов вибудови інформаційно-освітнього процесу в ході тренінгу на основі циклу навчання шляхом конкретного досвіду, розробленого американським дослідником Д.Колбом [11]. Він розглядав процес навчання як послідовну зміну чотирьох фаз:

- конкретного досвіду - передбачається, що ведучий групи створює умови для набуття чи актуалізації конкретного досвіду учасниками на основі існуючого;
- рефлексивного спостереження - створюються умови для аналізу набутого досвіду, обговорення спостережень, пов'язаних з його отриманням;
- абстрактної концептуалізації - відбувається співвідношення власних висновків та умовиводів, зроблених на попередній фазі, з науковими теоріями, які мають відношення до основного змісту навчальної програми. Важливо, щоб ці теорії доповнювали чи по-своєму трактували результати, отримані учасниками;
- активне експериментування - відбувається перевірка на практиці сформульованих гіпотез, використання отриманої раніше інформації.

Водночас, використання циклу Д.Колба дозволяє попередити один із суттєвих недоліків традиційної системи передачі інформації – розриву між теоретичними знаннями та практичною діяльністю.

Стиль проведення та спосіб організації тренінгу має бути зорієнтований на створення сприятливої психологічної атмосфери та поваги до думки кожного учасника.

Одночасно в діяльності групи, яка працює в форматі тренінгу, можна виділити два аспекти: діловий та соціально-психологічний, що тісно пов'язані між собою.

Діловий аспект містить роботу над змістом інформації; виконання учасниками різноманітних завдань практичного характеру; осмислення інформації на основі теоретичного обґрунтування.

Соціально-психологічний аспект включає бажання і страхи учасників; їх почуття й переживання; симпатії й антипатії; атмосферу довіри й недовіри; відчуття безпеки.

В нашій подальшій роботі ми зупинимось на понятті **тренінгу як інтерактивної форми навчання**. Відповідно, спеціаліста, який проводитиме дані заняття ми будемо називати тренером.

В загальному вигляді структура занять налічує три основних елементи [5]:

- Початок
- Основна частина
- Заключна частина

Початок тренінгу включає наступні компоненти:

- Вступ:

1. Визначення умов проведення тренінгу: необхідно наголосити чому присвячене заняття, які питання в ньому розглядатимуться.

2. Визначення актуальності проблеми. Пояснення причин проведення даного тренінгу, його переваги перед іншими.

3. Зацікавлення учасників. Люди охоче вчаться, коли вони зацікавлені. Слід продемонструвати наскільки програма тренінгового заняття цікава, інформація змістовна, корисна і необхідна.

4. Представлення програми тренінгових занять. Частіш за все тренери використовують при представленні програми поняття регламенту – де чітко зафіксовані основні ключові моменти тренінгових занять: час проведення та основні елементи.

5. Розповісти про себе.

6. Познайомити учасників тренінгового курсу. Дана процедура може відбуватись з використанням різноманітних технік знайомства.

7. Зменшення хвилювання учасників групи. Слід надати групі можливість обговорити своє хвилювання, визначити їх очікування, тим самим завоювати їх прихильність.

8. Прийняття правил роботи під час тренінгових занять. Дана частина введення надзвичайно важлива, оскільки зорієнтована на майбутнє і значною мірою визначає ефективність усього тренінгового процесу.

Основна частина обумовлена завданнями та змістом тренінгового курсу. Однак є декілька правил характерних для основної частини тренінгу:

1. Дослідження предмету. Необхідно зібрати усі матеріали та інформацію, яка стосується теми тренінгу. Це надає впевненості тренеру.

2. Розподілення зібраної інформації по темам, які :

- учасники повинні знати;
- учасникам потрібно знати;
- учасники можуть знати.

3. Розподіл часу. Важливий компонент тренінгового курсу. Залежно від основних завдань слід чітко визначити час на висвітлення тих питань які учасники повинні знати.

4. Організація матеріалу (див. Характеристику основних методів тренінгу)

Заключна частина – це можливість:

- дати відповіді на питання, які в ході основної частини були не достатньо висвітлені;
- визначити наскільки учасники групи результативно засвоїли запропонований матеріал та інформацію (теоретичний матеріал, практичні навички)
- визначити чи справдились очікування учасників групи;
- визначити перспективи застосування отриманих знань та вмінь в реальному житті учасників.

Важливо, щоб учасники групи, які пройшли навчання за програмою тренінгу, закінчили роботу з високою мотивацією до подальшої діяльності та почуттям впевненості в собі.

Структура соціально-просвітницького тренінгу налічує вище перераховані структурні елементи. Однак об'ємне співвідношення цих елементів може бути різним. Це залежить від:

- мети тренінгу;
- цільової групи;
- тривалості тренінгу;
- рівня підготовленості групи.

Розглянемо ці елементи умовно виділивши основні етапи [14].

№ п/п	Назва етапу	Необхідна кількість часу	Характеристика етапу
1.	Введення	5% часу	презентація мети та завдань тренінгу
2.	Знайомство	5% часу	взаємпрезентація ведучого та учасників тренінгу – відбувається за традиційною для тренінгів схемою
3.	Прийняття правил роботи групи	5% часу	своєрідне народження групи, де виробляються спільні норми для ефективної взаємодії

№ п/п	Назва етапу	Необхідна кількість часу	Характеристика етапу
4.	Очікування учасників	3% часу	традиційний обмін очікуваннями від тренінгу. Для тренера важливо враховувати очікування учасників, оскільки від цього залежить ефективність тренінгового процесу
5.	Оцінка рівня інформованості	5-10% часу	своєрідний зріз знань стосовно проблематики тренінгу
6.	Актуалізація проблеми	10-30% часу	важливий елемент тренінгу, оскільки скеровує інтерес до проблеми та формує мотивацію
7.	Інформаційний блок	20-40% часу	являє собою кілька розподілених та логічно завершених частин
8.	Надбання практичних навичок	20-60% часу	спрямований на вироблення в учасників навичок комунікації, прийняття рішень, зміни стратегії поведіння
9.	Завершення роботи. Одержання зворотнього зв'язку	5% часу	своєрідне підведення підсумків тренінгу та оцінка зміни рівня інформованості учасників

Важливий момент на який слід звернути увагу – це **формування тренінгових груп**. При підборі учасників тренінгової групи варто враховувати наступні параметри:

1. Стать.
2. Вік.
3. Освітній рівень.
4. Соціальний статус.
5. переконання та ціннісні орієнтації.
6. Мету участі в групі.

Цілком зрозуміло, що однорідні за своїм складом групи більш згуртовані, психологічна атмосфера комфортна, люди відчувають себе вільно. Однак на думку К. Рудестама [19], головним недоліком гомогенних груп є недостатнє підґрунтя для дискусій. Це призводить до зниження групової динаміки, до відсутності протиріч і конструктивних конфліктів, які іноді є запорукою успішної роботи групи. Напроти, гетерогенний склад групи можна розглядати як моделювання реальних систем стосунків учасників в оточуючому середовищі. Безумовно, значної шкоди ефективному груповому процесу можуть завдати значні розбіжності у віці учасників, в рівні їх освіти, соціальному статусі та життєвих позиціях. Як показує досвід, особливо деструктивно впливають на роботу групи ситуації, коли одна людина значною мірою відрізняється від інших: наприклад, менш ефективними виявляються групи, у складі яких одна жінка, а всі решта чоловіки і навпаки, один чоловік в оточенні жінок. “Чисто жіночі” та “чисто чоловічі” групи мають свою специфіку, пов'язану із статевою ідентифікацією не тільки окремих учасників, але й групи в цілому. Стосовно оптимальної кількості учасників групи, то теоретики і практики тренінгової роботи не дійшли спільної думки. Така різноманітність позицій пов'язана із метою тренінгової групи. Тренінгові групи, які передбачають навчання можуть налічувати і велику кількість учасників. Оптимальною прийнято рахувати групу кількістю дванадцять чоловік. Саме при такій кількості можлива адекватна взаємодія учасників один з одним, а також обумовлено підбором методів роботи в групі, що передбачає роботу у “двійках”, “трійках”, “четвірках”. Не варто також, щоб група налічувала більше вісімнадцяти осіб, оскільки створює проблеми із зворотнім зв'язком.

Однією з основних проблем, які виникають при підготовці тренінгу, - **проблема вибору методу**, за допомогою якого буде передаватись інформація учасникам

групи. Існує велика кількість різноманітних методів, які впливають на процес засвоєння та відтворення інформації [5]. Однак їх вибір залежить від:

- Завдань програми навчання
- Тривалості програми
- Рівня підготовки учасників
- Минулого досвіду
- Необхідного обладнання
- Ступеня між особистісної взаємодії учасників
- Ступеня можливої активності учасників
- Кількості та складу групи

Також слід зазначити, що існує правило, згідно якому тренеру не варто обмежуватись лише одним методом протягом усієї програми навчання. Використання різноманітних технік не тільки сприяє збереженню уваги та працездатності групи, але й відображає реальні життєві ситуації. Найбільш популярними методами, які застосовуються в тренінгових заняттях є:

- Лекція
- Рольова гра
- Метод кейсів (проблемні ситуації)
- Мозковий штурм (брейнстормінг)
- Дискусія

Лекція

Опис

Лекція – це вербальне надання інформації тренером (або іншою особою).

Завдання лектора – донести свої знання до групи. Завдання групи – прийняти та зберегти ці знання. Запорука успішної лекції чи бесіди – стійкий контакт з аудиторією і компетентність в даній сфері.

Таке поєднання не перетворює лекцію в монолог, а замість цього робить її цікавим процесом, в який група з готовністю включається. Для успішного використання цього підходу слід розвивати в собі навички, які необхідні хорошему лектору:

1. Дослідження потреб аудиторії.

Слід визначити границі тієї інформації, які повинна знати група. Зробити це нелегко, як видається на перший погляд. Причина криється в тому, що дуже важко підібрати такий цілісний склад аудиторії, яка має однаковий рівень поінформованості з даного питання. На практиці тренер стикається з тим, що кожен учасник має свої унікальні очікування, установки та потреби. Завдання тренера – знайти ті галузі, де ці інтереси перетинаються, і провести лекцію в такому стилі, який би максимально задовольнив усі вимоги та очікування.

2. Перевірка рівня знань.

Перевірка рівня знань має два елемента, які тренеру слід знати.

По-перше, він повинен оцінити рівень знань в середині групи: учасники – зацікавлені новачки, чи авторитетні в своїй сфері особи. Визначивши ці питання, тренер зможе підібрати матеріал відповідного рівня складності. Якщо цей рівень буде занадто низьким - аудиторія може відреагувати негативно та втратити увагу в подальшому. Якщо ж матеріал буде занадто складним для сприймання – у групи може виникнути почуття невпевненості.

По-друге, тренер повинен врахувати особливості сприймання і розуміння аудиторії. По можливості слід уникати використання жаргонних та професійних виразів. В ситуаціях, коли спеціальні терміни необхідні, слід доступно пояснити їх значення, адже завдання тренінгу – вдосконалення знань групи, а зниження їх самооцінки, викликане тим, що учасники чогось не розуміють. Для покращення сприймання та засвоєння інформації учасниками можна використовувати наступні способи:

- структурування матеріалу. Простий спосіб структурування інформації – розділити матеріал на три блоки:

- початок (введення);
- основна частина;
- заключна частина

Початок (введення) повинен мати наступну інформацію:

- мету;
- важливість теми матеріалу;
- переваги, які отримають учасники після завершення лекції або бесіди;
- визначення робочих понять;
- передумови та історію питання.

Основна частина включає:

- ключові моменти інформації.

Заключна частина повинна налічувати:

- огляд попереднього матеріалу;
- повторення основних питань лекції чи бесіди;
- підведення підсумків, яке поєднує минулу інформацію та майбутню діяльність групи.

Поради та методи застосування

Так як і лекція і бесіда передбачають пасивну участь, необхідно використовувати в своїй практиці такі методи, які б давали групі максимальну можливість включення в процес навчання.

1. Матеріал.

Особливо необхідно враховувати природу та порядок надання інформації. Якщо необхідно, щоб аудиторія сприймала матеріал, він повинен стимулювати мислення та мотивувати до діяльності. Малоімовірно, що перераховування фактів викличе жвавий інтерес. Більш динамічний підхід – відібрати матеріал, який буде зацікавлювати та надихати групу. Відображаючи цей принцип структура лекції або бесіди може мати такий вигляд:

Введення (несподіване/незвичайне)

Цитата/маловідомий факт

Факт

Приклад з життя/анекдот

Факт

Надихаючий висновок

2. Легкість запам'ятовування

Додаткова перевага відібраної інформації полягає в тому, що цікавий матеріал викликає реакцію групи.

3. Динамічність викладу

Робити слід акцент на позитивних моментах, а не на негативних. Інформація повинна інтригувати аудиторію. Такі фрази як:

“Є ще одне цікаве питання...”

“Я впевнений, що багатьох з вас зацікавить...”

“Одне із самих цікавих відкриттів...” дають групі відчуття, що лектор ділиться з нею цінним досвідом.

В той же час вирази, подібні наступним:

“Я не вважаю...”

“Якщо б ви були б здатні...” можуть сприяти відчуженню групи і створювати відчуття ігнорування її знаннями та досвідом.

4. Використання запитань.

Одним із самих простих і разом з тим ефективних способів, які привертають увагу групи є застосування риторичних запитань. Приклади таких запитань:

“Хто з вас не стикався...”

“Чи хотіли б ви...”, які стимулюють процес групового мислення, і реакція на них з’являється навіть в тих випадках, коли відсутні безпосередні умови для їх вираження.

5. Візуальна підтримка.

І, нарешті, ще один спосіб для підвищення інтересу аудиторії – це супровід ключових моментів повідомлення різноманітними ілюстраціями. Використання слайдів, надписів, фліп-чарту є додатковим стимулом, який викликає зорову реакцію.

Рольова гра.

Опис

Рольова гра – спосіб розширення досвіду учасників тренінгу шляхом несподіваної ситуації. В якій пропонується прийняти позицію (роль) когось із учасників і потім напрацювати спосіб, який дозволить привести цю ситуацію до логічного завершення (гра).

Підхід

Для того, щоб отримати максимальну користь від рольової гри, запропоновані ситуації повинні бути максимально наближеними до реального життя. Інструкція до рольової гри повинна бути детально описувати усі аспекти ситуації. Разом з тим, вона не повинна ставити жорстких умов, які б створювали перешкоди учасникам групи виразити своє ставлення до стосовно того, як потрібно діяти в даній ситуації. Завдання рольової гри – створення моделей поведінки, характерних для повсякденного життя та для цілком реальних осіб. Слід підкреслити, що саме поведінка, а не вияв творчих здібностей та талантів учасників є основою для подальшої дискусії. Ті учасники групи, які не приймають безпосередньої участі у розігруванні ситуації, беруть на себе функції спостерігачів.

Поради

1. Детальна розробка плану.

Правильне проведення рольової гри приносить неоціненну користь учасникам. Подібні вправи слід використовувати в середині тренінгових занять, коли група здатна подолати опір, який характерний для початку тренінгу.

2. Використовувати рольові ігри слід коректно.

Ефективність рольової гри обумовлена її життєвістю та новизною переживань. Якщо використовувати рольові ігри без вагомих на то причин їх ефект буде зведено нанівець.

3. Творчість – основа рольової гри.

Тренінгові заняття краще будувати тикам чином, щоб наступним елементом після теоретичного матеріалу була рольова гра, яка на практиці закріплює основні теоретичні принципи.

Переваги рольових ігор

1. Отриманий досвід зберігається довгий час.

“Навчання через дію” – один із самих ефективних способів навчіння та отримання досвіду. Власні переживання запам’ятовуються та зберігаються протягом тривалого часу.

2. Задоволення.

У більшості випадків рольова гра передбачає порівняно безболісний та приємний спосіб отримання знань та навичок.

3. Розуміння того, як поведуть себе інші.

Рольова гра дає розуміння того, як відчують себе інші люди, стикаючись з певними ситуаціями. Це розуміння може стати цінним досвідом навчання: може розвивати вміння оцінювати передумови поведінки інших.

4. Безпечні умови.

Рольова гра надає можливість учасникам засвоїти та закріпити різноманітні моделі поведінки. Перевагою проведення рольових ігор в режимі тренінгового заняття слугує саме середовище.

Недоліки рольових ігор

1. Штучність.

Успішність рольової гри цілком залежить від умов проведення: якщо група відчує, що сценарій гри нереалістичний по своїй суті та не враховує деталей практичної діяльності, цінність гри буде втрачена і її мета не буде досягнута.

2. Легковажне ставлення зі сторони учасників.

Якщо мета вправи не має ґрунтовних пояснень і зроблений акцент на вадливості демонстрації поведінки (а не акторських здібностей), існує небезпека, що рольова гра буде сприйматись як забава.

3. Елемент ризику.

Гра буде результативною тоді, коли група буде готова до її реалізації. Якщо член групи боїтимуться “втратити обличчя”, приймаючи участь в грі, емоційно не підготовлені, використання даного методу буде неефективним. Той факт, що виконання вправи контролюється, лише посилює напругу. Рольову гру слід використовувати лише тоді, коли група справилась зі своєю тривожністю і відчуває, що її самооцінці ніщо не загрожує.

Метод кейсів (проблемні ситуації)

Опис

Використання методу кейсів в якості засобів навчання в тренінгових заняттях став достатньо популярним. У більшості випадків, при його використанні учасникам надається можливість знайомства із набором обставин, в сонові яких лежать реальні чи уявні ситуації.

Підхід

Існує три основних варіанта застосування методу кейсів:

1. Діагностика проблеми
2. Діагностика однієї чи кількох проблем та напрацювання учасниками шляхів їх вирішення.
3. Оцінка учасниками існуючих дій стосовно вирішення проблеми та її наслідків.

У кожному із наведених варіантів навчання відбувається через викладення інформації у вигляді проблеми чи серії проблем. Ця інформація може бути викладена у документальній формі – заздалегідь підготовлена форма або за допомогою вербальних та візуальних засобів (таких, як відео і/чи показ слайдів). В кінці вправи група представляє свої наробки, які можуть стати підґрунтям для дискусії.

Поради та методи

1. Підбір матеріалу.

Матеріал повинен бути підібраний таким чином, щоб відображав проблеми з якими учасники можуть стикнутись в реальному житті. Він повинен налічувати таку кількість інформації та деталей, щоб група в своєму розпорядженні мала усі необхідні дані, однак і не була перенавантажена.

2. Наявність альтернатив.

Ситуація навколо якої відбувається обговорення повинна бути достатньо різноманітною і налічувати декілька елементів вирішення. Ні в якому разі вона не повинна однозначно трактованою.

3. Кількісний склад учасників.

Ефективність застосування даного методу цілком залежить від кількості учасників групи. Якщо група достатньо велика є зміст використовувати декілька варіантів проблемних ситуацій. Або використовувати елемент змагання, запропонувавши учасникам кожної групи спробувати вирішити ситуація раніше суперників.

Переваги методу кейсів

1. Реалізм

Використання даного методу значною мірою доповнить теоретичні аспекти проблеми.

2. Зниження тиску.

Метод кейсів дає унікальну можливість вивчити складні чи емоційно значущі питання в безпечній атмосфері тренінгу а не в реальному житті, з реальними загрозами та ризиком у випадку невірної рішення.

3. Активна взаємодія.

Комунікативна природа методу надає можливість швидкої, але достатньо важливої оцінки, обговорюваних питань та запропонованих рішень.

Недоліки методу кейсів

1. Виникнення міфів.

Здатність виявляти, аналізувати та прораховувати кожний крок, який наблизить вирішення проблеми, є одним із переваг методу кейсів та в той же час є одним із його недоліків та обмежень. Навряд чи при зіткненні із аналогічною ситуацією в реальному житті учасник зможе швидко пригадати отриманий досвід. Це слід пояснити групі, щоб уникнути можливих розчарувань в подальшому.

2. Відсутність висновків.

Так як часові обмеження не дозволяють групі напрацювати об'єктивні шляхи вирішення та практичні рекомендації, що вірогідно може спричинити загальне почуття незадоволення.

3. Правдивість.

Вправа повинна бути побудована таким чином, щоб учасники могли ідентифікувати себе із запропонованими проблемними ситуаціями та шляхами їх вирішення. Підбір ситуацій повинен бути спрямований на відпрацювання таких елементів поведінки в умовах таких установок та обмежень, які властиві реальності.

Мозковий штурм (брейнстормінг)

Опис

Мозковий штурм є найбільш вільною формою дискусії. Його головна функція – генерування ідей, але ні в якому разі не аналіз та обговорення запропонованих учасниками рішень.

Підхід

Успіх мозкового штурму залежить від двох головних принципів. Перший з них спирається на теорію синергетики: група може напрацювати при спільній роботі ідей вищого класу ніж при індивідуальній роботі тих самих учасників. Це відбувається в силу групової взаємодії та осмислення. Наступний постулат спирається на креативність мислення на момент генерації ідей. Креативність мислення проходить три стадії:

- генерація ідей;
- оцінка та аналіз цієї ідей;
- застосування ідей до конкретної ситуації.

Креативність мислення проявляється саме тоді, коли оцінки висловлюються лише після того, як запропоновані усі можливі варіанти рішень. Таким чином можна виділити шість основних правил проведення мозкового штурму:

1. Відсутність критики.

Вільний потік ідей можливий за умов відсутності страху бути критично оціненим. Оскільки критика в даному випадку може розцінюватись як неприйняття не стільки ідей скільки особи, яка цю ідею висуває. Також не варто показувати, що ідея не має цінності, ігноруючи при цьому вклад у спільну справу будь-кого чи демонструючи це невербальними засобами.

2. Заохочення ідей.

Тренер повинен зробити акцент на кількості пропозицій, а не на їх якості, оскільки на стадії оцінки у кожного з'явиться можливість висловитись стосовно тієї чи іншої пропозиції.

3. Рівноправність учасників.

Найкращий спосіб уникнути домінування одного чи кількох членів групи – встановити схему, коли учасники висловлюють свої думки по черзі. Ця процедура може призвести до затримки процесу, зробивши його більш формалізованим, однак це компенсується за рахунок включення в роботу усіх учасників.

4. Свобода асоціацій.

Щоб отримати оптимальну кількість пропозицій не слід накладати обмеження на процес висловлювань. Будь-яка ідея варта розгляду.

5. Запис усіх ідей.

Письмове фіксування ідей та пропозицій надихає учасників на подальші роздуми.

6. Час для осмислення.

Як тільки усі ідеї та пропозиції будуть висловлені, слід груп дати час для осмислення, аналізу та пошуку альтернативних підходів.

Переваги мозкового штурму

1. Заохочення до креативного мислення.

Мозковий штурм є одним із небагатьох способів генерації ідей з використанням структурованої процедури. Адже саме існування правил брейнстормінгу слугує причиною його високої ефективності.

2. Вихід за межі стандартного мислення.

В процесі колективної роботи зменшується шанс обминати продуктивну ідею.

3. Простота.

Мозковий штурм – це метод, який легко зрозуміти та застосовувати. Він не вимагає високотехнологічного обладнання чи довготривалої підготовки. Одночасно його результати можна швидко оцінити.

Недоліки мозкового штурму

1. Висока ступінь залучення учасників. Брейнстормінг спрацює лише тоді, коли учасники спроможні висловити пропозиції, які стануть доробком усієї групи.

2. Неповнота процесу.

Реальні переваги ідей та пропозицій, які учасники висловлюють в ході мозкового штурму можуть бути оцінені лише за межами навчальної аудиторії.

Дискусія

Опис

Вільний вербальний обмін знаннями, ідеями чи думками між тренером та учасниками групи.

Підхід

Дискусія як метод тренінгу, має тенденцію обмежуватись одним питанням чи темою, та будується в певній послідовності. Дискусія у багатьох випадках зачіпає емоційну сферу учасників групи, однак вона не повинна перетворюватись у гарячу суперечку. Важливим елементом дискусії є демонстрація своїх поглядів на те чи інше питання, повністю виключається в ході дискусії можливість перебивати одне одного: говорить один – решта слухають.

Поради та методи

1. Розподіл часу та підготовка оскільки наявність системного підходу суттєво відрізняє дискусію від простої бесіди, незмінним правилом є виділення достатнього часу для обговорення. Часові рамки повинні обговорюватись до початку дискусії. Це гарантує жвавість проходження процесу та досягнення необхідних висновків.

2. Планування.

Неможливо заздалегідь запланувати усі аспекти дискусії, але можна підготувати приблизний ескіз теми. Він повинен:

- знайомити з темою;
- встановлювати межі дискусії;
- демонструвати мету дискусії;
- налічувати ряд основних питань, які контролюють хід дискусії та забезпечують її спрямованість і стимуляцію у випадку, коли активність учасників буде згасати.

3. Створення відповідного середовища.

Найкраще дискусія проходить у дружній атмосфері, вільній від обмежень.

4. Функції тренера.

Роль тренера при проведенні дискусії найбільш наближена до ролі посередника. Він слідкує за активністю учасників. В кінці дискусії він узагальнює основні пункти, висловлені групою, та підсумовує усі досягнуті висновки.

Переваги дискусії

1. Демонстрація розуміння.

Дискусія забезпечує умови згідно яких досягається розуміння теми, яка обговорюється. Вона надає учасникам можливість перевірити свої судження і установки, стосовно винесених на обговорення питань.

2. Активна передача знань.

У випадках, коли обговорюваний матеріал йде в розріз з основними установками окремих учасників групи, коли виникають неоднозначні трактування тієї чи іншої теми – дискусія найкращий шлях передачі знань.

3. Активна взаємодія.

При правильній організації та дотриманні правил проведення, потенційно дискусія передбачає високий рівень залучення учасників.

Недоліки дискусії

1. Відхилення від теми.

Найбільша небезпека, яка криється під час застосування даного методу – це відхилення від задекларованої теми. Утримувати групи в необхідному руслі, дозволить періодичне повторення предмету, теми та мети дискусії.

2. Сильна залежність від групи.

Якість дискусії в значній мірі визначається глибиною знань, і досвіду учасників. Саме тому слід при підборі учасників тренінгу слід враховувати рівень здібностей, знань та досвіду.

На нашу думку, варто зупинитись ще на одній важливій характеристиці тренінгу – оцінці його ефективності у просвітницькій діяльності. Тренінг – це достатньо інтенсивний та водночас короткотривалий процес. З цього приводу постає цілком закономірне запитання: наскільки під час тренінгу реально претендувати на формування вмінь та розвиток ціннісних установок. Дійсно, під час короткотривалої освітньої практики, особливо в умовах просвітницької діяльності, практично неможливо сформувати складні особистісні, соціальні та інтелектуальні навички та розвинути (змінити) важливі ціннісні установки. Але все ж тренінг, дозволяє зробити значні кроки в цьому напрямку. Адже тренінг – це сильний імпульс для вивчення, просування, зміни сприймання і як результат – зміни усвідомлення певної теми, проблеми, явища. Водночас, практичне використання в реальному житті отриманого під час тренінгу досвіду залежить від самого учасника, його мотивації, продовження роботи із змістом тренінгу після його завершення.

Література

1. Cenin M. Podstawy teoretyczne stosownych mrtod treningu psychologicznego // Acta Bratisl. Pr. Psychol. 1990. №22.p. 35-64 с.
 2. Безпалько О.В. Тренінг як інноваційна форма соціально-педагогічної роботи // Соціальна педагогіка: теорія і практика. 2004 - №1. – С.22-28.
 3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники.- М., 2000.- 224 с.
 4. Гудионис Г. Книга игр по интерактивному воспитанию. – Бад Гейлброн: 1992. (на нем. языке).
 5. Дэвид Ли Практика группового тренинга. – СПб., 2001. – 224 с.
 6. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. – Л., 1985.
 7. Зимівець Н.В. Збереження та зміцнення репродуктивного здоров'я підлітків та молоді: потенціал громади: Метод. матеріали до тренінгу / За заг. ред. Г.М. Лактіонової. – К., 2004.
 8. Зимівець Н.В. Формування у підлітків відповідального ставлення до здоров'я шляхом впровадження технології “рівний - рівному” // Проблеми педагогічних технологій. – 2004. - №3-4. – С. 54 - 59.
 9. Инновационные методы обучения в гражданском образовании / Величко В.В., Карпиевич Д.В. и др. – Мн., 2001. – 168 с.
 10. Кей Торн, Дэвид Маккей Тренинг настольная книга тренера. – СПб., 2001. – 208.
 11. Кларин М.В. Инновации в мировой педагогике: обучение на основе исследования, игры, дискуссии (анализ зарубежного опыта). - Рига, 1995.
 12. Ковалев Г.А. Основные направления использования активного социального обучения в странах Запада // Психологический журнал. 1989. №1.Т.10-127-136.
 13. Кристофер Э., Смит Л. Тренинг лидерства. – СПб., 2001. – 320 с.
 14. Лещук Н.О., Зимівель Н.В. та ін. Методика освіти “рівний рівному”. - К., 2002.-132.
 15. Методичні рекомендації по проведенню тренінг-курсу для підлітків з питань просвітницької роботи щодо здорового способу життя. - К., 2002.- 48 с.
 16. Петровская Л.А. Теоретические и методические вопросы социально-психологического тренинга. – М., 1982. – 208 с.
 17. Превентивна робота з молоддю за методом “рівний - рівному”. Навч. посібник / За ред І.Д. Зверевої. – К., 2002.
 18. Пругченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. – М., 2001.- 640.
 19. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. – М., 1993. – 368 с.
 20. Ситников А.П. Акмеологический тренинг: Теория. Методика. Психотехнологии. М., 1996. – 428 с.
 21. Титаренко Т.М. Специфіка настанов молоді на здоровий спосіб життя // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. - №6. – С. 65 - 68.
 22. Хрящева Н.Ю. Психогимнастика в тренинге. СПб., 1999. – 256 с.
-
-

Петрович Валерій Степанович,
кандидат пед. наук, доцент кафедри
соціальної педагогіки Волинського
державного університету ім. Л.Українки,
Закусило Оксана Юріївна, заступник
голови МГО "Волонтерський клуб міста
Луцька", консультант ХДФ.

Практичні поради із організації та проведення просвітницького профілактичного тренінгу

У цій статті читач знайде відповіді на ряд питань, які постають як перед досвідченим тренером, так і перед початківцем. Отже, спираючись на тривалий досвід впровадження профілактичних програм та проведення просвітницьких тренінгів, виходячи з цього, вважаємо за доцільне розглянути наступні питання:

- I. Що таке тренінг?
- II. У чому специфіка просвітницько-профілактичного тренінгу?
- III. Для кого призначений тренінг?
- IV. Якими є умови ефективного тренінгу?
- V. Про що варто пам'ятати під час тренінгу?
- VI. Як вести записи під час тренінгу?
- VII. Яких етичних правил слід дотримуватись під час тренінгу?
- VIII. Який розмір групи найбільш оптимальний?
- IX. За яких умов навчання учасників є ефективним?
- X. Що повинен знати і вміти тренер?
- XI. Як ефективно донести інформацію?
- XII. Якими діловими якостями має володіти тренер?
- XIII. Які психологічні основи групового процесу?
- XIV. Як використовувати проблемні ситуації для розвитку групи?
- XV. Які бувають методи роботи з групою і які з них найбільш ефективні?
- XVI. Як ставити запитання та проводити обговорення?
- XVII. Як утворювати малі групи?
- XVIII. Яким чином можна поживавити роботу на тренінгу?
- XIX. Якою може бути структура тренінгу?

I. Що таке тренінг?

Термін «**тренінг**» походить від англійського «*to train*» – навчати, тренувати. Тренінг – дуже захоплюючий процес! Людина, що хоча б раз у житті брала участь у тренінгу, запам'ятовує цю подію надовго. Тренінг – це, перш за все, навчання, яке спирається на досвід людини, а також передбачає, що присутні на тренінгу люди, крім отримання нової інформації, мають можливість одразу ж використовувати її на практиці, виробляючи нові навички. Тренінгова форма навчання розвиває здатність людини до пошуку нових знань, до творчості.

У широкому значенні **тренінг** це:

- пізнання себе і навколишнього світу;
- зміна «Я» через спілкування;
- спілкування в довірчій атмосфері і неформальній обстановці;
- ефективна форма роботи для засвоєння знань;
- інструмент для формування вмінь і навичок.

Специфічні риси тренінгу:

—дотримання певних принципів групової роботи;
—наявність більш-менш постійної групи (переважно від 15 до 20 осіб), що періодично збираються на зустрічі чи працюють безперервно протягом декількох днів;
—певна просторова організація (частіше за все – робота у зручному ізольованому приміщенні, де учасники переважну частину часу сидять у колі);
—використання активних та інтерактивних методів роботи;
—об’єктивація суб’єктивних почуттів, емоцій, думок, знань учасників групи стосовно подій, які відбуваються в групі, вербалізована рефлексія.

Як форма навчання тренінг характеризується *п’ятьма наступними ознаками*:

- 1) підвищена активність учасників;
- 2) ігровий характер;
- 3) навчальна спрямованість;
- 4) систематична рефлексія;
- 5) групова форма проведення.

Перераховані ознаки одночасно є і стратегічними принципами організації та проведення тренінгу як форми профілактики.

Загальний *принцип активності* передбачає інтенсивну участь у тренінговому процесі всіх його учасників.

У відповідності з *ігровим характером* у тренінгах імітуються реальні життєві ситуації, де демонструються позитивні і негативні форми поведінки. Останні в умовах гри не призводять до катастрофічних для учасників наслідків, але дають досвід відповідних переживань і навичок виходу з кризових ситуацій, що спровоковані такою поведінкою.

Навчальна спрямованість тренінгів, як їхня принципова характеристика, виражається, в першу чергу, в передачі та засвоєнні нових знань, умінь та навичок. Джерелами цього комплексу ЗУН виступають: спеціаліст, який проводить тренінг, партнери по спілкуванню та тренінгові ситуації. Але тут ще раз треба нагадати, що учасники не „отримують” цей комплекс, а самі „приходять” до нього в силу своєї активності.

Для тренінгу як методу навчання характерним є *принцип новизни*, що передбачає використання різноманітних та оригінальних завдань та вправ, регулярну зміну безпосередніх партнерів, програвання різних ролей, потрапляння в неординарні ситуації тощо. Ці заходи стимулюють пізнавальний інтерес, підтримують необхідний емоційний тонус учасників, перешкоджають розвитку монотонії та втомленості, сприяють прояву активності.

Важливим навчаючим фактором тренінгів є принцип об’єктивізації поведінки, або принцип *зворотнього зв’язку*, який є наслідком не лише їх навчаючого характеру, але й вимоги систематичної рефлексії. Інформація, що отримується учасниками та тренером під час зворотнього зв’язку, дозволяє кожному з них коректувати свою поведінку і стосунки у групі, у відповідності з метою та завданнями тренінгу (групи, кожного учасника).

П’ятий основоположний принцип тренінгу – *групова форма* його проведення. Наявність у групі взаємовпливів (горизонтальних зв’язків) визначає і підвищену активність, і взаємне навчання, і рефлексію з усіма виникаючими з них наслідками.

Тренінгова форма навчання базується на *партисипаторному підході*, тобто на методиці участі. Це означає, що вся група є активною учасницею процесу навчання, тому люди можуть обмінятися між собою своїми знаннями та проблемами, а також разом шукати оптимальне рішення. Цей підхід базується на вірі в те, що люди ефективніше вчаться, коли цінується їхнє власне знання та спроможність щось зробити, коли вони здатні поділитися та проаналізувати власний досвід. Важливою перевагою методики є те, що вона дає унікальну можливість вивчити складні або емоційно значущі питання у безпечній обстановці тренінгу, а не у реальному житті, з його ризиком та загрозами.

Людина засвоює інформацію швидше, якщо навчання проходить *інтерактивно* – коли вона має можливість одночасно з отриманням інформації обговорювати незрозумілі моменти, задавати питання, відразу закріплювати отримані знання, формувати навички поведінки. Такий метод залучає учасників у процес, а сам процес навчання стає легшим і цікавішим.

Набуття власного досвіду є основою процесу пізнання під час тренінгу.

Ключові елементи організації тренінгу:

—Ідеальна кількість учасників групи – близько 15 осіб, але може коливатись від 10 до 20 учасників. При значному збільшенні групи затягуються всі вправи; при значному зменшенні – не створюється належна атмосфера.

—Проведення тренінгу розраховане на команду тренерів, або, як їх інколи називають, фасилітаторів (з *англ. facilitator*), тобто осіб, які полегшують роботу і спілкування. Їхня прийнятна кількість – три, однак може бути і дві, і чотири особи. В умовах притулку для неповнолітніх чи виховної колонії нерідко доводиться проводити заняття поодиноці. Це набагато складніше для тренера, оскільки може зашкодити динамічності проведення тренінгу й створити перевантаження для самого тренера.

—Тренінг сплановано таким чином, що його важливі заходи забезпечують динаміку функціонування групи та потрібний баланс.

—Основні правила: з ними знайомлять під час першого заняття. Вони чіткі та подані в письмовому вигляді. Всі дотримуються групових норм поведінки. Належна поведінка очікується від кожного учасника. Коли важко дотримуватися правил, їх можна переглянути й обговорити.

—Очікування: оскільки емпіричний стиль тренінгових занять є дещо незвичним, дуже важливо, щоб учасники усвідомлювали, чого очікувати від занять, і мали можливість із самого початку висловити свої особисті сподівання й отримати відповіді на запитання. Важливо, щоб учасники погодилися з тим, що необхідно відвідувати всі заняття впродовж усього тренінгового курсу. Істотні відхилення від цієї практики зменшать ефективність тренінгів для всіх.

—Підготовка розкладу – важливе завдання команди тренерів. Розклад розробляється на базі загальної схеми, проте він гнучкий щодо певних вправ, ігор, які використовуються. Складаючи розклад, важливо пам'ятати про потребу групи у створенні атмосфери довіри, а також організувати вправи, які б відповідали динаміці групи. Слід пам'ятати, що спочатку люди прагнуть висловитись з приводу того, що вони очікують від тренінгу, а під кінець їм потрібно поділитися думками з приводу того, що вони дізналися про себе.

—Треба мати “запасні” вправи до теми – короткі й доречні. Це буває потрібно тоді, коли час, призначений для виконання вправи, група використала раніше.

Неформальну обстановку спілкування на тренінгу забезпечує **ведучий (тренер)**. **Тренер** – це не вчитель у традиційному розумінні. Його роль у першу чергу полягає у тому, щоб полегшити процес навчання, бути посередником між новими знаннями, ідеями та групою учасників. Тренерська робота накладає на людину певні зобов'язання, оскільки тренер повинен відповідним чином будувати свої взаємовідносини з людьми під час тренінгу. Він спілкується з учасниками на рівних: він – такий самий, як і всі, він – частина групи. Оскільки рівність і повага між усіма членами групи є обов'язковою умовою ефективного засвоєння нових знань та поглядів. Тренінг повинен формувати у членів групи почуття довіри один до одного, до тренерів, а також до нових ідей і нової інформації. Для кращого сприйняття та засвоєння матеріалу слід створити в групі такий мікроклімат, який заохочував би кожного з присутніх до вільного висловлювання своїх думок, до пошуку відповідей на поставлені питання. Тренер разом із групою встановлює правила роботи. Він веде групу до поставленої мети.

Для успішного розв'язання завдань тренінгу у роботі з дезадаптованими підлітками, тренер повинен:

- володіти необхідною, цікавою і достовірною інформацією;
- мати навички роботи з групою;
- знати основи вікової психології і фізіології;
- вміти працювати з даною аудиторією і знати, як її зацікавити.

Для тренінгу характерне незвичне *розташування учасників в аудиторії* – вони розсаджуються по колу. Це є необхідною умовою таких занять. Тому аудиторія для проведення тренінгу повинна бути просторою, з меблями, що вільно пересуваються. У ній не повинно бути ніяких перешкод (столи, парти, зайві стільці), що відгороджують людей одне від одного. Коло сприяє виникненню довірливої атмосфери, дозволяє учасникам бачити всіх, вільно спілкуватися один з одним і з ведучим. Крім того, перебування в колі асоціюється у свідомості людини з безпекою, почуттям довіри, наявністю інтересу й уваги.

Усі *результати тренінгу* неможливо оцінити відразу після його завершення. Результати можуть проявитися набагато пізніше, коли людина, що пройшла навчання, реалізує отримані знання і навички в реальних життєвих ситуаціях.

Отже, ефективність (успішність) тренінгу повинна оцінюватись як через суб'єктивний, так і через об'єктивний показники. Об'єктивний – це адекватний до цілей і завдань тренінгу результат. Суб'єктивний – задоволеність учасників тренінгом. При цьому мається на увазі задоволеність як процесом, так і результатами тренінгу, причому результатами не стільки в короткотривалій, скільки в довготривалій перспективі.

II. У чому специфіка профілактичного просвітницького тренінгу?

Профілактика – це активний поступальний процес створення умов і формування особистих якостей, які підтримують благополуччя.

Профілактику можна розглядати як особливий вид діяльності, який знаходиться на стику психології, педагогіки, соціології, соціальної роботи, медицини та інформаційних технологій.

Залежно від того, на кого спрямована профілактична робота, тобто, хто є об'єктом її впливу, виділяють первинну, вторинну і третинну профілактику.

Первинна профілактика – комплекс соціальних, просвітницьких і медико-психологічних заходів, спрямованих на формування навичок здорового способу життя та попередження можливих негативних дій відносно *свого* організму (попередження вживання наркотичних речовин і небезпечної статевої поведінки).

Вторинна профілактика – комплекс соціальних, просвітницьких і медико-психологічних заходів, що попереджають формування хвороби та ускладнень, пов'язаних з нездоровим способом життя, вживанням наркотичних речовин у “епізодичних” споживачів, що не виявили ознак хвороби.

Третинна профілактика, або реабілітація – комплекс соціальних, просвітницьких і медико-психологічних заходів, спрямованих на попередження зривів і рецидивів хвороби, сприяючих відновленню особистого та соціального статусу хворого і повернення його у сім'ю, в освітню установу, у трудовий колектив, до суспільно-корисної діяльності.

Існують різноманітні підходи до організації первинної профілактичної роботи з підлітками. Зазвичай описують сім основних підходів, а на практиці використовуються різні їхні поєднання. Основні підходи такі:

- *надання інформації* – найбільш розповсюджений підхід. Його суть у наданні фактичних відомостей про природу, шляхи поширення, наслідки ВІЛ/СНІДу, інформації про наркотичні речовини і наслідки їхнього вживання. Цей підхід припускає, що підвищення рівня знань є ефективним засобом для відмови від наркотиків і ризикованої

статевої поведінки;

- *емоційне навчання* базується на припущенні, що залежність від наркотиків частіше розвивається у людей, які мають труднощі у вираженні власних емоцій. Такі люди низько оцінюються однолітками, а тому здатні за будь-яку ціну увійти до групи і бути нею прийнятими. Зміст програми зводиться до надання допомоги у подоланні “емоційної глухоти та німоти”, підвищення рівня самооцінки людини;

- *апеляція до цінностей і знань* базується на теоріях про зміну поведінки та використовує методи поведінкової терапії. Розробляються програми життєвих навичок, котрі фокусуються на підвищенні у підлітка стійкості до негативних соціальних впливів. Традиційно ці програми охоплюють дві області: інформаційну і соціальну резистентність. Інформаційний компонент полягає у наданні інформації, а соціальний являє собою розробку планів самовдосконалення, навчання стратегіям прийняття рішень, стійкості до впливу інших;

- *виховання протидії* фокусується на прищепленні соціальних навичок: уміння чинити опір впливу однолітків, уміння сказати “Ні!”;

- *надання альтернативи* передбачає необхідність розвитку альтернативних соціальних програм, у яких молоді люди могли б реалізувати прагнення до ризику, пошуку гострих відчуттів, підвищену активність поведінки;

- *вплив соціального середовища й однолітків* ґрунтується на розумінні його важливої ролі у житті підлітка, сприяючи чи перешкоджаючи початку вживання наркотиків. З точки зору цього підходу найважливішим фактором розвитку людини є соціальне середовище як джерело зворотного зв'язку, заохочень і покарань. Найпопулярнішими серед таких програм є тренінги стійкості до соціального тиску однолітків, де підлітки одержують “щеплення” проти впливу засобів масової інформації (наприклад, щодо легальних наркотичних речовин), впливу батьків, що вживають тютюн і алкоголь;

- *зміцнення здоров'я* ґрунтується на поєднанні особистого вибору і соціальної відповідальності за здоров'я, де зміцнення здоров'я є деяким об'єднуючим поняттям і являє собою процес “примирення” людини з навколишнім середовищем. Із цієї позиції здоров'я розглядається як джерело благополучного повсякденного життя, а не як ціль існування. Це – позитивна концепція, що бере за основу соціальні, особистісні та фізичні можливості людини. Важливою складовою цієї концепції є життєва компетентність. Основною діяльністю в рамках програм зміцнення здоров'я є розвиток здорової особистості, що виявляє здоровий життєвий стиль, який впливає не тільки на власне благополуччя, а й сприяє позитивним змінам у середовищі, соціальній і культурній ситуаціях.

На сучасному етапі розвитку профілактичної роботи щодо проблем ВІЛ/СНІД одним з найперспективніших є підхід *зменшення факторів ризику та посилення факторів захисту*. Цей підхід у деякій літературі має назву “*модель факторів ризику і захисту*”.

В основі цієї моделі лежить процес визначення показників (факторів), що впливають на здоров'я людини та вибір нею способу життя, і робота з цими визначеними для певної території на певний час факторами.

Безумовно, у житті людини присутні як фактори ризику, так і фактори захисту. Таким чином, уся робота з профілактики ґрунтується на зниженні активності факторів ризику і підвищенні дієвості захисних факторів.

Одним з дієвих факторів захисту є просвітницька діяльність.

Просвітницька діяльність – активне поширення знань, інформаційна підтримка та позитивний вплив у процесі індивідуального, групового, масового спілкування в умовах навчально-виховного закладу, за місцем проживання, в місцях масових зборів і відпочинку молоді.

Навчання є провідною ланкою просвітницької діяльності. Сутність такого навчання в

тому, щоб отримані знання стали реально діючими мотивами поведінки. Спочатку необхідно надати підлітку достовірну інформацію, а надалі створювати умови переходу цієї інформації в особистий досвід, формувати навички прийняття рішень. Процес навчання прийняття підлітками оптимального рішення складається з кількох стадій:

- 1) всебічний аналіз ризикованої ситуації (факторів ризику);
- 2) всебічний розгляд можливих альтернатив поведінки;
- 3) обдумування варіанту остаточного рішення;
- 4) твердість у здійсненні прийнятого рішення, незважаючи на негативну думку чи тиск оточуючих.

Ефективною формою здійснення просвітницької діяльності є **профілактичні просвітницькі тренінги**.

Загалом, тренінги бувають різних видів: комунікативні, особистісного росту, соціально-педагогічні, **профілактичні просвітницькі** тощо.

Профілактично-просвітницький тренінг розрахований на:

- надання інформації;
- оволодіння знаннями;
- формування умінь, знань і навичок, які сприятимуть усвідомленому вибору варіантів поведінки;
- розвиток установок, усвідомлення потреб і мотивів;
- підготовку фахівців, навчання спеціалістів, які працюють з молоддю у сфері освіти, інформаційних технологій тощо, а також підлітків-інструкторів.

Головна відмінність *просвітницького тренінгу* полягає у тому, що такий тренінг може провести інструктор, який не має спеціальної психологічної (психотерапевтичної) підготовки. Головною умовою є бажання, необхідні знання та уявлення про групову роботу.

На *комунікативному тренінгу* група і груповий процес є інструментом для того, щоб учасники навчилися вільно спілкуватися з різними людьми і в різних колективах.

На тренінгу *особистісного росту* йде робота над глибинними особистісними установками учасників, направлена на духовний ріст і зміну індивідуумів.

Профілактично-просвітницький тренінг теж розвиває комунікативні навички, в процесі його проведення розглядаються проблеми відповідальної поведінки. Але головною функцією такого тренінгу є інформування.

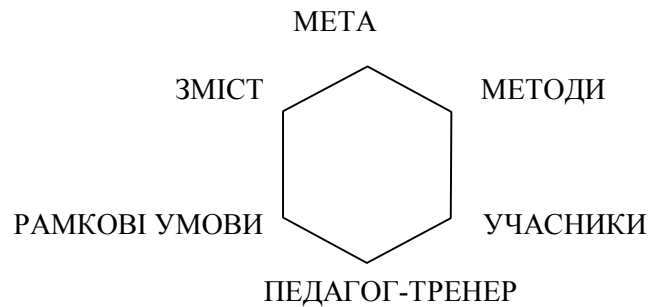
Поради досвідченого тренера:

– на початку свого «тренерського» життя не слід проводити вправи й ігри, що можуть сильно зачепити особистості учасників, призвести до психічних станів, з яких їх важко вивести. Заповідь тренера, як і лікаря – НЕ ЗАШКОДЬ!

З яких компонентів складається профілактичний просвітницький тренінг?

Компонент – складова частина чого-небудь.

Класифікація **компонентів тренінгу** проводиться на основі схеми педагогічної взаємодії (запропонована директором Міждисциплінарного центру дидактики вищої школи Білефельдського університету В.-Д. Веблер). Тренінговий процес реалізується в межах шести основних, тісно пов'язаних між собою компонентів.



1. МЕТА

Метою просвітницького тренінгу є підвищення рівня інформованості щодо проблеми; зміна ставлення до проблеми; формування позитивної мотивації; вироблення та розвиток навичок адаптивної поведінки.

2. УЧАСНИКИ

Визначається цільова група, на яку спрямований тренінг. Саме від цільової групи залежить мета, визначається зміст тренінгу, відповідно до якого підбираються й методи тренінгу.

3. ЗМІСТ

Зміст тренінгу визначається із заявленої мети цільової групи.

4. МЕТОДИ

Метод навчання – це обмежений рамковими умовами спосіб реалізації мети тренінгу через роботу суб'єктів освітньої діяльності (учасників і тренера).

5. РАМКОВІ УМОВИ

При організації, проведенні тренінгу важливе значення мають різні деталі, що прямо не відносяться до визначених елементів шестикутника, однак можуть серйозно вплинути на ефективність навчання, наприклад: стан приміщення, у якому проводиться тренінг, забезпеченість усіма необхідними матеріалами для проведення тренінгу, час початку тренінгу, його тривалість тощо.

6. ТРЕНЕР

Від умінь тренера, його кваліфікації багато в чому залежить успіх тренінгу і подальшої діяльності його учасників.

III. Для кого призначений тренінг?

Цільова група - це виділена за певними параметрами і якостям група людей, на яку спрямована увага різних організацій; їй адресований який-небудь вид діяльності, продукції.

Цільова група може бути обрана за різними критеріями: вік, місце роботи, професія, культурні особливості тощо. Цільовою групою нашого посібника є початкуючий тренер, що буде проводити семінари або тренінги в сфері профілактики ВІЛ/СНІД та пропаганди здорового способу життя серед підлітків. Підлітки і молоді люди 15-18 років - це цільова група для читачів даного посібника.

Чому *підлітки* - цільова група багатьох профілактичних програм? Тому що підліткам властива схильність до ризику і гострих відчуттів, низька стійкість до стресів, страх бути відкинутим і прагнення влитися в групу однолітків. А це може призвести до поведінки, яка є небезпечною для здоров'я. Крім того, особистість підлітка сприйнятлива і швидко засвоює, як гарне, так і погане. Проводячи тренінги для підлітків, ми даємо їм можливість здобувати необхідні знання, уміння і навички для збереження здоров'я, що будуть використовуватися ними протягом усього життя. При роботі з даною віковою групою варто враховувати те, що саме у віці 13-15 років починають відбуватися «зрушення» у фізіології людини.

Що важливо знати про фізіологію підлітка для того, щоб ефективно провести

тренінг?

<i>Фізіологічні зміни, що відбуваються в головному мозку підлітка</i>	<i>Як вони виявляються в поведінці підлітка?</i>	<i>Як це враховувати при проведенні тренінгу?</i>
Скорочується період активності домінуючого центра кори.	Нетривала увага.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Інформаційні блоки роботи не більше 20 хвилин, після чого – ігри, вправи. 2. Плануючи тренінг, підбирати різні методи його проведення: інформаційний блок (необхідний мінімум), бесіди, дискусії, ігри, самостійна робота в мікрогрупах.
Погіршується здатність до диференціювання.	Погіршується розуміння матеріалу, що викладається, і засвоєння інформації.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Використовувати більше яскравих зрозумілих прикладів і фактів. 2. Під час проведення тренінгу постійно перевіряти за допомогою запитань, анкет, ігор, чи правильно учасники зрозуміли ведучого. 3. Неодноразово повторювати складний матеріал, використовуючи різноманітні методи. Наприклад: розповідаючи про права дитини, малювати карту-схему на дошці чи ватмані, проводити відповідну гру, намагатися одержати зворотній зв'язок, видати анкету, щоб перевірити засвоєння інформації.
Збільшується латентний період рефлекторних реакцій.	Сповільнюється реакція. Підліток не відразу відповідає на запитання, починає виконувати завдання.	Не квапити. Враховувати цю особливість при плануванні часу для тренінгу.
Підкіркові процеси виходять з-під контролю кори.	Він погано володіє своїми емоціями. Не може контролювати прояв як позитивних, так і негативних емоцій.	Ставитися до прояву емоції з розумінням. Не оцінювати. Не “заражатися” негативними емоціями. У конфліктних ситуаціях переключати увагу на що-небудь інше. Використовувати цю особливість у якості “емоційного якоря” при засвоєнні інформації.
Послаблюється діяльність другої сигнальної системи.	Мова може бути уповільненою, короткою, стереотипною. У підлітка погане розуміння аудіальної /словесної/ інформації.	Не квапитись. Підказувати необхідні слова. Розповідаючи, використовувати візуальні матеріали, записувати ключові слова, малювати. Розповідати емоційно, з яскравими прикладами.

<i>Психологічні особливості підлітків</i>	<i>Як вони виявляються у поведінці підлітка?</i>	<i>Як це враховувати при проведенні тренінгу?</i>
Чутливість до думки навколишніх з приводу зовнішності, знань, здібностей.	Підлітки стають уразливими. Для них краще нічого не говорити, ніж сказати і помилитися. Вони хочуть виглядати краще за всіх і справляти вигідне враження.	Уникати оцінок, говорити тільки про себе, свої почуття. Приймати підлітків такими, які вони є. Надати можливість висловитися кожному, підтримувати ініціативу.
Реакція емансипації – прагнення вивільнитися з-під контролю, опіки дорослих, зовнішнє бунтарство, демонстративність.	У групі виявляється як опір: учасники можуть демонстративно порушувати правила, голосно обговорювати слова чи вчинки ведучого.	Використовувати демократичний стиль поведінки. Надати учасникам право вільно висловлювати свої думки, говорити про свої почуття.
Потреба в довірливому спілкуванні.	Хочуть, щоб їхню думку поважали. Хочуть бути почутими. Важко переживають, коли їх перебивають не дослухавши.	Спілкуватися з учасниками на рівних, але не допускати панібратства. Звертатися особисто до кожного. Дотримуватись правила конфіденційності і правил групової роботи.
Потреба в спілкуванні і дружбі, страх бути відкинутим. Формування статевого потягу, визначення його направленості.	Часто уникають спілкування зі страху “не сподобатися”. Тому багато хто не може сформувати глибокі міжособистісні стосунки.	Не тільки заохочувати, а й сприяти неформальному спілкуванню між учасниками групи. Підтримувати, підбадьорювати невпевнених у собі. Вводити у план тренінгу дискусії про любов і дружбу, сексуальність.
Прагнення бути прийнятим у своїй соціальній ролі і статусі; потреба бути ідентифікованим з однолітками, що володіють значимими якостями.	Може бути яскраво виражене прагнення до епатажності, прикрашання своїх “подвигів”, як соціально-прийнятних, так і навпаки. Можуть не виражати своїх думок, якщо вони розходяться з думкою групи. Болісно сприймають втрату авторитету в групі.	Розбивати “могутні купки” (наприклад, поділяти групу на пари так, щоб в одній парі виявився учасник “могутньої купки” і учасник, який у неї не входить). Можна дати домашнє завдання, що вимагає взаємодії, можливо, навіть поза групою (наприклад, запропонувати провести соціологічне опитування). Якщо реальні або надумані розходження (соціальний статус, статус підліткової культури, вік тощо) починають заважати роботі, обговорювати цей момент з групою.

Схильність до ризику, гострих відчуттів.	Не вміють адекватно оцінювати свої сили. Не думають про власну безпеку.	Використовувати вправи, спрямовані на відпрацювання навичок адекватного реагування у важких ситуаціях спілкування та в ситуаціях зняття стресу. Демонструвати впевнене, спокійне поведження.
Підпадання під вплив з боку однолітків.	Страх твердо виразити свою думку і виявитися "білою вороною". Можуть не мати своєї думки і не мати навички самостійного прийняття рішення.	Використовувати рольові ігри, спрямовані на вироблення навичок прийняття самостійних рішень і вміння сказати "Ні!", заохочувати бажання учасників групи поділитися отриманою на тренінгу інформацією зі своїми однолітками.
Низька стійкість до стресів.	Можуть діяти нерозважливо, поводитися неадекватно.	Проводити дискусію щодо способів реагування в стресових ситуаціях.

IV. Якими є умови ефективного тренінгу?

Ефективність тренінгових занять заснована на кількох загальних принципах: *підготовленість, ентузіазм, використання простого матеріалу, володіння увагою учасників та учасниць, уникнення зайвих рухів та дій, рівномірний темп, своєчасне завершення*. Сюди слід також віднести забезпечення роздатковими матеріалами, врахування фізіологічних потреб, створення комфорту.

На початку заняття оголосіть *регламент роботи*, передбачте перерви та внесіть їх до програми. Це дозволить усім знати, що в них буде можливість відвідати туалет, зателефонувати тощо.

Щоб тренінг був ефективним і досяг запланованої мети, врахуйте такі умови його успішності:

1. *Будьте підготовленими.* Перед початком заняття або в ході його оцініть, чи підходить матеріал заняття для цієї аудиторії; проаналізуйте, чи знаєте ви зміст достатньою мірою, щоби бути впевненим та енергійним, чи перевіряли ви час, який забирає певна вправа.

Будьте готовими посилити ваші ключові моменти заняття історіями з життя, аналогіями, посиланнями на досвід аудиторії, наочними матеріалами. Перегляньте, чи простими й чіткими є роздаткові матеріали, які ви підготували.

2. *Звертайте увагу на подання матеріалу.* Ви могли вже подавати подібний матеріал на іншому занятті перед іншою аудиторією, однак з цією групою ви працюєте вперше. Будьте енергійним, поширюйте ваш ентузіазм за допомогою голосу, відповідних жестів, ефективного логічного наголосу та гумору.

3. *Залучайте учасників із самого початку заняття.* Не втрачайте їхню увагу ще до того, як почнете, встановіть контакт з аудиторією ще до початку заняття. Змусьте учасників думати, працювати й поділяти ваше захоплення та азарт. Почніть з очікуваних результатів заняття, представлення учасників, інтерактивних видів діяльності, "криголамів", якими з перших хвилин захопитесь ваша аудиторія.

4. *Нейтралізуйте особисті недоліки.* Ви сопите, щоразу вставляєте "ну-у-у" чи "знаєте", ковтаєте закінчення слів? Попросіть друга чи подругу розповісти вам про ваші погані звички, манери, що відволікають увагу від того, що ви хочете сказати. Попрацюйте над подоланням цих недоліків.

5. *подавайте матеріал просто.* Ідіть від знайомого до незнайомого. Поясніть термінологію та складні концепції, перевіряйте, наскільки аудиторія розуміє та сприймає вас. Уникайте перевантаження інформацією. Більшість людей сприймають від 5 до 9 інформаційних сегментів за один раз. Подавайте лише 5 чи 6 нових ідей, концепцій чи фактів і підкріплюйте їх усілякими способами.

У тренінгу повторюватимуться певні вправи чи моменти (знайомство, очікування, обговорення). Варто подумати над синонімічним рядом слів, склавши його заздалегідь, аби, за потребою, замінювати одні слова і словосполучення іншими.

6. *Дотримуйтесь середнього темпу.* Ефективна презентація схожа на керування автомобілем. Вам треба набирати темп і призупинятися, але переважно ви їдете з постійною швидкістю. Надто швидко — втрачаєте аудиторію. Надто повільно — всіх стомлюєте. Використовуйте різноманітний темп ведення тренінгу для оптимальнішого результату.

7. *Дотримуйтесь часових меж.* Якщо ви закінчили вправу завчасно, то учасники не матимуть часу для вивчення теми й формулювання питань. Якщо ж перевищили запланований час, то це призведе до скорочення перерв та зміни плану. Використовуйте годинник або попросіть будь-кого з аудиторії показувати вам час.

8. *Плануйте останні кроки.* Лишіть достатньо часу на тренінгу для того, щоб учасники змогли обговорити свої потреби та спланувати майбутні контакти.

V. Про що варто пам'ятати під час тренінгу?

Складіть для себе пам'ятку або використовуйте подану нижче — це допоможе вам бути організованими протягом усього тренінгу:

- 1) *Бути на робочому місці за 15 хвилин до початку тренінгу.*
- 2) *Дотримуватись методики та регламенту при проведенні вправ.*
- 3) *Повідомляти очікувані результати кожної вправи та ставити запитання на рефлексію після її закінчення.*
- 4) *Під час обговорення вправ уникати обговорення особистих якостей.*
- 5) *Бути позитивними, бути в колі, дякувати за відповідь кожному.*
- 6) *Уміти вийти з ролі та обов'язково виводити з ролей учасників.*
- 7) *Знати всі вправи, бути готовими допомогти або замінити іншого тренера.*

Перед кожною вправою обов'язково поясніть, що робитимуть учасники. Поясніть чітко та коротко. При потребі повторіть завдання декілька разів, але у іншому формулюванні.

Перед початком нової вправи нагадуйте номер сторінки, якщо ви користуєтесь посібником, або покажіть сторінку, яку ви використовуєте як роздатковий матеріал. Тримайте порядок денний весь час перед очима, не закривайте його іншими аркушами — учасникам подобається знати, "де" вони знаходяться.

Якщо виникне потреба в загальному зосередженні всіх, найліпший спосіб — однохвилинне письмове завдання перед початком дискусії чи обговорення, воно прискорює млявих, заспокоює базік та зберігає час.

Щоразу повторюйте вголос те, що було сказано учасниками, коли записуєте на аркуші або на дошці. Це дозволить присутнім знову почути й проаналізувати подану інформацію.

Часу практично завжди не вистачає. Наприкінці заняття тренери не повинні говорити "нам слід було зробити це і це, але часу вже не залишилося".

Не шкодуйте слів заохочення на кшталт "добре", "дякую" тощо. Будьте винахідливими та добрими.

Для досягнення успішних результатів у роботі з вихованцями колоній та притулків варто пам'ятати, що:

— освітній процес для всіх, а не обраних — слід працювати з усіма, навіть "незручними" учасниками;

— особи на занятті розглядаються, насамперед, як члени групи, а не як індивідууми — спонукайте їх до співпраці та взаємонавчання;

— зміни відбуваються в процесі роботи, не чекайте їх відразу та штучно не прискорюйте;

— використовувати різні технології слід по чергово протягом дня чи протягом одного тренінгу — це урізноманітнить роботу групи й дозволить запобігти втомі й появі байдужості.

VI. Як вести записи під час тренінгу?

Записуйте на дошці чи великому аркуші паперу все, що ви подаєте на занятті, і більшість з того, що подають учасники. Віддавайте перевагу великим аркушам паперу — вони допоможуть зберегти напрацьований у групі матеріал. Розвішуйте аркуші на зручній для написання висоті. Прикріпіть на початку заняття кілька запасних аркушів на той випадок, коли вам не вистачить однієї заготовки. Списані аркуші не згортайте, а прикріплюйте одразу після закінчення вправи на стіні ліворуч чи праворуч, щоб у разі потреби можна було повернутися до інформації, занотованій на них. Записи ведіть розбірливо, раціонально використовуйте папір.

Слід зауважити, що коли тренеру доводиться одночасно писати і говорити, то це призводить до того, що група вдивляється в те, що пишеться, і не дуже прислуховується до того, що говориться. Крім того, голос приглушується, коли звернений до дошки, а не до групи. Тому бажано працювати в парі: коли один тренер говорить, то другий записує. Пам'ятайте: написане лише доповнює ваші слова, а не навпаки.

Користуючись для занотовування результатів групової роботи великими аркушами паперу й маркерами, пам'ятайте, що певні кольори доречні в різних ситуаціях. Особливо це стосується червоного й чорного. Червоний — знак підвищеної уваги. Використовуйте його переважно для підкреслювання або виділення вже написаного іншими кольорами. Не використовуйте жовтий. Щодо чорного кольору, то користуйтеся ним лише тоді, коли намагаєтеся більше підсилити увагу до написаного, або тоді, коли те, що ви записуєте, є небажаним, і його варто змінити. Використовуйте альтернативні кольори, коли пишете на аркушах.

VII. Яких етичних правил слід дотримуватись під час тренінгу?

"Чемність нічого не коштує, але дозволяє купити все" — ці слова належать Леді Мері Вортлі Монтегію. Тренер має демонструвати довіру та взаємоповагу, позитивність у словах, очах, рухах, інтонаціях.

Не забувайте, що ваш досвід ще не дає вам права розказувати тільки про себе — не вихваліться власними досягненнями.

Слід допомагати учасникам брати якомога активнішу роль та бути певними щодо правильного розуміння ключових концепцій та ідей заняття. Тренер також має бути готовим адаптувати програму відповідно до потреб та ідей, які виникатимуть у ході заняття. Сповідуйте філософію допомоги в навчанні. Роль тренера швидше полягає в

тому, щоб полегшувати процес навчання, а не власне навчати; допомагайте слухачам, а не працюйте за них.

Пам'ятайте, що більшості учасників буває важко говорити про себе позитивно, тому необов'язково намагатися "розкрити" присутніх відразу й публічно — це розкриття може відбуватися всередині, окрім того, швидкість такого розкриття теж індивідуальна.

Реакція, яка часто зустрічається в різних групах, — мовчазність, недовіра, недостатність висловлювань у голос, тому не варто з цим активно "боротися" — група "визріє" й подолає ці проблеми сама.

Не слід також наполягати на своїй думці, навіть якщо ви бачите, що вся група сприймає твердження в небажаному для вас розумінні. Пам'ятайте, що завданням заняття є не навернення присутніх "до своєї віри", а лише переконливе подання навчальної інформації. Від якості цього подання, від вашої власної толерантності залежить багато — чи повірять вам і захочуть іти за вами.

Намагайтеся робити все, щоб у групі не виникало суперечок під час заняття, а тим більше не залишайте в учасників неприємні відчуття від таких суперечок; будьте готовими реагувати на все, що відбувається в групі.

Під час заняття варто уважніше слідкувати за рівномірним розподілом активності між усіма учасниками, щоби всім було надано рівну можливість участі у вправах, не надавайте переваг комусь із групи, навіть якщо ви їм симпатизуєте — група прагне рівного ставлення до всіх.

Бажано пам'ятати про конфіденційність не лише на занятті, а й у приватних розмовах після заняття. Інколи історії, які розповіли учасники під час заняття, бувають насправді вражаючими. Вони хвилюють слухачів і привертають увагу. Часто хочеться обговорити це із знайомими. Однак, описуючи вправу, ситуацію чи реакцію присутніх, доцільніше сказати "одна учасниця", "один учасник", "дехто з присутніх" тощо.

Якщо ви працюєте вдвох, пам'ятайте, що робота тренерів у парі ґрунтується на взаємоповазі: виявляйте довіру та повагу до свого напарника чи напарниці; заздалегідь домовляйтеся про всі деталі, щоб потім не обговорювати неприємні казуси; відверто говоріть про власні недоліки в роботі під час підведення підсумків дня, не бійтеся спитати поради, гірше — не знати, як діяти.

Дуже важливим для успіху заняття є власний оптимізм тренера. Оптимізм — це мотивація, а його відсутність — антимотивація. Важливо, щоб після заняття, у приватних розмовах чи під час подальших контактів з учасниками ви залишалися вірними прихильниками тих ідей, які озвучували під час тренінгу.

Не бійтеся сміливо визнавати свої помилки, не зупиняйтеся на досягнутому, постійно вдосконалюйте свою майстерність — межі досконалості немає, і ваші кращі заняття ще попереду!

VIII. Який розмір групи найбільш оптимальний?

Все залежить від можливостей тренера, але оптимальною кількістю учасників у групі вважається 14–18 чоловік. Якщо тренінг ведуть два тренери, то група може бути і більшою. 20 чоловік – максимальне число учасників, при якому можливе створення атмосфери довіри. Будь-якій людині простіше довіритися невеликому числу людей. Атмосфера малої групи сприяє більш швидкому зближенню учасників і згуртуванню групи. Якщо ж група учасників перевищує 20 чоловік, то варто продумати програму і вправи таким чином, щоб завдання були груповими, тому що індивідуальні завдання вимагають багато часу, а увага учасників часто розсіюється.

Тренінг як групова форма у порівнянні з індивідуальною має ряд переваг:

— група створює умови „суспільства в мініатюрі”, що відображає зовнішній світ і дозволяє програвати реалістичні ситуації в штучно створеному спілкуванні;

- приховані фактори соціального тиску стають явними в умовах групи і впливають на індивідуальні життєві позиції;
- група надає можливість отримати зворотній зв'язок і підтримку від людей, що мають спільні проблеми чи переживання з конкретним учасником групи;
- у процесі групової взаємодії відбувається прийняття цінностей і потреб інших людей;
- в умовах групи людина відчуває себе прийнятою іншими, користується довірою, оточена турботою і має можливість отримати допомогу. Крім того, член групи сам приймає, довіряє, турбується про інших і допомагає їм;
- ситуація групи може значно полегшити проблеми, що виникають у міжособистісних стосунках; вона надає можливість відчути реакцію на себе і свої вчинки, проекспериментувати різні стилі спілкування з партнерами по групі;
- у групі кожен відчуває себе рівноцінним партнером у спілкуванні чи в будь-якій творчій взаємодії;
- група заохочує кожного учасника в спробі саморозкритися та самовдосконалитися, внаслідок цього зростає впевненість людини в своїх силах;
- гнучкість форм групової роботи робить навчання більш демократичним, придатним для значної кількості людей, що потребують допомоги.

IX. За яких умов навчання на тренінгу є ефективним?

1. *Коли учасники мають мотивацію до навчання:*
 - найважливішим джерелом мотивації є потреби та інтереси учасників;
 - тренер повинен зміцнювати мотивацію учасників моделюванням власної поведінки.
 2. *У приязному комфортному середовищі:*
 - тренер повинен створити відповідний клімат, який заохочував би до взаємодії.
 3. *Коли використовуються методи, які відповідають різним стилям і способам навчання:*
 - тренер повинен пам'ятати, що індивідуальні особливості та відмінності у способах і стилях навчання поглиблюються з віком;
 - необхідно застосовувати різноманітні методи і техніки так, щоб донести ідею до всіх учасників, задовольнивши їхні індивідуальні потреби;
 - звертатися до учасників з аудиторним сприйняттям;
 - писати на плакатах для людей із зоровим сприйняттям;
 - застосовувати ігри для учасників-практиків.
 4. *Коли використовуються їхні знання і вміння:*
 - опиратися на досвід учасників;
 - створити можливість для обміну досвідом;
 - не ставити під сумнів вміння та знання учасників, бо саме так можна викликати опір до нового змісту. Краще вказати на нові ситуації та умови як нагоду до застосування нових методів навчання.
 5. *Коли досягають успіхів:*
 - розробляти завдання з високою ймовірністю досягнення успіху, з мінімальним ризиком поразки;
 - не порівнювати учасників між собою;
 - визнавати, що кожен учасник має свій стиль навчання.
 6. *Коли мають можливість випробувати нові знання на практиці:*
 - “Практика творить майстра” – повторювати це учасникам!
 7. *Коли повністю залучаються у процес навчання:*
 - залучати учасників виступати “акторами”, а не тільки “спостерігачами”;
-

—використовувати різноманітні техніки, і, перш за все, ті, де потрібно проявляти інтелект (розв'язування проблем, випадки з практики), емоції (ігри, рольові ігри, обговорення), фізичний розвиток (ігри-розминки, рухливі ігри, конструкційні проекти).

8. Коли мають достатньо часу на засвоєння нових знань і вмінь.

9. Коли можуть побачити використання набутих знань на практиці:

—питання, які розглядаються на тренінгу, мають бути максимально наближені до реальних потреб учасників.

X. Що повинен знати і вміти тренер?

Вимоги до тренера просвітницько-профілактичного тренінгу:

—володіння інформацією з тематики тренінгу;

—уміння ефективно доносити інформацію.

Чому для тренера важливо володіти інформацією?

Якщо я не володію якою-небудь інформацією, то найбільш обдаровані і талановиті підлітки під час тренінгу радісно повідомлять мені про це. Це трапляється з кожним тренером, навіть з досвідченим, і може стати гарним приводом для особистісного зростання: я буду знати про свої помилки і виправлю їх до наступного тренінгу.

Окрім вищезазначеного, успішний тренер має володіти:

— Розвинутими навичками ефективного спілкування

— Здатністю до планування

— Організаторськими здібностями

— Творчими здібностями

— Умінням захопити аудиторію

— Умінням поставити себе на місце іншого

— Умінням переконувати

— Ораторськими вміннями

— Уміннями вести переговори

— Акторськими здібностями

— Вмінням чітко пояснювати

— Цілеспрямованістю

— Гнучкістю

— Здатністю до навчання

— Знаннями понятійного апарата і предметної області

XI. Як ефективно донести інформацію?

Уміння доносити інформацію містить у собі:

—знання специфіки аудиторії;

—володіння комунікативними навичками;

—навички групової роботи.

Знання специфіки аудиторії

Перед проведенням тренінгу слід ознайомитися з віковими, соціальними, психологічними особливостями потенційних учасників.

Володіння комунікативними навичками

Тренерський мінімум

—Уміння ставитися уважно і з повагою до думки навколишніх. Це послужить стимулом до саморозкриття і самовираження учасників.

—*Уміння уважно вислухати і зрозуміти співрозмовника.* Уміння слухати – дуже цінна якість, що допомагає налаштувати співрозмовника на співпрацю, зацікавити не тільки одну людину, але й групу. Це уміння допомагає в проведенні різних дискусій, спірних обговорень. Якщо ви дасте можливість співрозмовнику висловитися, не перебивши його, і зосередитесь на його словах, то зможете багато чого дізнатися про думки і почуття цієї людини.

—*Уміння спостерігати за кожним учасником і за групою в цілому.* Інформація, отримана таким чином, дуже цінна. Спостерігаючи за учасниками, можна зрозуміти, наскільки їх цікавить те, що відбувається в групі, які відносини складаються в групі, наскільки ефективно діє тренер інше. Це допоможе вчасно змінити що-небудь у своїх діях чи у програмі тренінгу. Щоб добре знати і володіти комунікативними навичками, треба прочитати кілька книг з психології комунікації і відпрацювати навички на тренінгах у якості учасника.

Навички групової роботи

До методів групової роботи, спрямованих на повідомлення інформації і вироблення навичок, відносяться дискусія, «мозковий штурм», рольові ігри, групові вправи. Для ефективного використання всіх цих методів необхідно головне – уміти «вести» групу, організовувати груповий процес. Для того, щоб проводити тренінги, необхідно знати психологічні основи динаміки групової роботи, можливі проблеми при роботі в колі (у групі).

Якщо я покищо чогось не знаю, то я можу отримати інформацію з таких джерел:

- в організаціях, що займаються профілактичною роботою в галузі ВІЛ/СНІД, наркоманії, ІПСШ ;
- у бібліотеці (список літератури, котра рекомендується для опрацювання, поданий у кінці видання);
- у мережі Інтернет;
- на спеціальних навчальних семінарах-тренінгах.

Поради досвідченого тренера:

– *перш ніж починати працювати з групою в ролі ведучого, бажано самому взяти участь у таких заняттях у ролі учасника.*

Коментар: Коли Ви дізнаєтесь про якісь нові факти з засобів масової інформації, то не варто квапитися передавати їх іншим, особливо на тренінгах. Річ у тім, що ЗМІ часто намагаються «приголомшити» яким-небудь сенсаційним повідомленням, не завжди переконавшись в науковій чи практичній обґрунтованості даних, що наводяться. Так, інформація про те, що знайдено чергові «чудодійні» ліки від СНІДу, з'являється кожні 3–6 місяців, але, на жаль, такий засіб поки що не знайдений. Що робити в цій ситуації? Найпростіший спосіб – звернутися до фахівців чи до наукових видань.

Поради досвідченого тренера:

– *якщо я не знаю відповіді на питання учасника тренінгу, то чесно говорю: «Я не знаю...Я не володію цією інформацією...» Але до наступної зустрічі я обов'язково спробую знайти відповідь чи вкажу джерело, до якого учасники можуть звернутися.*

XII. Якими діловими якостями має володіти тренер?

Досвід роботи тренерів з різними групами та за різними темами занять показує, що успішність заходу залежатиме і від того, чи володіє тренер такими діловими якостями та вміннями:

- любить тему тренінгу, відмінно володіє предметом та змістом;
- блискуче виступає перед аудиторією, уміє слухати інших;

- надає учасникам можливість навчатися через участь і дію;
- легко адаптується до мінливих потреб групи, виявляє гнучкість;
- експериментує з новими ідеями;
- швидко навчається, учить на власних помилках;
- любить допомагати іншим у навчанні;
- уміє давати чіткі інструкції;
- працює над створенням атмосфери відкритості й довіри в групах;
- добре складає плани;
- регулярно оцінює свою роботу й успіхи;
- спокійно ставиться до своїх помилок, не впадаючи в розпач;
- демонструє організованість в усіх аспектах та точність у виконанні завдань.

Під час тренінгового заняття тренер — актор, лектор, учитель, організатор, помічник, керівник, проповідник, філософ, практик, менеджер, подорожній, дипломат, бухгалтер, методист, знавець, швець, жнець і на дуді грець.

Не слід перейматися, якщо у вас відсутні якісь якості, зазначені в переліку – тренер має змогу вдосконалюватися з кожним проведеним заняттям.

Для визначення свого професійного зростання надзвичайно важливо після кожного заняття, окрім рефлексії, проводити самооцінку: зазначте три речі (моменти), які вдалися вам найкраще під час проведення заняття; укажіть три речі (моменти), що були найслабшими під час заняття; складіть власний план самовдосконалення:

Робити в майбутньому

Не робити під час наступного тренінгу

Збережіть цей список, перегляньте його до початку й після наступного заняття, зробіть висновки про ваше професійне зростання.

XIII. Які психологічні основи групового процесу?

Групова динаміка – розвиток відносин між учасниками, сукупність усіх процесів, що відбуваються в міру розвитку і змін групи.

Складові групової динаміки:

Розвиток довіри. Учасники почувають себе вільно, включаються в процес і працюють. Це ідеальний варіант. Насправді ступінь довіри в членів групи може бути різним. Не чекайте, що підлітки з першого моменту стануть довіряти вам і іншим членам групи. Будьте терплячі, якщо зіткнетесь з опором. Пам'ятайте, що довірча обстановка виникає в групі не відразу; для неї вимагаються увага і зусилля тренера.

Групова згуртованість (чи почуття згуртованості) – показник міцності, стійкості відносин між учасниками. Це співробітництво, позитивний настрій і бажання працювати.

Групова згуртованість виникає тільки після спільних дій, відвертих обговорень. Буде ваша група згуртованою чи ні? У половині випадків це залежить від вас, вашої підготовленості. Але дуже часто мають значення й інші обставини, зокрема індивідуально-психологічні характеристики членів групи. Якщо у вас щось не виходить, то можете звернутися до групи і чесно розповісти про свої почуття і переживання.

Етапи групової динаміки

1. Попередня підготовка.

Проводиться до початку групової роботи. Цей етап може зайняти більше часу, ніж сам тренінг.

Ваші завдання:

- вибрати затишне приміщення, знайти зручні стільці;
- продумати, як домогтися того, щоб учасники зібралися в призначений час;
- заздалегідь підготувати всі матеріали.

2. Початкова стадія.

Всі учасники хочуть почувати себе в безпеці. На цій стадії учасників турбує: обстановка в групі; те, як їх сприйняли інші члени групи; те, як сподобатися ведучому й іншим учасникам. На цій стадії члени групи схильні відчувати тривогу, тренер також може мати подібні почуття. Тривалість цієї стадії різна для кожного з учасників. Один може відразу відчути себе комфортно, іншому для цього знадобиться 1–2 години, а комусь – 1 день. Крім того, у групі може виявитися той, хто протягом усього тренінгу буде перебувати в стані деякої тривожності.

Ваші завдання:

- пам'ятати, що починати заняття потрібно з процедури знайомства;
- обговорити правила групової роботи (установити обов'язкові, попросити запропонувати додаткові);
- пояснити методи групової роботи;
- заохочувати всі спроби учасників відкрито розповісти про себе і поділитися своїми почуттями;
- пам'ятати про те, що найбільший опір роблять незахищені учасники, у яких, можливо, є психологічні проблеми;
- на перших заняттях застосовувати роботу в парах, тому що учасникам спочатку легше говорити один з одним, а не з цілою групою;
- не квапитися.

3. Перехідна стадія.

Це стадія, коли учасники оцінюють зацікавленість ведучого, його здатність надавати допомогу. Саме на цій стадії учасники визначають, чи є група «безпечним місцем»; уточнюють свої цілі і способи їхнього досягнення; уточнюють свою життєву позицію. Як правило, момент оцінки настає наприкінці першого дня роботи, продовжується вдома і завершується на початку другого дня. До цього часу ви можете вже оцінити, наскільки група згуртувалася.

Ваші завдання:

- не залишати без уваги всі (негативні і позитивні) почуття, що виражають учасники в групі;
- допомогти учасникам зрозуміти, чого вони хочуть досягти за час роботи в групі;
- ще раз з'ясувати очікування групи від тренінгу;
- звертати увагу учасників на ті моменти, коли група відчуває себе як щось єдине, ціле;
- запропонувати навчальні вправи і, таким чином, дати можливість учасникам спробувати нові прийоми, стратегії поведінки в безпечній обстановці в групі;
- сприймати кожного учасника таким, яким він є.

4. Робоча стадія.

Учасники вже додержуються правил групової роботи і можуть попросити допомоги в інших членів групи. Вони починають розповідати про свої перші спроби застосувати нові знання на практиці.

Ця стадія може чергуватися з попередньою: підлітки можуть багато чого брати під сумнів (ваші слова, спільні вправи, дії інших учасників).

Ваші завдання:

- заохочувати спроби учасників відпрацювати отримані навички;
- сприяти розвитку довірливих відносин;
- не залишати без уваги те, що відбулось у групі.

5. Завершення.

Цей етап унікальний. Якщо тренінг пройшов вдало, то момент завершення групової роботи забарвлюється позитивними емоціями і залишається яскравим враженням на

довгий час для всіх учасників. На цьому етапі існує можливість згладити всі попередні «шорсткості». Тому цей етап вимагає тонкої організації.

Ваші завдання:

- попросити учасників оцінити ефективність роботи;
- з'ясувати в учасників те, що ще варто зробити; скласти плани подальшої роботи;
- підготувати процедуру закриття;
- зробити так, щоб всі учасники подякували один одному;
- забезпечити всіх інформацією про систему підтримки і подальшої роботи;
- дати зрозуміти учасникам, що ви завжди раді їм допомогти.

XIV. Як використовувати проблемні ситуації для розвитку групи?

У груповому процесі часто виникають *проблемні ситуації*, що можуть стати джерелом здобуття нового і цікавого досвіду. Причинами таких ситуацій у груповій роботі з ровесниками можуть бути протидія, виклик, порушення конфіденційності, утворення угруповань, привернення до себе уваги, опір, суперечки.

"Гарні манери складаються з дрібних самопожертвувань" - писав Р. Емерсон. У групі на початку заняття може виникати **протидія** або опір. Група також може не сприйняти авторитет та повноваження тренера. Це може виявитися в запитаннях та коментарях як виклик. Скористайтеся нашими *порадами*, що підкажуть, як діяти у випадку протидії чи виклику:

— реагуйте на коментарі або питання спокійно, говоріть діловим тоном, не коментуйте реплік, не давайте відповідей на них, не демонструйте власну зверхність та не посміхайтесь саркастично;

— визнайте, що людина має право на свою думку; даючи власне твердження, наголосіть на цьому;

— солідаризуйтеся з тими, хто чинить опір, щоб допомогти зруйнувати можливий розкол на кшталт *"ми-вони"*: *ми* — це ті, хто знає, чутливі оборонці змін, а *вони* — спокійні, наївні, старомодні гальмівники цих змін; будьте терплячі та не поспішайте, розраховуйте на те, що *вони* можуть змінитися в результаті цього досвіду;

— не переймайтеся, що саме до вас таке ставлення - вас можуть протягом певного періоду перевіряти; це ставлення часто виникає не як процес "проти" — проти когось, а як "за" — за себе, свою незахищеність, своє незнання тощо;

— визнайте, що частково опір викликаний недовірою до тренера і це — природно; погодьтеся, що не існує підстав, за якими учасники від самого початку заняття повинні довіряти тренеру, за винятком випадку, коли учасники знали його до цієї події: довіра не може бути вигадана, вона повинна бути вибудована з групою; сподівайтесь, що учасники зміняться в ході набуття досвіду, терпляче чекайте цих змін, не надавайте їм жодного шансу засумніватися у вашій компетентності та професіоналізмі.

Порушення конфіденційності – серйозна проблема, оскільки вся групова робота заснована на довірливих відносинах, зокрема на переконанні, що ніхто з групи не розповість поза колом особисту інформацію, отриману в групі.

Що робити?

1. Під час підготовки до групової роботи приділіть достатню увагу питанням довіри.
 2. Обговоріть із учасниками правило конфіденційності, розкажіть про наслідки, що можуть мати місце в результаті його порушення.
 3. Визначіть межі конфіденційності. Теоретична інформація про ПСШ, ВІЛ/СНІД, наркоманію, отримана на заняттях, повинна поширюватися, а особиста інформація про учасників є закритою і за межі групи не виноситься.
-

Угрупування – це невеликі підгрупи чи пари, що приходять у групу з уже сталими відносинами або встановлюють відособлені стосунки в процесі занять.

Наявність угруповань може негативно позначитися на процесі створення довірливої атмосфери і згуртованості групи. З іншого боку, у «могутніх купках» існує досить сильне почуття згуртованості. А це можна використовувати в корисних цілях.

Що робити?

1. Запобігти появі угруповань можна, якщо проводити із самого початку вправи з постійною зміною учасників у парах і мікрогрупах.

2. Якщо ви зауважуєте, що деякі члени групи починають протистояти іншій групі, спробуйте розділити їх. Розсадіть їх так, щоб члени наміченого угруповання сиділи порізно. Цей прийом гарний на самому початку роботи.

3. Розбийте групу на пари так, щоб в одній парі виявився учасник з угруповання й учасник, що до нього не входить. Доручіть їм справу, що вимагає взаємодії, можливо навіть поза групою.

4. Якщо розбіжності (соціальний статус, статус підліткової культури, вік і ін.) починають заважати роботі, обговоріть цей момент із групою.

Ціль **маніпулювання увагою** – постійно бути в центрі уваги всієї групи. Такі підлітки мають гостру потребу в увазі навколишніх, тому намагаються отримати її навіть негативними способами.

Що робити?

1. Уникайте позитивного невербального підкріплення (посмішки, схвальні кивки), коли бачите, що учасник працює на публіку.

2. Розбийте групу на пари, а самі складіть пару з позером і наодинці обговоріть з ним його поведінку.

3. Установіть для кожного ліміт часу.

4. Підкресліть, що робота й увага групи повинні бути розподілені рівномірно між усіма учасниками.

5. Дійте в залежності від ситуації. Наприклад, ви можете зупинити позера фразою: «Я змушений перервати тебе, іншим теж треба висловитися».

6. Звертайтеся до інших учасників, особливо до сором'язливих.

Щоб підбадьорити тихих і небалакучих:

– задавайте їм нескладні питання;

– залучайте їх до роботи в парах, щоб їм доводилося ділитися відповідальністю за відповідь із напарником;

– у рольовій грі давайте їм домінуючі ролі;

– постарайтеся посадити їх поруч з активними учасниками;

– підтримуйте ініціативу;

– опитування здійснюйте по колу.

Іноді може створитися враження, що деякі учасники навмисне хочуть розлютити нас, але звичайно це не так. Навпаки, **опір** часто є самозахистом, а не спробою вивести із себе ведучого (тренера) групи. Опір може виявлятися в декількох учасників одночасно.

Що робити?

1. Можна зустрітися з кожним із учасників перед початком групової роботи і спробувати пояснити, для чого створюється група.

2. Скажіть, що в кожного члена групи є право залишити її.

3. Якщо в групі лише один "бунтівник", не витрачайте на нього занадто багато сил у спробі перебороти опір. Дозвольте йому виразити свій гнів із приводу того, що йому доводиться брати участь у групі. Після цього залишіть його в спокої і продовжуйте роботу далі.

4. Якщо підліток виявляє ворожість, мовчить чи уїдливо розмовляє, попросіть його розповісти, що змушує його поводитися подібним чином.

5. Використовуйте методики і практичні завдання, що вимагають активних дій. Не чекайте, що учасники будуть сидіти і просто розмовляти, як дорослі. Нехай вони роблять чи створюють щось конкретне, вивчаючи нові моделі поведінки на практиці.

Коментар: у більшості випадків спільна робота з «опором» більш корисна, ніж робота проти нього. Групова робота має сильний емоційний вплив, і, зазвичай, учасники, які чинять опір, рано чи пізно починають брати в ній активну участь. Розуміючи те, що вони мають можливість включитися в роботу на свій розсуд, підлітки почувають себе більш вільно й у меншій мірі мають потребу в контролі.

Суперечки – нормальне явище в груповій роботі, оскільки в міжособистісному спілкуванні часто виникають різні думки з обговорюваних питань.

Більшість підлітків не вміє коректно виражати свою незгоду і не володіє методами вирішення конфліктів.

Що робити?

1. Переведіть суперечки в дискусію для того, щоб навчити підлітків конструктивних методів вирішення конфліктів.

2. Використовуйте емоції, що виникають, для поглиблення взаємин між учасниками, визначення власної позиції і стимулювання спроби розібратися у думках і почуттях.

3. Використовуйте розбіжності в думках для досягнення цілей діяльності. Попросіть учасників відкрито висловлювати свої думки, а потім запропонуйте іншим підтримати одну зі сторін, чи висловити власну точку зору.

4. Можливо, вам доведеться переглянути встановлені правила групової роботи.

Як діяти, якщо вам заважають вести заняття?

Тренер має бути готовими до того, що його *перебиватимуть*. Не слід, однак, дозволяти виводити себе з рівноваги. Не варто застосовувати такі вербальні формули: *"Якщо ви думаєте мене перебити"* (хтось вигукне "Я вже перебив" і пролунає сміх); *"Ваше зауваження недоречне"*; *"Спочатку подумайте, потім кричіть"*; *"Не заважайте"*; *"Я вас попереджаю"*. Пам'ятайте: агресія породжує агресію. Не слід реагувати на кожне зауваження. Однак, якщо їх багато, реагуйте, користуючись такими порадами:

— запитання завжди можна повернути групі й отримати відповідь від неї, група завжди мудра;

— можна попросити запам'ятати своє запитання до моменту, коли слушно буде до нього повернутися — в інший час, на іншому емоційному тлі це запитання видаватиметься недоречним уже самому учасникові чи учасниці;

— повторіть запитання або негативне зауваження, начебто подаючи його слухачам для оцінки, дайте можливість відповісти на нього тому чи тій, з ким у вас установлений зоровий контакт і є впевненість, що він або вона стане на ваш бік;

— спробуйте виграти час для відповіді; нехай той, хто кинув уїдливе зауваження, назве себе, своє місце роботи тощо;

— при відповіді використовуйте метод *"так, але"*, причому слово *"так"* бажано замінити близьким формулюванням, наприклад, *"Згоден з Вами, але водночас необхідно врахувати, що..."*;

— можна нейтралізувати провокаційні зауваження, говорячи: *"Я передбачав (передбачала) таке запитання, однак в інтересах групи краще, якщо я продовжу. Ми обов'язково обговоримо це питання на перерві"*;

— звертайтеся до шляхетності присутніх, якщо зауваження неетичне. Слід запитати: *"А як би ви поводитися в подібній ситуації"*. Цей прийом добре подіє не стільки на того, хто кинув запитання, як на інших присутніх;

— спробуйте поставити того, хто запитує, в глухий кут, "зрізати", якщо зауваження злосливе, сказавши: *"Щиро дякую"* і продовжуйте далі;

— попросіть повторити зауваження, однак не все, а лише окремі формулювання. Результат буде разючий, оскільки важко повторити зауваження швидко й точно.

Пам'ятайте: якщо відповідь буде жартівливою, негайно перейдіть до серйозного тону; відповівши, не продовжуйте дивитись на того, хто перервав ваш виступ, при відповіді не слід переходити межі ні ввічливості, ні часу.

Які стратегії використовувати стосовно різних типів поведінки учасників?

Нижче наведені декілька прикладів деяких конкретних типів складної поведінки, з якими ви, можливо, стикаєтесь у вашій роботі. Можливо, ви захочете врахувати деякі з цих стратегій.

Поведінка	Чому	Що робити
Балакучі	Можливо, вони прагнуть бути хорошими учасниками. Можливо, вони добре знають цю тему і прагнуть показати це всім.	Не соромте їх і не ставтеся до них з насмішкою, зверхньо, вони можуть знадобитися пізніше. Стримайте їхнє завзяття, задавши декілька складних питань. Перервіть їх словами «це цікаво, а зараз давайте почуємо, що думає група про це» Загалом, нехай група якомога більше опікується ними.
Побічні розмови	Можуть стосуватися теми. Можуть бути особистими. Відволікають членів групи і вас.	Не заважайте їм. Зверніться до таких учасників семінару по імені, задайте нескладне питання або запитай їхню думку з приводу того, про що тільки що йшла мова в групі; або попросіть поділитися думками з групою, або непомітно станьте за ними.
Мовчазний	Недостатня здатність виражати свої думки словами. Уважно слідкує за ходом обговорення теми, але не може передати її.	Не кажіть «Ви маєте на увазі, що...», скажіть: „Дозвольте мені повторити це...», повторіть більш доступною мовою.
Вочевидь помилкова думка	Члени групи висловлюють ідею, яка, явно, є невірною.	Скажіть «Я розумію вашу думку» або «Це один з можливих шляхів розгляду цього питання».
Емоційно засмучений	Пережив на особистому досвіді, і дискусія нагадує йому про це.	Призначте кого-небудь в групі опікати такого учасника, або, поговоріть ним під час перерви віч-на-віч.
Базікає (ють) на сторонні теми	Говорять про все, окрім теми семінару.	Коли вони зупиняться, щоб перепочити, подякуйте

Поведінка	Чому	Що робити
		<p>їм, а потім знову зосередьте увагу групи, повторивши питання, що стосуються теми, і продовжуйте працювати.</p> <p>Посміхніться, скажіть їм, що це питання цікаве, а потім вкажіть на дошку і апелюйте до того, що ми відійшли від теми і нам необхідно повернутися до неї.</p>
<p>Особисті розбіжності поглядах</p>	<p>Думки двох або трьох членів групи не співпадають.</p> <p>Група розпадається на фракції.</p>	<p>Зробіть особливий наголос на питаннях, щодо яких думки членів групи співпадають.</p> <p>Приверніть увагу до цілей.</p> <p>Висловіть протилежну точку зору, поставивши пряме питання по темі.</p> <p>Залучіть іншого члена групи до обговорення.</p> <p>Відверто й напряду попросіть не переходити на особисті питання.</p>
<p>Впертий учасник, який не піддається переконанню</p>	<p>Не хоче переглянути позицію. Має упереджену думку. Не зрозумів вашу точку зору.</p>	<p>Віддайте точку зору учасника семінару на обговорення групи і нехай члени групи висловлять свою думку. Скажіть, що час обмежений, що ви були б раді обговорити це пізніше; попросіть цього члена групи поки що прийняти точку зору групи.</p>
<p>Не хоче вести розмови</p>	<p>Нудно Байдужість Соромливий Невпевнений Відчуває перевагу</p>	<p>Ваші дії залежатимуть від того, що мотивуватиме таких членів групи.</p> <p>Викличте зацікавленість, запитавши їхньої думки. Почніть діалог з учасником, який сидить поряд такими членами групи, і запитайте їх, що вони думають про його думку.</p> <p>Якщо член групи відчуває свою перевагу,</p>

Поведінка	Чому	Що робити
		засвідчіть свою пошану до його досвіду і запитайте його точку зору (не перестарайтеся, оскільки групі це, можливо, не сподобається).

XV. Які бувають методи роботи з групою і які з них найбільш ефективні?

Не всі методи роботи з групою однаково ефективні. Існує так звана «піраміда пізнання», що показує, що чим більший ступінь участі тих, хто навчається, у процесі пізнання, тим більше інформації і навичок засвоюється учасниками.

Лекція (5% засвоєння) – найбільш швидкий спосіб надання необхідної інформації необмеженій кількості слухачів. Недоліком цього методу є те, що лекція ставить учасника в пасивну позицію слухача, що приводить до позіхання, засинання тощо.

Читання (10% засвоєння) – добре забуте багатьма молодими людьми заняття. Може відбуватися наодинці чи в компанії, вдома чи у вагоні поїзда, на дивані чи на стільці, але не дозволяє досягти глибокого засвоєння інформації. Можна прочитати про те, як користуватися презервативом, і не вміти його використовувати.

Аудіовізуальні засоби (20% засвоєння). Люди люблять дивитися кіно, слухати радіо. Тому перегляд чи прослуховування талановитого твору – чудовий спосіб для емоційного переживання інформації.

Використання наочності (30% засвоєння). Використовуючи наочність, тренер допомагає учасникам запам'ятовувати і засвоювати інформацію всіма каналами сприйняття: зором, слухом, дотиком і нюхом. Наочність для тренінгів може бути різного роду: діаграми, слайди, макети, моделі, роздатковий матеріал, буклети, плакати...

Обговорення в групах (50% засвоєння) дозволяє учасникам поділитися своїми думками, враженнями і відчуттями в рамках визначеної теми. Дискусії і «мозкові штурми» цінні тим, що дозволяють учасникам думати, докладно розповідати про власні висновки, вислуховувати найрізноманітніші думки інших.

Навчання практикою (70% засвоєння) – це рольові ігри, програвання ситуацій, практичні заняття, самостійні дослідження. Набутий у такий спосіб досвід допомагає засвоїти інформацію, отриману на тренінгу.

Виступ у ролі навчаючого (90% засвоєння) – “навчаючи – вчуся”. *“Скажіть мені, і я забуду. Покажіть, і я запам’ятаю. Дайте можливість обговорити, і я зрозумію. Дайте можливість навчити іншого, і я прийду до досконалості.” (Конфуцій).*



XVI. Як ставити запитання та проводити обговорення?

Особливу увагу слід звернути на те, що під час проведення занять з підлітками дуже важливий етап – *обговорення вправ*. Обговорення кожної вправи дає можливість учасникам проаналізувати інформацію, знання чи власний досвід, отриманий під час виконання вправи, зосередитись на навичках, які відпрацьовуються. При підготовці до проведення занять тренер може підібрати й додаткові запитання, виходячи з мети вправи.

Ключем до ефективного обговорення у великій групі є те, як тренер ставить запитання. Уникайте закритих запитань, тобто таких, на які можна відповісти коротко "так" або "ні". Уживайте відкриті запитання, які починаються зі слів "як", "чому", "який". Заохочуйте всіх учасників до висловлювання своїх ідей.

Відповіді на відкриті питання тренера надають можливість учасникам "перевести" інформацію, отриману на тренінгу, в особисті знання, зробити висновки і в майбутньому спиратись на них у своїй поведінці; сприяють виробленню особистісних і соціальних навичок: бачення майбутнього, вміння визначати причини і передбачати наслідки.

Те, як тренер реагує на запитання й коментарі, є вирішальним у створенні навчальної атмосфери. Демонструйте увагу до всіх, дякуючи кожному за висловлювання чи коментар. Усе, що пропонують учасники, має бути прийняте й обговорене. Не слід казати їм, що це правильна чи неправильна відповідь, варто допомагати присутнім опанувати інформацію і приймати власні рішення. Це стимулюватиме присутніх і надалі ділитися цінною інформацією, яку іншим разом вони відкинули б як нудну, нетипову, недоцільну чи зайву.

Стежте, щоб ніхто з учасників не залишався поза обговоренням. Рішення присутніх треба сприймати серйозно, якщо ви бажаєте налагодити процес навчальної взаємодії. Слід намагатися вживати точніші терміни й заохочувати до цього учасників, не зайвим буде домовитися з групою про значення тих чи інших термінів.

Не давайте особистих оцінок на зразок "молодець", "прекрасно" тим, хто відповідає на поставлені вами запитання, обмежуйтеся нейтральним словом "дякую" та просувайте обговорення далі.

Не допускайте утворення некерованих малих груп під час загального обговорення — уся подана інформація має бути власністю всієї групи.

Якщо учасники ставитимуть вам запитання, "повертайте" ці запитання у коло — не бійтеся, серед присутніх обов'язково знайдеться той, хто дасть розумну слушну відповідь на запитання, а ви матимете час зібратися з думками й продумати наступні кроки.

Не дозволяйте будь-кому домінувати над групою під час дискусії чи обговорення. Обмежити це можна, сказавши: "А тепер послухаємо, що скаже хтось інший або інша", або "Я б хотіла (хотів), щоб усі мали можливість висловитись".

Якщо час на обговорення вичерпано або ж воно відбувається занадто бурхливо, застосуйте прийом згортання дискусії, сказавши "Вислухаємо ще дві думки (репліки) і поки що підведемо ризку (поставимо крапку)".

Не слід забувати, що велика кількість обговорень у великому колі стомлює. Зловживання цією методикою спричинює нудьгування.

XVII. Як утворювати малі групи?

Деякі учасники готові активно працювати й у великій групі, але по-справжньому ефективною групова робота буде в групі, що не перевищує 5—6 осіб.

При організації групової роботи уникайте слова "розподіляйтесь", пам'ятайте: учасники *об'єднуються* в групи. Зверніть на це увагу присутніх, наголосіть, наскільки важливо саме об'єднувати людей для роботи в групах, оскільки це сприятиме досягненню спільного результату.

Використовуйте найрізноманітніші способи утворення груп: за кольорами, назвами квітів, днями тижня, порами року, нотами, героями казок тощо. Варіюйте ці способи протягом робочого дня. Використовуйте об'єднання в групи для пересування учасників, адже зміна місця в колі корисна як з точки зору появи нових партнерів, так і з точки зору просторового сприйняття. Тому після закінчення групової роботи намагайтеся залишати учасників на нових місцях у колі.

Уникайте утворення груп з одним і тим самим складом учасників протягом одного робочого дня.

Якщо групи вже утворилися і в них нерівна кількість членів або хтось із групи вийшов під час роботи, а за сценарієм вправи вам потрібна саме рівна кількість, долучіться самі до тієї групи, яка має меншу кількість присутніх — у цьому випадку ви працюватимете і як член групи, і як ведучий вправи.

Приклади вправ-об'єднань.

Знайди собі пару

Тренер роздає картки з назвами тварин і просить прочитати ці назви подумки. Завдання кожного: знайти собі пару, але при цьому не можна говорити (можна користуватися лише характерними жестами тварин).

Коли ви знайшли свою пару, лишайтесь поруч і не перемовляйтеся, поки всі інші теж не знайдуть собі пару.

Коли усі пари знайдено, тренер запитує по черзі у кожної: "Хто ви?"

Якщо в групі непарна кількість учасників, тренер теж бере участь у грі.

Броунівський рух

Тренер нагадує вивчений на уроках фізики матеріал про те, що називається броунівським рухом, або запитує про це в учасників ("Броунівський рух" – це хаотичний рух молекул, атомів.).

Коментар тренера

– *Давайте уявімо, що ми з вами – атоми, які хаотично рухаються. А тепер атоми рухаються з прискоренням, далі броунівський рух уповільнюється, знову прискорюється і атоми об'єднуються в молекули по 2 атоми (учасники мають об'єднатись по парах), по 3 атоми(учасники відповідно об'єднуються по троє), по 5 атомів і т.д.*

Треба вибрати таку кількість атомів для об'єднання в молекули, щоб вона була кратна кількості учасників, для того, щоб не поставити в некомфортне становище когось одного, якщо він виявляється “зайвим” в усіх молекулах.

Транспорт

Учасникам роздаються невеликі аркуші паперу, на зворотньому боці яких зазначений певний вид транспорту, наприклад, літак, автомобіль, велосипед, човен тощо. За сигналом тренера учасники за допомогою міміки та жестів, але нічого не промовляючи, “ідуть”(тобто показують зазначений на папері вид транспорту) і шукають “собі подібних”, таким чином об'єднуючись у групи.

Голівуд

Об'єднати учасників, наприклад, у 4 підгрупи можна в такий спосіб: тренер дає такий коментар: ”Уявімо, що ми з вами знаходимось в Голівуді, і нам усім разом необхідно створити фільм. Для цього потрібні 4 добровольці, які будуть продюсерами(4 учасники виходять до тренера). Відповідно кожному з них потрібна команда помічників, насамперед – режисери (добровольці обирають по одній людині в свою команду). Фільм ми не зможемо створити, якщо в нас не буде операторів. Режисери, обирайте собі по одному оператору (друга четвірка, обрана “продюсерами”, вибирає ще по одній людині, кожен у свою групу)”.

Тренер може продовжувати призначати ролі, їх кількість залежить від загальної кількості учасників. Наприклад, якщо учасників 16, то можна запропонувати “операторам” обрати собі по одному “актору”, тоді, відповідно, утвориться 4 підгрупи по 4 особи в кожній.

Якщо учасників інша кількість і залишаються не обраними декілька чоловік, то можна запропонувати їм самим обрати собі групу, в якій би вони хотіли працювати.

XVIII. Яким чином можна поєднати роботу на тренінгу?

Для зняття втоми, тілесного напруження, активізації розумової діяльності та уваги використовуйте різноманітні нетривалі за часом рухливі ігри, а для покращення атмосфери в групі, створення гарного настрою, згуртування учасників – ігри-криголами (айсбрейкери). Але треба пам'ятати, що кількість таких ігор повинна бути дозованою. Наведемо приклади деяких з них.

Рухливі ігри

Зроби фігуру: вікінг, тостер, слон

Спочатку тренер показує фігури за допомогою учасників, а потім проводить рухавку зі всіма учасниками, об'єднавши їх у трійки, вказуючи на одну з них, називає, яку саме фігуру - "тостер", "слон", "вікінг" вони мають утворити.

Компот

Тренер називає певний фрукт кожному учасникові. Потім об'єднує їх у групи за назвами фруктів, виголошуючи: *зараз я буду варити компот із яблук і грушок, зі сливок і яблук, з винограду й персиків* (варіанти можуть бути різні). Учасники, яких назвали, підводяться й утворюють групу в центрі кола.

Кролик

Розпочніть гру зі слів: *"У мене в руках кролик. Я поцілую його у вушко (у лапку, у носик, тощо) і передам...."* "Умовного "кролика" передають і цілують по колу. Коли останній учасник поцілував "кролика", запропонуйте учасникам поцілувати свого сусіда або сусідку з кола у те саме місце, в яке вони цілували кролика.

Тропічна злива

Тренер пропонує всім стати в коло. Пересуваючись усередині кола, тренер просить повторювати ті самі рухи й звуки кожного, біля кого проходить. Ідучи по колу, тренер клацає пальцями, тре долонею об долоню, плескає в долоні, тупає ногами, (клацає, тре, плескає, тупає...). Учасники мають повторювати всі дії і змінювати звуки лише тоді, коли тренер проходить повз нього. Після досягнення найбільшої гучності вправа повільно повторюється у зворотному напрямку.

Вітер дме для того, хто... (Сонце світить для того, хто...)

Учасники сидять у колі, а тренер, знаходячись у центрі кола, вимовляє фразу: *"Вітер дме для того, хто... сьогодні в спідницях,... хто не снідав,...хто на собі має щось червоне... тощо"*. Ті, кого це стосується, підводяться і швидко міняються місцями з іншими учасниками. Той або та, кому не вистачило вільного стільця, стає ведучим.

На відпочинку

Учасникам, які стоять у колі, тренер розповідає історію про мисливця і супроводжує її рухами:

"Фотомисливець прокинувся, потягнувся, умився, взявся за гаряче горня, обпікся, схопився за кінчик вуха, узяв фоторушницю, вийшов з намету, пішов на полювання. Іде — трава висока, дерева великі, сонечко припікає, піт стікає. Біжить заєць — клац, летить качка — клац, біжить вовк — геть від нього. (Темп пришвидшується)... піт стікає, сонечко припікає, дерева великі, трава висока. Добіг до намету, зацепнув його. Уф-ф."

Учасники мають повторювати всі рухи за ведучим.

Перевірка енергії

Тренер просить усіх утворити коло й говорить, що показуватиме рухи, які слід у точності повторювати. Тренер починає гру, допомагаючи всім словами, що виголошує: плескаючи в долоні раз, вимовляє *"раз"*, тричі — *"раз, два, три"*, п'ять разів — *"раз, два, три, чотири, п'ять"*; далі, схрещуючи руки на грудях, вимовляє *"ух"*. Далі вправа продовжується у зворотному порядку: *"ух; раз, два, три, чотири, п'ять; раз, два, три; раз"*. Вправа повторюється у пришвидшеному темпі доти, доки група достатньо не зарядиться енергією. Тренер наголошує, що, щоразу, коли група збавлятиме темп роботи або втомиться, він або вона розпочинатиме цю вправу для перевірки енергії.

Печемо пиріжок

Учасники стають у коло, кладуть руки на спину сусіда, який попереду, і починають крокувати. Тренер промовляє: *"Зараз ми спечемо пиріжок. Для цього замісимо тісто. Насиплемо борошна. Додамо яєць, води. Трішечки солі. Півсклянки цукру, олійки. І добре вимісимо тісто"*. Кожне речення тренер супроводжує новим масажним рухом спини сусіда, який йде попереду.

Град

Учасники стають у коло. Тренер пропонує їм пригадати, як іде дощ, потім град і починати – слідом за ним – повільно тупотіти то однією, то іншою ногою – немовби падають градини. Поступово ритм стуку доводиться до дуже швидкого і потім - також поступово – тупіт припиняється.

Булочка з корицею

Тренер запитує в усіх: *"Хто любить корицю?"*, і ті, хто любить, стають посередині кімнати, беруть один одного за руки, створюючи ланцюжок. Ті, хто полюбляє булочки з корицею, пиріжки з корицею, солодоші, гарну компанію, теж до них приєднуються, аж поки всі не стануть у ланцюжок. Потім тренер бере останнього учасника за руку і починає, ходячи навкруги першого учасника, *"намотувати"* всю групу на нього – *"пекти"*

булочку з корицею”. Коли всі щільно “намотаються”, треба хвилинку так постояти, щоб відчути всіх разом, прислухатися до цього відчуття і аж тоді розійтись.

Брехня

Учасники стають у коло і один за одним починають виконувати певні дії, за якими можна б було зрозуміти, що саме учасник імітує. В той час, коли учасник почав демонструвати свої дії, його сусід праворуч запитує: “Що ти робиш?”, на що учаснику треба відповісти яку-небудь “брехню”, тобто зовсім не те, що він робить, і продовжувати виконувати свої рухи. А тим часом його сусід, отримавши відповідь, починає робити рухи, які б імітували діяльність саме словесної відповіді, тобто “брехні”. Тепер уже його запитуватиме сусід праворуч, і тут теж треба “збрехати”. Всі продовжують виконувати свої рухи, доки коло не замкнеться. Приклади можливих рухів: гребля, копання, письмо, співи тощо.

Істівне – неїстівне

Учасники стають у коло. Тренер, тримаючи в руках м’яч, пропонує по команді спіймати його або відштовхнути. Потрібно спіймати м’яч тоді, коли буде сказано “їстівне” слово, наприклад, овочі, пиріжок, торт, морозиво та ін., і відштовхнути м’яча, якщо буде сказано “неїстівне” слово, наприклад, чашка, книга, вікно та ін. Тренер промовляє слово і кидає м’яч одному з учасників групи, той, у свою чергу, повинен, промовляючи слово, кинути м’яч комусь іншому і т.д.

Де м’яч?

Учасники стають у коло. Тренер дає одному з учасників м’яч і за жеребкуванням обирає “детектива”. “Детектив” залишається в колі, а група повинна швидко передавати м’яч із рук у руки (за спинами). За командою учня-тренера “Стоп”, рух м’яча спиняється. “Детектив” мусить сказати, в кого зараз знаходиться м’яч.

Рамена

Усі сідають у коло. Спочатку повільно, а потім швидше і швидше говорять разом із тренером такі слова й показують руками:

Голова, рамена (плечі), коліна, пальці (кляцання пальцями).

Коліна, пальці.

Коліна, пальці.

Голова, рамена, коліна, пальці.

Вуха, вуста, очі, ніс.

Світлофор

Усі стають у коло один за одним. Завдання учасників полягає у тому, щоб:

– присісти, коли вони почують слово “червоний”;

– йти по колу і плескати у долоні, коли тренер говорить “зелений”;

– стати прямо і піднести руки вгору, коли говорять “жовтий”.

Плутанина

Стоячи у колі і тримаючись за руки, учасники утворюють своєрідне переплетіння – “плутанину”, не розриваючи рук, як у відомій дитячій грі. Один із учасників (обраний за власним бажанням), який не спостерігав за процесом заплутування, має відновити вихідне правильне коло, не рознімаючи рук учасників.

Хто перший торкнеться дерева

Всі учасники стають в одну лінію упродовж стінки. Один учасник-ведучий стає на протилежній стороні аудиторії (він грає роль дерева). Коли ведучий повертається спиною до учасників, вони можуть рухатися, коли обличчям – вони повинні завмерти на місці. Якщо ведучий, повертаючись обличчям до учасників, помічає, що хтось рухається, то помічена ним людина вибуває з гри. Той, хто перший підійде та торкнеться до ведучого, займає його місце.

Крісло

Учасники під музику рухаються по колу навколо стільців. Музика переривається, і всі учасники мають сісти. Кількість стільців поступово зменшується. Останнє коло учасники проходять навколо одного стільця і всі повинні сісти разом на один стілець.

33

Усі сідають у коло. Перший учасник починає рахунок. Усі по колу мають порахувати від 1 до 33, називаючи одне число. Ті, кому припадають числа, що містять “3” або діляться на ”3”, їх не називають, а роблять три оплески долонями. Темп поступово пришвидшується. Якщо хтось помиляється, він вибуває з гри.

Гри на згуртування групи

Фраза

Учасники стають у коло і, перекидаючи один одному м'яч, говорять фразу, яка починається словами: «Я хочу сказати тобі, що ...».

Гуфі

Перед грою тренер обирає одного учасника на роль «Гуфі» (казкова особа) таким чином, щоб інші учасники групи цього не знали. Далі учасники стають у коло і тренер говорить, що серед присутніх є мовчазна істота «Гуфі». Знайти її можна лише так: слід доторкнутись і запитати: «Чи ти Гуфі?» Якщо відповіді не буде, значить це дійсно «Гуфі», і Ви, доторкнувшись, також стаєте цією істотою. Учасники, заплющивши очі, починають повільно ходити по кімнаті випроставши вперед руки, торкаючись один одного і питаючи «Ти Гуфі?» – і так доти, поки не утвориться ланцюг.

Пошкоджений телефон

Учасники стають у ланцюг. Тренер каже на вухо найближчому до нього учаснику речення, яке складається з 5 слів. Наприклад: “сьогоднішня тема заняття дуже цікава”. Учасник повинен передати речення (як почув і зрозумів) наступному і так далі по ланцюгу. Після цього тренер вголос промовляє своє речення і запрошує останнього учасника також виголосити те, що той почув. Зазвичай речення дуже відрізняються.

Знайди пару

Всі учасники, сидячи у колі, протягом 20 секунд дивляться один на одного та мовчки обирають для себе партнера, не говорячи про це йому. За командою тренера всі встають з місць, і кожний учасник повинен як можна швидше обігти три кола навколо свого партнера. Як тільки йому це вдається зробити, він сідає на місце.

Оплески

Учасникам пропонується за командою ”Починаймо!” виразити свій стан оплесками. Тренер починає плескати в долоні першим.

Рукоштовання

Учасники стають у коло. Тренер пропонує їм обмінятися один з одним рукоштованнями. Слід намагатися силою рукоштовання виказати свої почуття в даний момент.

Емоція по колу

Всі учасники сідають у коло, кожен по черзі за допомогою міміки передає якусь емоцію, всі інші один за одним її повторюють. Вправа закінчується, коли всі учасники передадуть свої емоції.

Емоції та ситуації

Учасники стають у коло.

Коментар тренера: “Зараз кожний назве одну емоцію або почуття. Я починаю: ”Спокій”.

Коли всі учасники назвали по одній емоції і запам'ятали її, тренер продовжує вправу.

Коментар тренера: “ А зараз кожен називає якусь ситуацію і кидає м'яча іншому учаснику, пропонуючи продовжити речення, назвавши свою емоцію чи почуття (які запам'ятав). Наприклад: “Коли я стою у черзі, то відчуваю... радість!”

Вправу закінчено, коли м'ячик побував у кожного з учасників.

Добрий день

Учасники стають у коло і промовляють за тренером “добрий день” та виконують певні рухи, про які іде мова у вірші:

“Треба разом привітатись: “Добрий день, добрий день!”

Дружно й весело сказати: “Добрий день, добрий день!”

Туди-сюди повернутись,

Один одному всміхнутись: “Добрий день, добрий день!”

Можна трішки пострибати і в долоні поплескати,

“Добрий день, добрий день!”

Нумо в коло всі сідаймо і заняття починаймо,

“Добрий день, добрий день!”

Я – хороший!

Учасники сідають у коло і по черзі промовляють фразу: ”Я – хороший!” Вони можуть говорити тихо, голосно або дуже голосно, так, як їм на цей момент зручно. Можна зробити це у два прийоми або навіть у три, щоб учасники проекспериментували з гучністю. Наприкінці всі разом промовляють цю фразу кожен зі своєю інтонацією і своєю гучністю.

XIX. Якою може бути структура тренінгу?

У загальному вигляді **структура** тренінгового заняття складається з трьох **основних елементів**:

—початок тренінгу;

—основна частина тренінгу;

—заключна частина тренінгу.

Усі соціально-просвітницькі тренінги складаються з одних і тих самих етапів. Але об'ємне співвідношення цих етапів у кожному окремому тренінгу може бути різним.

Це залежить від:

• цілей тренінгу (якщо це тільки інформаційний тренінг, то етап формування практичних навичок може бути дуже скороченим);

• цільової групи (чим молодша цільова група, тим більше використовується ігор-розминок, ігор на згуртованість групи і тим меншим є інформаційний блок);

• тривалості тренінгу;

• рівня підготовленості групи (якщо група добре інформована, більшу кількість часу можна присвятити навичкам і обговоренню соціальних явищ).

ВСТУП (5% робочого часу)

Це етап, у який входить коротке представлення цілей і завдань тренінгу, організаторів, запрошених гостей, офіційне відкриття (для тривалого тренінгу). Мету і завдання тренінгу завжди повідомляє тренер.

I ЕТАП. ЗНАЙОМСТВО (5% робочого часу)

Учасники придивляються один до одного, встановлюють контакт. Серед них намічаються симпатії, а іноді й антипатії. Тренер першим представляється аудиторії. Він може зробити це так: «Здрастуйте, мене звать... Я радий бачити вас тут. Я пропоную почати нашу роботу. Протягом трьох днів ми будемо зустрічатися тут і працювати разом. Ми усі сидимо в колі, тому що так легше бачити один одного й обговорювати важливі питання. Я пропоную взяти листки паперу і написати на них великими літерами (щоб було видно всім у колі) своє ім'я. Напишіть те ім'я, яким би ви хотіли, що б вас називали.

Наприклад: Артем хотів би, щоб його називали «Тьома».

Зазвичай, ведучого, так само як і учасників, звать просто по імені (на «ви» чи «ти», вирішує тренер). По батькові застосовувати не рекомендується (тільки в деяких випадках, наприклад, коли тренер набагато старший), тому що це може заважати принципу роботи «на рівних».

Пропонуємо декілька варіантів вправ на знайомство, обирайте варіант у залежності від складу групи та мети тренінгу.

Варіант 1.

Тренер пропонує кожному учаснику назвати своє ім'я, коротко розповісти про себе (місце проживання, навчання, захоплення). Починати знайомство слід за бажанням, а потім рухатись по колу, не пропускаючи жодного учасника, дякуючи за відповідь.

Варіант 2.

Запропонуйте учасникам по колу назвати своє ім'я та розповісти історію свого імені. Дотримуйтесь вимог варіанту 1 щодо порядку проведення.

Варіант 3.

Кожен по черзі називає своє ім'я та рису характеру, яка починається на першу літеру імені. Можна продемонструвати рису за допомогою пантоміми.

Варіант 4.

Нехай кожен учасник назве своє ім'я та продовжить речення „Я пишаюсь...”. Поясніть, що пишатися можна будь-якими своїми рисами. Дотримуйтесь правил добровільності висловлювання та правил роботи у загальному колі. Якщо хтось із присутніх відмовиться висловлюватись, пропустіть його або її, однак поверніться до них після того, як завершите коло – зазвичай, їм уже є що сказати.

Варіант 5.

Об'єднайте присутніх у пари так, як вони сидять у колі. Якщо комусь не вистачило пари, прилучіться самі до виконання вправи. Запропонуйте визначити, хто в парі буде номером першим, а хто – номером другим. Оголосіть, що протягом 3-х хвилин першим номерам треба поставити своєму сусідові декілька запитань про навчання, захоплення, хобі, уподобання тощо, з метою якомога більше дізнатись про нього чи про неї. Після цього, запитання ставлять другі номери. Далі запропонуйте кожному лаконічно розповісти на загальне коло про свого сусіда чи сусідку, виокремивши найцікавіше з отриманої інформації. Пам'ятайте про добровільність висловлювання, безперервність кола, нагадуйте тим, хто говорить довго, про умову лаконічності.

Варіант 6.

Формулювання учасниками настанов на поточний день: ім'я, на сьогодні для мене важливим буде...

II ЕТАП. ОЧІКУВАННЯ УЧАСНИКІВ (3% робочого часу)

На цьому етапі учасники висловлюють свої очікування від тренінгу.

Коментар: Очікування учасників можуть не збігатися з цілями і можливостями тренінгу.

Даний етап можна проводити по-різному: висловлювання по колу, обговорення в парах чи малих групах з наступним винесенням на групу. Можливі формулювання питань ведучого: «Що вам сказали/ви чули про тренінг?»; «Як ви думаєте, що буде відбуватися тут?»; «Навіщо ви прийшли на цей тренінг?»; «Що ви хочете одержати/довідатися на цьому тренінгу?»; «Чого ви чекаєте від тренінгу?». Ці ж питання можна вставити в процедуру гри «Інтерв'ю» і сполучити 2 етапи – «Знайомство» і «Очікування».

Інший варіант проведення:

Запропонуйте всім учасникам продовжити речення „Від цього тренінгу я очікую...”. Попросіть висловлюватися лаконічно. Занотуйте всі висловлювання на дошці. Можна попередньо намалювати соняшник, пелюстки якого будуть очікуваннями. Або корабель, вітрила якого треба напнути вітром – очікуваннями від тренінгу.

Ще один варіант:

Учасникам роздаються аркуші паперу, на яких вони записують свої очікування від тренінгу. Потім на великому аркуші паперу робляться написи: «очікування» і «виконано». На етапі обговорення очікувань усі записані побажання кріпляться під написом «очікування». Надалі кожен учасник має можливість переміщати листочки зі своїми очікуваннями в графу «виконано». Можна запропонувати учасникам в ході тренінгу доповнювати графу «очікування». Якщо протягом тренінгу були реалізовані не всі побажання учасників, то тренер повинен наприкінці заняття обговорити це з групою і вирішити, що робити з нереалізованими очікуваннями: запланувати наступний тренінг, запропонувати індивідуальну консультацію чи рекомендувати певну літературу.

У будь-якому варіанті проведення цього етапу тренер підводить підсумки.

III ЕТАП. ПРИЙНЯТТЯ ПРАВИЛ РОБОТИ ГРУПИ (5% робочого часу)

Для того, щоб тренінг був тренінгом, потрібні спеціальні правила. **Правила** – це закони групи, за якими вона живе під час усього тренінгу.

Правила приймаються всією групою разом із тренером на самому початку роботи. Вони потрібні для створення такої обстановки, щоб кожен учасник:

- міг відкрито висловлюватися і виражати свої почуття і погляди;
- не боявся стати об'єктом глузування і критики;
- був упевнений у тому, що все особисте, що обговорюється на занятті, не вийде за межі групи;
- отримував інформацію сам і не заважав отримувати її іншим.

Це етап народження групи, коли вона бере на себе певні зобов'язання, готова їх виконувати.

На півторагодинному чи одноденному тренінгу можна просто назвати всі правила, пояснивши їхнє значення і необхідність дотримання, а в деяких випадках – навіть опустити цей етап.

Це можна зробити так:

«Для того, щоб робота нашої групи досягла своїх цілей, потрібно, щоб ми не відволікалися через дрібниці, щоб кожний з нас міг вільно висловити свої думки, не побоюючись глузувань. Будь-яка діяльність потребує упорядкування, тому я як ведучий пропоную кілька правил. Ось вони.

1. Право того, хто говорить, бути вислуханим. Рідко можна зустріти людину, що відчуває радість, коли її перебивають. Світ позбавився багатьох геніальних ідей, перерваних у зародку. Щоб цього не трапилося на нашому тренінгу, давайте домовимося, що той, хто говорить, має право бути вислуханим до кінця. І тільки після того, як він висловить свою думку, можна починати суперечки і дискусії.

2. Правило піднятої руки. Це правило є продовженням попереднього. Воно має дві мети: перша – щоб не перебивали того, хто говорить, друга – щоб не згубити розумні думки, що народилися в процесі роботи. Той, хто хоче висловитись, піднімає руку, і, коли з'являється можливість, тренер надає йому слово.

3. Конфіденційність. Це правило захищає будь-якого учасника і ведучого від пліток і пересудів. Вся особиста інформація, повідомлена про себе чи іншу людину в групі, є закритою. Адже розповідали її тільки групі, а не всьому місту чи селищу.

Поради досвідченого тренера:

– *обов'язково поясніть це правило такими словами: «Це правило не стосується інформації про проблему, якій присвячений наш тренінг. Цю інформацію можна і потрібно розповідати, поширювати і пропагувати!».*

4. Не давати оцінок. Це важливе правило ми часто порушуємо в житті. Вважаємо своїм правом засуджувати й оцінювати чужі вчинки, слова, звички («Ти – дурень», «Це

ідіотська думка», «Тільки такі, як ти, можуть так робити»). Тут ми не оцінюємо інших людей, їхню думку, зовнішність, а сприймаємо їх такими, якими вони є.

5. Право ведучого. Ви, як тренер, можете перервати вправу чи іншу діяльність групи, якщо це заважає груповому процесу. А також повинні стежити за дотриманням прийнятих групою правил.

6. Пунктуальність. «Нас у групі зовсім небагато, і відсутність навіть одної людини, що спізнилась, відчутно позначиться на процесі. Тому я пропоную нагороджувати учасників, що спізнились, почесною роллю читця, співака, танцюриста з відповідними функціональними обов'язками».

Можна використати наступні вправи для прийняття правил роботи групи.

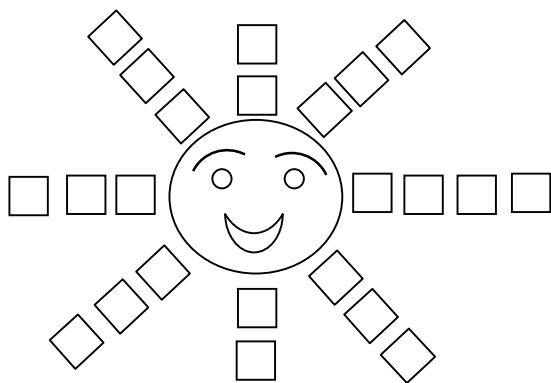
Сонечко

Тренер роздає кожному учаснику кілька маленьких липких папірців (стікерів) жовтого кольору та просить написати одне чи кілька умов співпраці (кожне на окремому листочку), потрібних саме йому для ефективної роботи в групі.

Час виконання: 2 хв.

Потім тренер об'єднує учасників у малі групи, яким дає таке завдання:

1) на великому аркуші паперу намалювати сонечко, а потім у вигляді променів прикріпити до нього листочки з написаними умовами. В одному промені – ті пропозиції умов, що збігаються за змістом (*див. малюнок*);



2) переформулювати пропозиції умов у вигляді норм поведінки (правил), необхідних на тренінгу. Записати їх під відповідним променем.

Час виконання: 7 хв.

Наступний етап роботи.

Учасники залишаються у своїх групах на місцях, і представник кожної групи по черзі пропонує своє правило (спочатку – найдовші промені), а учасники з інших груп у разі необхідності доповнюють.

Потім іде прийняття правил для всіх учасників групи: для цього обговорюється кожне правило – що воно означає, для чого потрібне. Тільки після того, як уся група прийме правило, тренер записує його на аркуші паперу фломастером червоного кольору.

Орієнтовними правилами можуть бути такі:

Дотримуватись регламенту.

Слухати і чути (один говорить – усі слухають).

Бути позитивними.

Бути активними.

Говорити тільки за темою і від свого імені.

Не критикувати: кожний має право на власну думку.

Конфіденційність.

Говорити коротко, по черзі.

Цеглинки

Тренер роздає кожному учаснику декілька аркушів кольорового паперу у формі цеглинок і пропонує написати одну чи кілька умов співпраці (кожну на окремому аркуші), потрібних саме йому для ефективної роботи в групі. Час виконання: 2 хв.

Потім тренер об'єднує учасників у малі групи, яким дає завдання:

1) на великому аркуші прикріпити аркуші з написаними умовами таким чином, щоб утворилась стіна;

2) переформулювати пропозиції щодо умов у вигляді норм поведінки (правил), необхідних на тренінгу. Записати їх під утвореною стіною. Час виконання: 7 хв.

Учасники залишаються у своїх малих групах на місцях, і представник кожної групи по черзі пропонує одне правило, а учасники з інших груп, у разі необхідності, його доповнюють. Потім відбувається прийняття запропонованих правил тренінгу для всіх учасників групи: обговорюється кожне правило – що воно означає, для чого потрібне. І лише після того, як уся група прийме правило, тренер записує його на аркуші паперу фломастером червоного кольору.

IV ЕТАП. ОЦІНКА РІВНЯ ІНФОРМОВАНОСТІ (5–10% робочого часу)

Щоб не повторювати добре відому учасникам інформацію, слід з'ясувати, що вони знають про проблему. Для цього можна задавати питання групі, використовувати анкети, вікторини. Ще один спосіб – довідатися про прогалини в знаннях учасників, попросити їх написати анонімно на листку запитання ведучому з теми тренінгу. Відповіді на питання учасників можуть скласти основний обсяг інформаційного блоку. Це буде цікаво! При проведенні тривалого тренінгу в другий, третій і наступні дні даний етап може поєднуватися з етапом «Очікування учасників».

V ЕТАП. АКТУАЛІЗАЦІЯ ПРОБЛЕМИ (10–30% робочого часу)

Цей етап проходить червоною ниткою через увесь тренінг. Його можна використовувати для того, щоб розбудити в учасників інтерес до проблеми, сформувати в них мотивацію до зміни поведінки, а також для того, щоб вони усвідомили проблему як значиму.

Часто проблеми ВІЛ-інфекції і наркоманії сприймаються молодими людьми як щось далеке, відірване від життя, що стосується тільки «груп ризику», «неблагополучних» людей.

Завдання цього етапу – зробити проблему актуальною для кожного учасника.

VI ЕТАП. ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЛОК (20 – 40% робочого часу)

Інформаційний блок повинен бути розбитий на декілька логічно завершених частин, що розподілені по всьому тренінгу.

На цьому етапі йде багато часу на повідомлення докладної інформації (про причини і наслідки захворювань і соціальних явищ, про їхній вплив на особистість і суспільство, про їхню профілактику, лікування і реабілітацію).

Ваше завдання – так викласти інформацію, щоб вона була почута і зрозуміла учасникам (адже навіть при добре проведеній лекції з застосуванням аудіо-візуальних засобів засвоюється тільки 30% інформації).

Тому слід використовувати всі можливі засоби для зосередження уваги слухачів: наочні матеріали, дискусії, рольові ігри й іншу «важку артилерію».

VII ЕТАП. ВИРОБЛЕННЯ ПРАКТИЧНИХ НАВИЧОК (20–60% робочого часу)

На профілактично-просвітницькому тренінгу можна набути корисні навички, усі некорисні – учасники здобувають самостійно.

Метою профілактичних тренінгів є вироблення в учасників таких навичок:

1. Комунікативні

Напрацьовуються в ході всього тренінгу і за допомогою спеціальних ігор, вправ.

2. Прийняття рішень

Важлива навичка. Для її розвитку можна використовувати «мозкові штурми»; обговорення однієї проблеми всією групою; ігри, спрямовані на усвідомлення проблеми; алгоритм ухвалення рішення.

3. Зміни стратегії поведінки

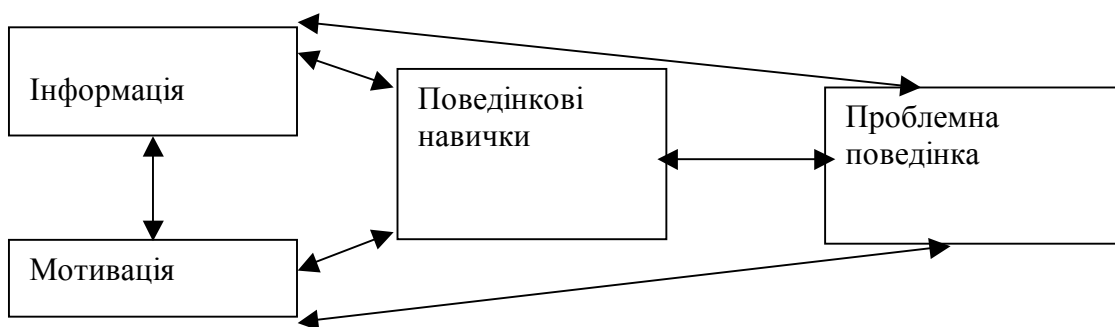
Дуже корисна навичка. Вона допомагає людині:

- гнучко, пластично реагувати на будь-яку ситуацію;
-
-

- краще пристосовуватися до навколишнього оточення;
- швидше знаходити вихід зі складних ситуацій;
- реалізовувати свої плани і досягати мети. Для того, щоб людина могла поміняти стратегію поведінки, їй треба мати уявлення про наявність інших стратегій. Для цього підійдуть рольові ігри.

Для того, щоб знати як змінити поведінку людини, потрібно ознайомитися з «моделлю зміни поведінки». Кожна людина у своєму повсякденному житті діє найчастіше звичним для неї способом. Знаходячись у незвичайній для себе ситуації чи перед необхідністю вибору, людина може зробити зовсім несподіваний крок або піти однією з відпрацьованих раніше стратегій. Люди, що володіють широким і різноманітним набором комунікативних стратегій, легше адаптуються в нестандартних ситуаціях, частіше приймають зважені і відповідальні рішення. Якщо ж у людини в арсеналі тільки одна чи дві стратегії, це значно знижує її свободу вибору і підвищує імовірність невдалих рішень.

МОДЕЛЬ ЗМІНИ ПОВЕДІНКИ



Ця схема ілюструє взаємозв'язки між інформацією, мотивацією, поведінковими навичками і поведінкою. Кожна людина має певний набір поведінкових навичок. Ці навички в повсякденному житті утворюють картину типової для неї поведінки. Модель поведінки залежить не тільки від того, як людина вмє поводитися, але і від того, чого людина хоче домогтися своїми вчинками. Тобто, у її поведінці є певна мотивація. Мотивація – це спонукання, що викликає і визначає спрямованість активності. Мотив розцінюється психологами як причина поведінки. Від того, наскільки успішно реалізуються мотиви, залежить те, які емоції буде відчувати людина. Мотивація до тієї чи іншої діяльності залежить від інформації, якою володіє людина. Інформація, в даному випадку, - це знання, особистий досвід і додаткові відомості про предмети чи явища, одержувані людиною в процесі життя. Інформація, якою володіє людина, може стимулювати її на придбання нових навичок чи відмову від використовуваних нею раніше. Наявність нової інформації впливає і на поведінку людини. Усі зв'язки на цій схемі взаємоспрямовані. Це означає, що зміна в якомусь одному блоці призводить до змін у всіх інших.

На поведінку людини значний вплив здійснює ступінь впевненості в собі, усвідомлення себе переможцем або невдахою.

Ця схема добре ілюструє 3 основні мети освітніх програм, спрямованих на формування відповідальної поведінки та здорового способу життя:

- Достовірне інформування
- Створення мотивації до відповідальної поведінки, здорового способу життя
- Формування поведінкових навичок.

НЕОБХІДНО ЗНАТИ, ЩО ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЛОК, ЕТАПИ АКТУАЛІЗАЦІЇ І ВИРОБЛЕННЯ НАВИЧОК МАЮТЬ ДОСИТЬ ПЛАСТИЧНУ СТРУКТУРУ; У ЦИХ ЕТАПІВ НЕМАЄ ЧІТКИХ ЧАСОВИХ РАМОК І ОБОВ'ЯЗКОВОГО ПОРЯДКУ ПРОХОДЖЕННЯ; ВОНИ НАКЛАДАЮТЬСЯ ОДИН НА ОДНОГО, ЙДУТЬ ПАРАЛЕЛЬНО.

VIII ЕТАП. ЗАВЕРШЕННЯ РОБОТИ. ОТРИМАННЯ ЗВОТНОГО ЗВ'ЯЗКУ (5% робочого часу)

Завдання цього етапу:

- 1) підвести підсумки тренінгу;
- 2) з'ясувати, чи збулися очікування учасників;
- 3) оцінити зміну рівня інформованості.

Закриття тренінгу краще проводити у формі «урочистої церемонії» із врученням пам'ятних сертифікатів про участь у тренінгу. Варто відзначити найбільш активних учасників і виголосити заключну промову: «Як приємно було працювати разом», «Як багато вдалося зробити», «Як це важливо і потрібно», «Які всі молодці!». Робота завершується прощанням групи. Учасники можуть обмінятися телефонами й адресами.

Які критерії оцінки ефективності тренінгу і як її виміряти?

Тренінг вважається ефективним в тому випадку, якщо він досяг поставленої мети. Тому дуже важливо при підготовці семінару або тренінгу чітко усвідомлювати його цілі і завдання. Можна виділити наступні критерії оцінки ефективності просвітницького семінару-тренінгу:

- підвищення рівня інформованості аудиторії з питань і тем, які обговорювались на семінарі-тренінгу;
- формування установок на зміну поведінки;
- оцінка тренінгу як процесу (емоційний стан учасників (комфортність), «сильні» і «слабкі» блоки (інформаційні та ігрові).

Існує декілька методів, за допомогою яких можна провести оцінку ефективності проведеного тренінгу. Ці методика можна використовувати як окремо, так і в комплексі. Зокрема, це:

- *Обговорення з персональними висловлюваннями.*

Після закінчення тренінгу кожний учасник групи висловлюється по схемі: що дізнався нового, що сподобалося або не сподобалося, що потрібно змінити. Тренеру в цьому випадку необхідно занотувувати відгуки, а потім проаналізувати і зробити висновки.

- *Анкетування.*

Наперед готується анкета, яку учасники заповнюють після закінчення семінару. Бажано, щоб анкета складалася з відкритих питань, що дозволить учасникам висловлюватися у вільній формі. Варто попросити учасників тренінгу давати відповідь на кожне питання, не пропускаючи жодного. До такої анкети можуть входити наступні питання: які теми тренінгу були для вас новими, по яких темах вам не вистачало інформації, які ігри вам сподобалися найбільше.

• *Замітки тренера.* Після закінчення тренінгу або його окремих блоків тренер записує, як реагувала група на інформацію цього блоку, чи всі брали участь в іграх, чи всім було комфортно. Недоліком цього методу є те, що тренер часто відволікається від семінару і не може зосередитися. Щоб уникнути цього потрібен спостерігач, бажано другий ведучий, який зможе фіксувати реакцію учасників на різні блоки (інформаційні й ігрові), а також на самого тренера.

• *«Інтерв'ю - вихід».* Наперед готується анкета, котра дозволяє перевірити знання окремих тем, затронутих на тренінгу. Така анкета, зокрема, повинна бути невеликою (можна на листі формату А 4), питання краще сформулювати в закритій формі, з заданими наперед варіантами відповідей. Згідно з цією методикою проводяться два виміри – до тренінгу і після нього. Варто звернути увагу на те, що в обох вимірах учасники заповнюють абсолютно однакові анкети. Завдання тренера – з'ясувати, чи зменшилася кількість неправильних відповідей після закінчення тренінгу, інформація по якій темі залишилася незрозумілою учасниками. Якщо в анкетах, заповнених по завершенні

тренінгу, кількість неправильних відповідей зменшилася, то можна вважати, що проведений тренінг підвищив інформованість учасників по проблемі.

• *Суб'єктивна оцінка учасників.* У даному випадку анкета включає список критеріїв, і учасникам пропонується оцінити тренінг за цими критеріями. Критеріями можуть бути: новизна інформації, комфортність, практична корисність. Також критерії оцінки тренінгу можна уявити у вигляді «Я-висловлювань», учасники відзначають ступінь згоди або незгоди з цими висловлюваннями.

НАПРИКЛАД:

Твердження	Повністю згоден	Частково згоден	Частково не згоден	Повністю не згоден
На тренінгу я набув багато нової інформації за темою тренінгу.	1	2	3	4
В ході тренінгу я відчував себе комфортно.	1	2	3	4
Інформація, отримана на тренінгу, стане в нагоді мені надалі.	1	2	3	4
Я обов'язково поділюся з друзями отриманою інформацією.	1	2	3	4
В ході тренінгу я отримав відповіді на всі свої питання по темі тренінгу.	1	2	3	4

Опрацювати отримані результати нескладно. За кожним твердженням відзначте, яких відповідей було отримано якнайбільше. Залишилося тільки зробити висновки.

• *«Панельне інтерв'ю-вихід».* Після деякого часу (3 – 6 місяців) після закінчення семінару проводяться дослідження, мета яких – з'ясувати, яким чином інформація і навички, отримані на тренінгу, вплинули на формування моделі безпечної поведінки учасника. «Панельне інтерв'ю-вихід» може включати наступні питання: які важливі для себе рішення прийняв респондент після семінару, чи може пригадати інформацію, отриману на семінарі, як оцінює вплив цього тренінгу на свою поведінку і багато що інше.

• *«Фокус-групи».* За допомогою цього методу також можна відповісти на всі питання «Панельного інтерв'ю-виходу», проте «фокус-група» є обговоренням, на яке запрошуються всі учасники тренінгу. Але, якщо в «панельному інтерв'ю» ланцюжок питань повинен виявити в респондента його оцінку тренінгу, то фокус-група збирається для обговорення тем і проблем, яким був присвячений тренінг; про це учасники повідомляються наперед. Обговорення проходить у вільній формі, тому цьому методу частіше надають перевагу ніж «панельному інтерв'ю». Описані вище методики краще всього використовувати в комплексі, в різних поєднаннях один з одним.

Це дозволить оцінити семінар-тренінг в декількох аспектах і за допомогою різних критеріїв.

Оцінюванню ефективності семінарів дуже допомагає використання моделі Дональда Киркпатріка (див. схему). Він виділяє чотири категорії оцінювання: **реакція, навчання, поведінка і результати.**

Зазвичай на семінарах ми можемо оцінити тільки два перші рівні. Оцінка *реакції* здійснюється за допомогою постійного надання можливості учасникам дати «зворотний

зв'язок» на те, що відбувається, а кінці семінару все підсумовується при підведенні підсумків (анкети і т.д.).

З оцінкою навчання справа йде більш заплутано. Але вона теж регулярно відбувається в тренерській практиці. Тут треба тільки пам'ятати, що в навчанні, побудованому на принципах конструювання знання, **оцінку в один захід, одномоментно не виробити**. Йдеться про комплексну, **автентичну оцінку**. Оцінка ефективності у ході семінарів відбувається весь час. Тренер спостерігає за самим процесом створення учасниками нового знання, як вони його застосовують в нових контекстах. Однак можливість прослідкувати етап застосування набутого учасниками на семінарі в нових контекстах присутня далеко не завжди або не в достатній мірі.

Оцінка ефективності проведення тренінгу через чотирирівневу модель Киркпатріка

Рівень оцінки	Тип результату	Способи і методи оцінки
1. Рівень реакції	Реакція учасників. Думка учасників – сподобалося або не сподобалося	"Зворотний зв'язок" від учасників протягом всього тренінгу (рефлексії, "Дзеркало заднього огляду", "Вагончики", підсумкова анкета в кінці тренінгу та ін.)
2. Рівень засвоєних знань (оцінка навчання)	Зміни учасників. Засвоєння учасниками деяких фактів, навиків або принципів, а також вироблення здатності якоюсь мірою користуватися ними. Це також будь-які зміни персоналу, котрі сприяють ефективній роботі: позитивний настрій, підвищення професійної мотивації, зміна думок (подолання стійких стереотипів мислення), підвищення згуртованості команди, отримання конкретних знань (так зв. навчальний результат).	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Самоаналіз, самооцінка учасників тренінгу щодо зміни в настроях, думках та в їх коментарях, висловлених в оцінних анкетах ➤ Спостереження тренера-консультанта під час навчання, аналіз змін учасників тренінгу до кінця навчання і їх опис в звіті за наслідками проведення тренінгу ➤ Вправи протягом і в кінці тренінгу на засвоєння і використання набутого змісту (групові і індивідуальні, письмові, усні, у вигляді ролевих ігор, проектна діяльність)
3. Рівень поведінки	Зміни поведінки на робочому місці Системне застосування набутого на тренінгу змісту (знань, умінь, ціннісних установок)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Спостереження за роботою співробітника, що пройшов навчання, "в полі" (на робочому місці) ➤ Анкетування учасників тренінгів через певний час ➤ Анкетування представників цільових груп учасників, що пройшли тренінги
4. Рівень ефекту	Зміна результатів діяльності організації Вплив навчання на роботу	

Література

1. Зимівець Н.В., Лещук Н.О., Авельцева Т.П. та ін. Методика освіти «рівний – рівному»: Навч.-метод. посібник. – К.: Навчальна книга, 2002.
 2. Соціальна робота в Україні: Навч. посіб. / І.Д. Зверева, О.В. Безпалько, С.Я. Марченко та ін.; За заг. ред.: І.Д. Зверевої, Г.М. Лактіонової. – К.: Наук. світ, 2003.
 3. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф. Анн. – СПб.: Питер, 2003.
 4. Джексон П. Импровизация в тренинге. – СПб.: Питер, 2002.
 5. Навчання в дії: Як організувати підготовку вчителів до застосування інтеракт. Технологій навчання: Метод. посіб. / А.Панченков, О.Пометун, Т.Ремех. – К.:А.П.Н., 2003.
 6. Никандров В.В. Антитренинг, или Контуры нравственных и теоретических основ психотренинга: Учеб. пособие. – СПб.: Речь, 2003.
 7. Инновационные методы обучения в гражданском образовании / Величко В.В., Карпиевич Д.В., Кирилук Л.Г. – 2-е изд. доп. – Мн.: «Медисонт», 2001.
 8. Профессиональная кухня тренера (из опыта неформального образования в третьем секторе) / Отв. Ред. Е.Карпиевич, В.Величко. – СПб.: «Невский простор», 2003.
 9. Осознанное право – право на каждый день /Пособие для начинающего тренера, работающего в области правового просвещения/ Упоряд. и общ. редак. Т.П.Авельцева, Н.В.Зимовец. – Днепропетровск, 2001.
 10. Профілактика ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки: Тренінговий модуль по підготовці працівників притулків для неповнолітніх України до здійснення профілактичної роботи / Авт.-упор.: Журавель Т.В., Лях Т.Л., Петрик О.М.; Під заг. ред. Лях Т.Л. – К., 2003.
 11. Формування здорового способу життя: Навч. посіб. Для слухачів курсів підвищення кваліфікації державних службовців /О.Яременко, О.Вакуленко, Л.Жаліло, Н.Комарова та ін. - К.: Укр. ін-т. соціальних досліджень, 2000. - 232 с.
- Підготовку матеріалу здійснено в рамках партнерського проекту „Впровадження програм профілактики ВІЛ/СНІДу та пропаганди здорового способу життя на базі місцевих громад м. Луцька” (Християнський дитячий фонд (Україна)).
-
-

Лях Тетяна Леонідівна,

ст. викладач кафедри соціальної роботи та практичної психології Академії праці і соціальних відносин;

Голова методичної ради ВГЦ „Волонтер”

Умови ефективного використання методу інтерактивної гри

В практиці сучасної соціально-педагогічної діяльності існують різні бачення ролі інтерактивних методів як засобу педагогічної взаємодії. Одні дослідники вбачають в них своєрідну панацею, яка вирішує усі проблеми процесу навчання, інші – істотне доповнення до існуючої системи методів навчання, які використовуються в сучасній традиційній освіті, хтось – інструмент для урізноманітнення досить однотипної форми пізнання навколишньої дійсності, дехто – якісно інший підхід до організації освітньої діяльності.

Напевно, кожний із зазначених підходів до визначення ролі інтерактивних методів має право на існування. Та, разом з тим, розуміння терміна «інтерактивні методи навчання», а, як наслідок, і його вживання часто є не зовсім точними. Як слово, що визначає головну особливість даних методів навчання, використовується прикметник «інтерактивний», що означає «заснований на взаємодії». Однак взаємодія, будучи основним елементом будь-якої освітньої діяльності, у більшому або меншому ступені присутня при використанні практично кожного з методів навчання. У такому випадку, цілком природним є питання: «Так що ж варто розуміти під інтерактивністю?».

Для відповіді на це питання буде доречним звернутися до ідей інтеракціонізму – теоретико-методологічного напрямку у закордонній соціології й соціальній психології, які отримали найбільший розвиток у другій половині ХХ століття [10, 218].

Американський соціолог і соціальний психолог Джордж Мід – основоположник інтеракціонізму, розглядав розвиток суспільства й соціального індивіда (соціальне «Я») у нерозривній єдності. Він вважав, що походження «Я» цілком соціальне, а головна його характеристика – здатність ставати об'єктом самоспостереження, саморефлексії й самоконтролю [4].

Представники більш пізнього інтеракціонізму (М.Кун, Т. Шибутани), досліджуючи природу соціальних процесів, вбачали в їхній основі вироблення й зміну соціальних значень, постійне визначення й перевизначення ситуацій взаємодії їхніми учасниками [12].

Таким чином, можна зробити висновок про те, що в цьому випадку під інтерактивністю розуміється не просто процес взаємного впливу об'єктів один на одного, а спеціально організована пізнавальна діяльність, що носить яскраво виражену соціальну спрямованість.

Отже, до інтерактивних методів можуть бути віднесені ті методи навчання, які організують процес соціальної взаємодії, на підставі якого в учасників виникає якесь «нове» знання, що народилося безпосередньо в ході цього процесу, або стало його результатом.

Якщо говорити про інтерактивну гру як один із методів активного навчання, то слід зазначити, що питання використання даного виду ігор у соціально-просвітницькій діяльності є досить актуальним. Сьогодні достатньо широке коло спеціалістів використовують різноманітні інтерактивні ігри у своїй діяльності. Та така популярність інтерактивних ігор у різноманітних фахівців соціальної сфери має і зворотній бік. Часто спеціалісти не сприймають цей метод як достатньо серйозний, що вимагає кропіткої підготовки. Можливо, це відбувається тому, що у назві методу одним із слів є саме „гра”, а вона найчастіше сприймається більшістю як „забавка”.

Адже з поняттям «гра» ми часто зустрічаємось у своїй практиці. Вона майже завжди є частиною групової роботи. Однак, як вже зазначалося, ставлення до неї у соціально-просвітницькій роботі часто досить легковажне: гра – це всього на всього лише гра. Гру використовують як спосіб зняття напруги, з метою розважитися, познайомитися, і рідше для вирішення завдання, спрямованого на особистісний розвиток, опрацювання певної теми.

Гра, як культурний феномен та один з найважливіших засобів розвитку, розглядалася ще в далекій давнині. Стародавні індуїсти сприймали життя як божественну гру („ліла“), як ілюзію („майя“), вважаючи, що ілюзія і є гра, і більше того, навіть слово „ілюзія“ означало в них „перебування в грі“, in *ludum* (латин. *Lidum* – гра). Про гру писали і філософи, і поети. У Ф. Шіллера „людина, власне, тільки тоді і є цільною істотою, коли грає“. „Весь світ – театр, а люди в ньому – актори“, – стверджував Шекспір. „*Homo Ludens*“, „людина граюча“ Й. Хейзінгі – нова іпостась людини, що доповнює „*homo sapiens*“, „людину розумну“ й „*homo faber*“ – „людину - творця“ [2; 11].

Психолого-педагогічна література дає чимало відповідей на питання, в чому і як взаємодіє ігрова діяльність і процес соціалізації особистості. Дидактичні аспекти ігрової діяльності вивчалися у працях Л.О.Венгер, О.Е.Селецької, Д.М. Узнадзе та інших. Рекомендації щодо використання гри в системі виховної роботи школи запропоновані в дослідженнях Н.П. Анікєєвої, З.А. Веселої, О.С. Газмана, Р.М.Мироново і, О.Л.Немежанської, В.М.Терського, С.А.Шмакова та інших. Н.Я. Безборода, А.Б. Добрович, В.В. Петрученко, В.Р. Прауде, М.Л. Смульсон та інші розглядали питання використання гри з метою діагностики і психокорекції міжособистісних стосунків, окремих якостей творчої особистості. В працях Д.Б.Менжерицької, Є.М. Мінскина, Б.П. Нікітіна, О.Ю. Приходько, О.Я.Савченко, А.М. Тютюнникова та інших висвітлено різноманітні аспекти використання ігор у навчально-виховному процесі сучасних середніх загальноосвітніх навчально-виховних закладів. Обґрунтування ж і практичне застосування ігор, які доцільно було б використовувати в практиці соціальної роботи, знайшли відображення у працях Р.Х. Вайноли, Н.В. Зимівець, Т.П. Цюман та інших.

Специфіка ігрової діяльності в системі соціально-педагогічної роботи полягає, перш за все, у превентивній, профілактичній та корекційній спрямованості гри. Метою таких ігор може бути як безпосередній розвиток якостей особистості, так і демонстрація творчості учасників, їх позицій і можливих перспектив розвитку. Програвання певних ситуацій, залучення учасників гри до ситуації вибору є реальним шляхом розвитку творчої особистості, а саме таких її якостей, як: творчий інтерес, допитливість, бажання пізнати себе, впевненість у власних силах, творчий оптимізм тощо. Наявність цих показників є характерною ознакою творчої діяльності. Гра є одним з інструментів в арсеналі соціального працівника у процесі розв'язання проблеми організації життя виховного колективу ще й тому, що її можна застосовувати з метою діагностики, психокорекції міжособистісних стосунків. Окрім цього, гра сприяє духовній і фізичній розкутості, зняттю напруги, посиленню відчуття радості від подолання певних труднощів, перешкод [8, 130-140].

Однією з особливостей застосування ігор в соціальній роботі є активне залучення учасників не лише до процесу програвання, але й до самого створення гри. Вітчизняний науковець Р.Х. Вайнола запропонувала, у зв'язку з цим, класифікацію ігор:

- ігри, в яких відчувається нестача інформації;
 - ігри, умови яких потребують доповнення;
 - ігри, де визначено лише сюжет;
 - ігри зі суперечностями у змісті;
 - ігри із запланованими помилками у змісті (з метою виправлення помилок учасниками);
-

– ігри із запланованим сюжетом і умовами, де оцінки, результати визначають учасники [1, 105-106].

Якщо говорити про класифікацію даних ігор, то слід зазначити, що тут спостерігаються деякі труднощі. Зокрема, складність полягає у тому, що деякі принципи їхньої побудови подібні й, на перший погляд, може здатися, що мова йде про одне й те саме, але, проте, існують істотні розбіжності. Виділяють низку складних ігор: рольові, організаційні, ділові, симуляційні. І інтерактивні ігри також є різновидом складних ігор.

Значущість інтерактивної гри підкреслює німецький психолог Клаус Фопель: „поняття “гра” важливе, тому що інтерактивні ігри пробуджують у їх учасників допитливість, зацікавленість, готовність до ризику, вони створюють ситуацію випробування й дарують радість відкриттів, що властиво всім іграм. Поняття “інтеракція” включає внутрішньоособистісну (різні частини моєї особистості вступають у контакт один з одним) і міжособистісну (я вступаю в контакт із іншими людьми) комунікацію” [9, 10; 7].

За змістовим наповненням, сюжетом інтерактивні ігри дуже різноманітні. Це суттєво ускладнює описання інтерактивної гри як окремого методу. Підставами для класифікації інтерактивних ігор можуть служити: цілі ігор; кількість учасників гри; навантаження на учасників; тривалість; засоби спілкування; ступінь структурованості гри; походження гри; психологічна основа інтерактивної гри; вимоги до ведучого групи; глибина інтервенції (втручання) гри; масштаб інтервенції [5; 9, 13-20].

Разом з тим, даний метод має деякі відмінні риси:

- наявність учасників, або груп учасників, інтереси яких у значній мірі перетинаються;
- наявність чітко обговорених правил гри, що дає однозначне розуміння рамок припустимих дій учасників;
- наявність ясної мети, досягнення якої можливе шляхом здійснення певних дій у рамках установлених правил;
- здійснення взаємодії з іншими учасниками гри тим способом й у тім обсязі, що обирається самим учасником;
- можливість використання учасниками різних моделей поведінки в процесі досягнення мети;
- докладна групова рефлексія й підведення підсумків по закінченні гри [3, 65-66].

Одним з основних завдань інтерактивної гри є створення умов для знаходження учасниками нового значущого для них досвіду соціальної поведінки, що допоможе їм розібратися в різних життєвих ситуаціях, з розумінням й аналізом яких до цього були певні труднощі. Взаємодія, у цьому випадку, виступає каталізатором і доповнює систему знань, що були раніше в учасників, і уявлень стосовно певних життєвих ситуацій. Таким чином, **інтерактивну гру** можна визначити як активний метод навчання, заснований на досвіді, отриманому у результаті спеціально організованої взаємодії учасників з метою зміни індивідуальної моделі поведінки [3, 66].

Напевно; інтерактивна гра поміж усіх інших активних методів навчання найбільш схожа на рольову гру, проте, між ними також є певні відмінності.

В інтерактивній грі немає поділу на групу, що грає ролі, і групу спостерігачів, які згодом беруть участь у процесі аналізу. Неодмінною умовою є участь кожного в грі, тому що основним навчальним елементом у цьому випадку виступає взаємодія.

В інтерактивній грі, як і у рольовій грі, учасникам задається ситуація. Однак замість конкретних ролей учасникам даються лише інструкції, яким чином їм варто діяти. Крім того, зовсім не обов'язково, щоб запропонована ситуація нагадувала життєву. Досить, якщо вона буде містити в собі певну проблему, яку варто вирішити.

В інтерактивній грі перед учасниками ставиться мета, яку вони повинні прагнути

досягти в її ході, наприклад, набрати найбільшу кількість балів тощо. При відсутності такої мети сама гра буде сприйматися несерйозно, а ігрова ситуація придбає елемент штучності, що істотно знизить її ефективність.

Інтерактивна гра за своєю природою наближена до спортивного змагання (через такі ознаки, як: наявність мети, загальна участь тощо), у той час як рольова гра більше нагадує театральну дію (наявність ролей, глядачі у вигляді спостерігачів тощо) [6].

Для того, щоб володіти технікою гри й передбачати ефекти, які вона може справити на гравців, ведучий повинен мати досвід власної участі у ній. Німецький дослідник Герберт Гудіонс, протягом тривалого часу займався розробкою інтерактивних методів. Він вважає, що «кожний, хто мав деякий досвід тренінгу в різних групах, знає, що ігри й вправи – інструменти, які можна застосовувати невміло, неефективно, а іноді зі шкідливими наслідками. Саме тому вирішальна умова для застосування інтерактивних методик – власний досвід участі в груповій динаміці по самопізнанню. Якщо ведучий не знає структури якоїсь методики, він повинен спробувати неї програти в колі своїх знайомих. При цьому корисно зафіксувати конкретний досвід з іграми й вправами та внести можливі зміни» [3, 143].

Важливими рекомендаціями для ведучого інтерактивної гри будуть такі:

- 1) будь-яка інтерактивна гра має бути чітко продуманою, структурованою, виваженою щодо цілей та завдань соціально-просвітницької діяльності та ретельно підготовленою;
- 2) починаючи гру, ставте чіткі завдання та не втручайтесь у процес групової роботи. Натомість уважно спостерігайте за динамікою та шляхом досягнення групою мети. Непомітно фіксуйте спостереження – вони знадобляться вам під час рефлексії;
- 3) пам'ятайте, що гра може тривати 10 хвилин, а от обговорення її мінімум втричі довше;
- 4) у процесі аналізу і підведення підсумків гри дуже важливо не намагатися нав'язати учасникам свою думку. Адже вони будуть говорити не те, що думають, а те, що від них хочуть почути. Це означає, що освітній ефект гри зведений до мінімуму, а ведучий, керуючись бажанням пояснити учасникам «мораль» тієї або іншої інтерактивної гри, досягає зворотного ефекту;
- 5) не варто прагнути до негайного розуміння учасниками всієї важливості знайденого ними досвіду у результаті гри, адже не випадково серед тренерів та педагогів з приводу ефективності того або іншого методу часто можна почути фразу: «Результат через півроку»;
- 6) даючи зворотній зв'язок ведучого, керуйтеся лише зафіксованими спостереженнями та фактами; пам'ятайте про почуття групи, використовуйте гумор, будьте толерантними та конструктивними.
- 7) вразі, якщо час, запланований на проведення гри вичерпано, гру та обговорення обов'язково слід довести до кінця. Не можна діяти за схемою – „гра сьогодні”, а обговорення „колись”;
- 8) і знову-таки, дивитись пункт 1: „будь-яка інтерактивна гра має бути чітко продуманою, структурованою, виваженою щодо цілей та завдань соціально-просвітницької діяльності та ретельно підготовленою”.

Звичайно, як і будь-який метод, інтерактивні ігри мають свої переваги й недоліки. До переваг відносять:

- активність всіх членів групи;
 - можливість програвати різні моделі поведінки, інші ролі;
 - можливість одержання нового соціального та особистісного досвіду в процесі гри;
 - наявність обов'язкового етапу рефлексії (багато інших видів ігор страждають від відсутності такого);
 - можливість особистісного росту учасників;
-

- можливості застосування інтерактивних ігор для діагностики, корекції, профілактики;
- можливість застосування інтерактивних ігор для різних категорій учасників (при модифікації правил й умов гри в більшому або меншому ступені);
- глибокий рівень засвоєння інформації завдяки емоційним переживанням;
- вироблення вміння слухати та чути інших;
- знання „пропускаються через себе”, і деякі висновки людина робить самостійно, або під час обговорення у групі;
- навчання через обмін досвідом або пасивне спостереження;
- взаємодія, активізація мислення;
- можливість аналізу своїх дій, відчуття набуття досвіду;
- можливість обміну досвідом та думками;
- вироблення вміння співпрацювати;
- різноманіття форм, невідомість їх для учасників;
- можливість у невимушеній формі та атмосфері набувати досвід;
- можна програти ситуацію, а потім подивитися на неї збоку, об’єктивно оцінити все, що відбувалося;
- розвиток індивідуальних здібностей та стимулювання, тим самим, до активної суспільно корисної діяльності.

До основних недоліків належать:

- складність у підготовці й проведенні інтерактивної гри;
- необхідність чималих часових витрат;
- необхідність хорошої матеріальної бази;
- важливість високого рівня професійної підготовки ведучого;
- обмеженість застосування (учасники повинні бути одного віку; важливість врахування стану здоров'я);
- існує ризик зіткнення особистісних амбіцій і різноманітних особливостей поведінки людини;
- загроза надмірної захопленості грою, невміння робити висновки;
- не працює у надмірно великих групах;
- вимагає високої відповідальності ведучого;
- інтерактивна гра – це практика, недостатньо підкріплена теорією;
- пасивність деяких учасників, небажання брати участь;
- неможливість використання у дошкільних закладах;
- існує ризик виникнення конфліктних ситуацій;
- неповністю можна розкрити свій творчий потенціал;
- важко використовувати в групах, де учасники не знають один одного;
- можна сильно „зачепити” особистісні позиції, якості або проблеми людини;
- не усі знання можна набувати саме через цей метод;
- по завершенню гри у деяких учасників можуть залишитись негативні переживання;
- відносно низька інформаційна продуктивність;
- недостатня розробленість даної проблеми в літературі [3, 68].

Інтерактивні ігри можна застосовувати для вирішення багатьох ситуацій, які виникають у групі, у різних тематичних і проблемних галузях. Зі їх допомоги можна моделювати, розвивати й удосконалювати практично усі особисті й професійні способи

поведінки – комунікативні навички, спостережливість, здатність розбиратися у своїх і чужих почуттях, а також творчі здатності й фантазію.

Метод інтерактивної гри є важливим елементом професійної діяльності психологів, педагогів, соціальних педагогів і соціальних працівників, тому що він дозволяє вирішувати різні завдання практичної діяльності. Інтерактивні ігри можуть використовуватися як для навчання ведення груп, процесу прийняття рішень, рольовій поведінці, розв'язанню конфліктів, співробітництву. Саме тому вважаємо цей метод достатньо дієвим у профілактиці ВІЛ/СНІД та ризикованої поведінки серед дітей та молоді у притулках та виховних колоніях для неповнолітніх.

Список використаних джерел

1. Актуальні проблеми соціально-педагогічної роботи (модульний курс дистанційного навчання) / Автор. колектив: А.Й. Капська, О.В. Безпалько, Р.Х. Вайнола; За заг. ред.: І.Д. Зверєвої, Г.М. Лактіонової. – К.: Наук. світ, 2001. – 129 с.
 2. Бондарева Е.Е. Гра як естетичний феномен (культурологічний та педагогічний аспекти) // *Образование без границ*, № 2, 2002. С. 54 – 57.
 3. Инновационные методы в гражданском образовании / Величко В.В., Карпиевич Д.В., Карпиевич Е.Ф., Кирилюк Л.Г. – 2-е изд. Доп. – Мн.: Медисонт, 2001. – 168 с.
 4. Кон И. Открытие „Я”. – М.: Аграф, 1978. – 98 с.
 5. Королева Е. Голос чужой планеты// *Школьный психолог*, № 46–48, 2001.
 6. Межкультурное образование в школе/Величко В.В., Дергай А.В., Карпиевич Д.В., Савчик О.М. – Мн.: Тесей, 2001. – 168 с.
 7. Профессиональная кухня тренера (из опыта неформального образования в третьем секторе) / Отв. ред.: Е. Карпиевич, В. Величко. – СПб.: «Невский простор», 2003. – 256 с.
 8. Технології соціально-педагогічної роботи: Навч. посіб. / За заг. ред. А.Й. Капської. – К.: ТОВ ВКВ „Аспект”, 2000. – 372 с.
 9. Фопель К. Технология ведения тренинга. Теория и практика. Пер. с нем. – М.: Генезис, 2003. – 272 с.
 10. Чалдини Р. Психология влияния. СПб.: Питер, 1999. – 272 с.
 11. Философский энциклопедический словарь. – М., 1989. – 218 с.
 12. Шибутани Т. Социальная психология. – Р-н-Д.: Феникс, 1998. – 544 с.
-
-

Лях Тетяна Леонідівна,
ст. викладач кафедри соціальної роботи та
практичної психології Академії праці і
соціальних відносин;
Голова методичної ради ВГЦ „Волонтер”

Особливості використання методу case-study

До методів соціальної роботи, які активно використовуються у профілактиці ВІЛ/СНІД та ризикованої поведінки можна віднести і метод case-study («кейс-стаді» або метод кейсів).

Метод case-study почали застосовувати ще на початку ХХ століття в галузі права й медицини. Провідна роль у його поширенні належить Гарвардській Школі Бізнесу. У період з 1909 по 1919 рр. навчання відбувалося за схемою: учнів-практиків просили викласти конкретну ситуацію (проблему), а потім здійснити аналіз проблеми й надати відповідні рекомендації. Перший збірник кейсів (ситуацій) був виданий в 1921 р. (Dr. Copeland, Dean Donhman). Згодом метод case-study знайшов широке застосування в країнах Європи й США в галузі вивчення менеджменту й маркетингу.

Поняття кейса (ситуації) – одне з базових понять методу. Кейс (від англійського «case» – ситуація) – це реальні й докладно описані ситуації педагогічної практики разом із причетними до ситуації супутніми фактами, думками (від яких залежить її вирішення).

Найпоширеніше визначення ситуації говорить про неї як про сукупність елементів середовища, як про фрагмент середовища на певному етапі життєдіяльності індивіда. Таке розуміння ситуації дозволяє виділити наступні її складові: діючі особи, здійснювана ними діяльність, тимчасові й просторові аспекти ситуації [4, 135].

Хороший, грамотно розроблений кейс – це інструмент, за допомогою якого в навчальну аудиторію привноситься частина реального життя, реальна ситуація, що виникла в ході педагогічної діяльності, над якою треба самостійно попрацювати й представити обґрунтоване рішення.

Кейси, зазвичай підготовлені у письмовій формі й складені виходячи з досвіду реальних людей. Вони читаються, вивчаються й обговорюються.

Як уже говорилося вище, кейс – це описання складної ситуації, яку для того щоб зрозуміти, потрібно спочатку розкласти на частини, проаналізувати кожен з них, а потім знову скласти разом, щоб одержати цілісне уявлення про ситуацію. Таким чином, з'являється ще одна важлива категорія методу case-study – «аналіз ситуації».

Можна виділити декілька завдань, які повинні бути вирішені при аналізі ситуації:

- здійснення проблемного структурування, що припускає виділення комплексу проблем ситуації, їхньої типології, характеристик, наслідків, шляхів дозволу;
- визначення характеристик, структури ситуації, її функцій, взаємодії з навколишнім і внутрішнім середовищем;
- встановлення причин, які призвели до виникнення даної ситуації й наслідків її розгортання;
- діагностика змісту діяльності в ситуації, її моделювання й оптимізація;
- побудова системи оцінок ситуації, її складових, умов, наслідків, дійових осіб;
- підготовка пророкувань щодо ймовірного, потенційного й бажаного майбутнього;
- вироблення рекомендацій щодо поведінки дійових осіб у ситуації;
- розробка програм діяльності в даній ситуації.

Необхідно звернути увагу на спеціальну технологію роботи із ситуаціями в навчальному процесі. Вона полягає в наступному: ті, кого навчають, аналізують кейс самостійно, намагаючись виділити в ньому проблему й усю необхідну інформацію для її

рішення. Потім обговорюють свої висновки й міркування в малих групах (3-5 осіб), виробляють спільні рішення. Усі варіанти рішень виносяться на загальну дискусію. Тут зіштовхуються різні точки зору на проблему й різні варіанти її вирішення.

Таким чином, повертаючись до визначення методу case-study, можна сказати, що це метод, що містить у собі водночас:

- спеціалізований навчальний матеріал, що включає кейс (текстовий опис подій, що мали місце в процесі педагогічної практики в словах й образах), інструкцію по роботі з даним кейсом, рекомендації з використання кейса;

- спеціальну технологію використання цього матеріалу в процесі навчання.

Можна виділити наступні особливості методу case-study:

- споконвічна неоднозначність розгортання ситуації й характер варіативності її вирішення вчить тому, що не буває єдино вірної відповіді й допомагає виробити кілька можливих відповідей відразу;

- кейси й додатки до них, дозволяють використати різноманітні джерела знань: знання отримані на лекціях та під час інформаційних повідомлень, які використовуються учасниками при аналізі різноманітних ситуацій і пошуку рішень, висловлювання учасників і ведучого під час обговорення кейса, досвід, що привноситься учасниками в аудиторію;

- ще одна особливість методу case-study полягає в колективному характері пізнавальної діяльності, що припускає різноманітні форми роботи: обмін думками, обговорення, мозкову атаку, роботу в малих групах, дискусію. Колективність є найважливішою передумовою синергетичного ефекту, тобто множення зусиль учасників навчання й множення пізнавального результату;

- індивідуальна й колективна робота в умовах вільного висловлювання ідей дозволяє говорити про творчий процес пізнання, що у свою чергу забезпечує наявність не тільки логічної моделі пізнання, але й механізмів образного, інсайтного пізнання.

До ситуацій (кейсів) висувається ряд вимог. Кейс повинен містити реальну, обгрунтовану інформацію, достатню для того, щоб той, кого навчають, зміг представити себе в описаній ситуації й ототожнити себе з людьми, що беруть участь у ній. За своєю природою кейс тим кращий, чим у більш реальну ситуацію потрапляє вивчаючий її. Ситуація повинна бути зрозумілою до найменших подробиць. Однак, за своєю конструкцією вона не повинна являти собою добре сформульовану проблему. Навчання пошуку й формулюванню проблеми є принциповим у застосуванні методу case-study.

Добре написаний кейс повинен являти собою ланцюг послідовних подій зі своєю тимчасовою структурою, які містять у собі провокаційні моменти, що сприяють появі в групі суперечок, обговорень, бажання думати, міркувати, розробляти варіанти рішень. Для цього велике значення буде мати й той факт, що ситуація повинна мати цікавий сюжет, насичений подіями, персонажами, почуттями, емоціями, динамікою, що робить її частиною реального життя. Бажаною є свідомо драматизація ситуації. Однак при цьому кейс повинен містити дозовану інформацію, що дозволила б тому, кого навчають, швидко зануритись в проблему й мати всі необхідні дані для її вирішення. Кількість описуваних подій і фактів повинна бути досить обмеженою. З одного боку необхідно „заплутати” ситуацію, але з іншого – не повинно бути абсолютно зайвих даних. Матеріал містить констатацію подій, а аналіз і висновки покладають на читача. Залежно від мети, переслідуваної автором кейса, якась інформація може бути висунута на передній план, у той час як інша – навмисне замаскована або не використана зовсім.

Деякі фахівці, що досліджували метод case-study, вважають, що в основі кожного кейса повинна лежати реальна ситуація, з якою зіштовхнулася реальна людина. І що змішання реального й вигаданого в кейсі не дозволене [2, 111]. При цьому інші вважають, що [1, 14] кейс може бути складений на підставі узагальненого досвіду, тобто не обов'язково відбивати реальну діяльність. Ми думаємо, що кейс у кожному разі повинен

містити максимально реалістичну картину подій і кілька конкретних фактів. У цьому випадку виклад реальних і вигаданих подій зітре розходження між ними.

Що стосується структури самого кейса, то стиль викладу повинен забезпечити оперативне знайомство з матеріалом. Обсяг класичного кейса-матеріалу становить 10-15 сторінок машинописного тексту. Однак їхні параметри варіюються. Приміром, кейси, використовувані у на перших заняттях, повинні бути простими й короткими. Кейс-матеріал, написаний для заключних занять курсу, може бути ускладнений більшою кількістю інформації, частина якого для утруднення рішення зазначеної проблеми буде навмисно надлишкова. Або, навпаки, з кейса буде прибрана частина важливої інформації, що змусить учасників більш продуктивно мислити, спонукає задуматися над тим, аналіз яких наявних даних дозволить відтворити відсутня ланка інформаційного ланцюга. Структура матеріалу викладається як послідовність невеликих розділів розміром 0,3-1 ст. машинописного тексту із чітко орієнтованим заголовком. Додатковий матеріал для кейса приводиться в додатку.

В разі використання методу кейсів слід враховувати певні вимоги.

Будь-яке навчальне заняття з використанням методу case-study – це особлива технологія, яку обов'язково необхідно дотримувати.

Роботу з методу case-study можна розділити на певні етапи, що мають свої педагогічні цілі, завдання, а також рольові функції учасників.

Підготовчий етап. Під час цього етапу педагог, відповідно до мети і завдань заняття, вибирає потрібний кейс і підбирає літературу, необхідну для підготовки до заняття з використанням методу case-study.

Вступна частина заняття. Цей етап припускає короткий вступ педагога. Якщо учасники раніше не працювали за методом case-study, необхідно познайомити їх з даним методом як з однією з форм активного навчання, коротко озвучити основні етапи їхньої подальшої роботи, а також позначити способи й критерії оцінки їхньої роботи на занятті за даним методом. Варто також звернути їхню увагу на принципи, що лежать в основі методу.

На даному етапі учасникам роздають кейси, з якими вони будуть працювати, подається інструкція по роботі з ними, озвучується чітке формулювання завдання.

Розбір кейса в малій групі складом 3–6 осіб. Перед початком даного етапу педагогові обов'язково необхідно озвучити тимчасові рамки, завдання роботи, у якому виді повинен бути оформлений результат, звіт про роботу. На цьому етапі можливі обговорення й аналіз висновків, зроблених за матеріалами кейса самостійно.

Основні завдання даного етапу для учасників навчання наступні:

1. визначення основних проблем аналізованої ситуації, рівня виникнення проблем і прийняття рішень, мети й шляхів рішення головної проблеми, обмежень і вимог до рішення;
2. підготовка до формулювання учасниками своїх висновків і висновків перед групою.

Обов'язковими вимогами даного етапу виступають: участь кожного в обговоренні; можливість кожному висловити свою точку зору й одержати уявлення про думки інших; командний характер роботи, що вимагає вміння вислухувати й урахувати чужі думки.

У цілому, робота на даному етапі відбувається в такий спосіб: обговорення отриманої вступної інформації, яку містить кейс, обмін думками із приводу плану роботи над проблемою, дискусія – робота над проблемою (тут активно можуть використовуватися інші активні методи, наприклад мозковий штурм, мета-план), вироблення рішень проблеми, дискусія для прийняття остаточних рішень, підготовка доповіді. Для подання результатів малим групам рекомендується підготувати на одній сторінці резюме з висновками у вигляді тексту, графіки, таблиці.

Роль педагога на даному етапі зводиться до спостереження й контролювання роботи малих груп для попередження їхнього виходу за рамки теми, завдань і часу.

Дискусія в загальній групі. Вона організовується на основі повідомлень підгруп. Представники кожної з підгруп виступають зі своїм аналізом кейса, причому слухачі виступають надалі в ролі опонентів до доповідача. Основне завдання даного етапу – виявити різні точки зору й тим самим забезпечити об'єктивний аналіз пропонованої ситуації. Цей етап повинен будуватися й проводитися за всіма законами класичної дискусії.

Впровадження у свою практику методу case-study ставить серйозну проблему конструювання даного методу. При цьому процес конструювання можна розкласти на дві складові: створення кейса й проведення заняття.

На сьогодні відчувається величезний дефіцит кейсів, які можуть бути використані у профілактичній діяльності з підлітковою та молодіжною аудиторією. Тому перед педагогом, що бажає використати метод case-study, встає питання самостійної розробки й написання кейсів. Процес конструювання кейса можна описати в наступній послідовності його складових:

1. Визначення того розділу курсу, якому буде присвячений кейс. У кожному конкретному випадку викладач – укладач кейса повинен чітко уявляти, яка роль буде відведена кейсу в системі занять за курсом. Від цього буде залежати місце кейса в загальній програмі й форма ведення конкретних занять.

2. Формування навчальних цілей і завдань кейса – визначення того, які знання й навички повинен «охопити» кейс. Чи буде за своїм призначенням майбутній кейс ситуацією-ілюстрацією, що виступає прикладом до лекційного матеріалу, який демонструє яке-небудь теоретичне положення. Або він буде містити в собі проблемну ситуацію (в основі закладена якась проблема, для знаходження й аналізу якої учасникам необхідно використати весь спектр отриманих ними раніше теоретичних знань, власного досвіду).

3. Визначення проблематики ситуації. Дуже важливе місце в процесі конструювання кейса займають визначення проблеми, навколо якої буде розвертатися ситуація.

4. Побудова моделі ситуації. Говорячи про цю складову процесу конструювання кейса, необхідно зупинитися на тому, якими по своїй будові можуть бути кейси. Так, з позиції аналітичних труднощів можна виділити три групи кейсів: прості (у них чітко простежується проблема й варіанти її рішення, які учасникам необхідно виділити, обговорити й запропонувати їм альтернативу), складні (припускають наявність у кейсі проблеми, однак способи її рішення учасникам необхідно знайти самостійно), надскладні (кейс містить тільки опис конкретної ситуації, і учасникам необхідно самостійно визначити й сформулювати проблему, розробити різні варіанти рішення проблеми, вибрати оптимальний варіант рішення).

5. Пошук інформації для ситуації. При цьому джерела інформації можуть бути найрізноманітніші. Серед основних джерел можна виділити такі, як: художня й публіцистична література (вона може підказати гарні ідеї й навіть визначити сюжетну канву кейса), «місцевий матеріал» (його джерелом є практичний досвід конкретного педагога, реальний випадок з життя).

6. Створення опису ситуації / написання тексту кейса.

7. Розробка методичної частини кейса. Вона роз'яснює місце даного кейса в курсі й формулює завдання по аналізу.

Після того як кейс розроблений, він обов'язково повинен пройти апробацію. Мова в цьому випадку йде про проведення методичного навчального експерименту для з'ясування ефективності даного кейса з погляду поставлених перед ним цілей і завдань, визначення його реальних можливостей, а також можливих результатів навчання.

Маючи готовий кейс і методичну допомогу по роботі з ним, щораз приходячи в нову аудиторію, педагогові доведеться заново не тільки планувати заняття, але й по-новому конструювати сам процес проведення заняття з використанням методу case-study. Планування пов'язане з корегуванням плану занять відповідно до особливостей групи, рівнем її підготовки. Специфіка методу така, що не можна з точністю визначити, як будуть розвиватися події. Проводячи заняття за допомогою методу case-study, викладач щоразу буде зіштовхуватися із проблемами організаторського порядку – вирішення завдання виконання запланованих дій, організації навчального процесу. Це пов'язано з необхідністю організації індивідуальної, групової, колективної діяльності учасників, об'єднання їх навколо аналізованої проблеми, забезпечення необхідної динаміки розвитку дискусії, рівної роботи пасивних й активних учасників.

Список використаних джерел

1. Багиев Г.Л., Наумов В.Н. Руководство к практическим ситуациям по маркетингу с использованием кейс-метода. М., 2000.
2. Михайлова Е.А. Кейс и кейс-метод: общие понятия // Маркетинг. 1999. N 1. С.109–117.
3. Михайлова Е.А. Кейс и кейс-метод: процесс написания кейса // Маркетинг. 1999. N 5. С.113–120.
4. Ситуационный анализ, или Анатомия Кейс-метода /Под ред. Ю.П. Сурмина. Киев: Центр инноваций и развития, 2002.

№ 1 «Справжні стосунки»

Вісімнадцятирічні Олена та Сергій зустрічаються протягом 8 місяців. Сергій до знайомства з Оленою мав достатньо багатий попередній досвід статевого життя з частою зміною партнерок. Олена також мала досвід статевого життя. Та відносно одне одного у пари плани були серйозними – вони хотіли побратися. Та коли стало питання про статеві стосунки між ними, Олена наполягала пройти аналіз на ВІЛ. Сергій категорично відмовився від нього, а натомість погрожував дівчині розривом їх стосунків. Олена бачила, що Сергій страждає. Побоюючись розриву, вона майже погодилась із думкою коханого про неважливість «для справжніх стосунків якогось там тесту на вигадану інфекцію».

Знайдіть рішення даної ситуації.

Чи існують ризики стосовно ВІЛ-інфікування? Для кого? Які саме?

Що можна порадити дівчині у даній ситуації? Чому?

Як слід вибудувати розмову з юнаком? Яку інформацію слід подати і в якій формі?

№ 2 «Бажання сподобатись»

У класі Артем був не дуже популярним. Через велику кількість часу, яку він приділяв навчанню задля вступу до університету, хлопець майже ні з ким із однокласників не спілкувався. Одного разу у старости класу Світлани була вечірка, на яку мали прийти усі однокласники без виключення. Артему вже давно подобалася ця дівчина, тож такої нагоди побути поруч з нею він пропустити не міг. На вечірці було багато міцного алкоголю. Вже через деякий час уся компанія була сильно напідпитку. Тож, коли до Світлани завітали на вечірку сторонні молоді чоловіки, на них ніхто особливої уваги, окрім Артема, не звернув. Чоловіки пройшли на кухню разом із Світланою. Артем, приревнувавши, через 5 хв. зайшов

за ними. Новоприбулі хлопці разом зі Світланою варили на плиті якась вариво. На Артема ніхто не відреагував.

Коли ж приготовану рідину набрали у шприць і почали по черзі вводити собі його у вену, Артем, бажаючи сподобатись Світлані та бути схожим на її дорослих друзів попросив і собі. Йому не відмовили...

Проаналізуйте дану ситуацію.

Якою є причина вживання наркотику хлопцем?

Чи підвищує ризик інфікування ВІЛ алкогольне сп'яніння?

Якими можуть бути наслідки навіть єдиного разу вживання наркотиків ін'єкційним шляхом у спосіб, описаний в ситуації?

№ 3 «Як бути?»

19-річна Вероніка влітку позаминулого познайомилась з Олегом – водієм-дальнобійником 30 років. Він бував проїздом у її невеличкому містечку. Дружба дівчини згодом переросла у палке кохання. Факт перебування у статусі коханки Вероніку не турбував. Дівчина чекала зустрічей з коханим. Він зупинявся в місті на кілька днів. Саме тоді для Вероніки наступали найзаповітніші часи, бо коханці перетворювались на справжню сімейну пару, проживаючи у квартирі дівчини. Та через деякий час Вероніка дізналась про власну вагітність. Розгублена, але щаслива, вона чекала на приїзд Олега, адже майбутня дитина – це плід їх великої любові. Реакція Олега була позитивною. Він наказав народжувати дитину, тим паче, що його життя у шубі розпадається і він розлучається із дружиною. Наказав та поїхав «владнати усі формальності».

Окрилена Вероніка чекала на Олега більше трьох місяців, однак від нього не було жодної звістки. Знайшовши його домашній телефон, вона зателефонувала Олегові. Він вибачився, пояснив, що з дружиною помирився, більше зраджувати її не хоче, просить вибачення...

Вероніка отямилася у лікарні. Після стресу у неї загострився стан здоров'я. Однак, вона не покидала надію на те, що каханий повернеться – не зможе жити без неї та їхньої дитини.

Вона налаштувалася на позитив. Пройшовши серію аналізів, Вероніка дізналась, що один із тестів був позитивним. І це був тест на ВІЛ.

Життя втратило сенс. Веронікини плани пішли шкереберть. Окрім Олега у її житті не було інших чоловіків... Вона хвора, він хворий, мабуть, і його дружина, а тут ще під серцем б'ється нове життя, приречене на ВІЛ. Рішення про аборт прийшло саме собою... Адже виходу немає... Батьки не підтримали такого рішення доньки. Як бути? Робити аборт, чи ні? Як про ВІЛ сказати Олегові? І чи говорити взагалі?

Проаналізуйте дану ситуацію.

Коли могло відбутися інфікування ВІЛ?

Які шляхи передачі ВІЛ вам відомі?

Чи може ВІЛ-інфікована матір народити здорову дитину?

Чи потрібно дівчині розповісти Олегові про позитивний тест на ВІЛ?

Кому має розповісти Вероніка про свій ВІЛ-позитивний статус?

№ 4 «Ризикована прикраса»

Хлопці домовились зробити татуювання на грудях, на якому вирішили зафіксувати власну групу крові та резус-фактор. Вони звернулися до друга свого однокласника,

який приходив на шкільне подвір'я та «виконував замовлення» бажаючих прикрасити своє тіло.

Проаналізуйте дану ситуацію.

Чи є небезпека такого татуювання? Якщо так, то яка саме?

Які шляхи передачі ВІЛ вам відомі?

Де слід робити татуювання, вразі потреби? Які норми мають бути дотримані для того, щоб не відбулося інфікування на ВІЛ при татуюванні?

№ 5 «Дискусія»

Між однолітками у класі виникла дискусія «Конопля – це наркотик чи ні? І чи призводить куріння коноплі до глибокої наркотичної залежності?». Думки у класі розділилися. Одна група вважала, що вживання коноплі цілком безпечно для організму людини, порівнюючи її зі звичайним тютюном. Друга група доводила, що конопля – це все ж таки наркотик, але він настільки легкий, що цілком безпечний для людини. Третя група переконувала інших у тому, що конопля викликає глибоку наркотичну залежність. Четверта ж група стверджувала, що вживання коноплі – це стартова доріжка до залежності, адже є багато фактів про те, що людина, спробувавши цей «легкий наркотик» бажає часто згодом спробувати щось сильніше...

Проаналізуйте дану ситуацію. Яка з груп найбільш близька до істини? Поясніть свою позицію.

До якої групи наркотиків належить конопля? Як її ще називають? Яка її дія? Який ризик?

Журавель Тетяна Василівна,
викладач Педагогічного коледжу при
КНУ ім. Тараса Шевченка;
координатор проектів ВГЦ „Волонтер”

Застосування методу казкотерапії у профілактичній роботі

Казки люблять всі: і діти, і дорослі. Давайте замислимося, чому? На це запитання можна знайти безліч відповідей. Одна з найголовніших – казки лікують душу, а через душу – зцілюють тіло.

Люди інтуїтивно тягнуться до казки, шукають у ній прихований зміст, щоб заново відкрити у собі те, що вже відомо, але сховано у глибині серця.

Сьогодні слово “казкотерапія” не викликає здивованих поглядів і уточнюючих запитань практичних психологів. Слово знайоме і часто використовується. Казкотерапію використовують скрізь: у дитячих садочках, школах, кризових центрах, лікарнях - скрізь, де діти та дорослі можуть отримати допомогу.

Сьогодні **казкотерапія** – це

- лікування казкою;
- процес пошуку сенсу буття, розшифровки знань про світ і систему взаємозв'язків у ньому;
- процес створення зв'язку між казковими подіями та реальним життям. Процес перенесення казкових персонажів у реальне життя;
- процес активізації особистісного потенціалу та власних ресурсів людини;
- процес об'єктивізації проблемних ситуацій;
- процес покращення внутрішнього та навколишнього світу;
- можливість доторкнутись до таємниці, реалізувати власну мрію, відчуття почуття захищеності.

Найбільше, що може «дозволити собі» жанр казки – це натяк на те, як краще поступати у тій чи іншій життєвій ситуації.

Головний герой у казці – це збірний образ. Дитина може легко ідентифікувати себе з ним та переноситись у ті “далекі-далі”, де відбувається дія. Життєвій вибір, відповідальність, взаємна підтримка, дружба та любов – все, що закладене у казку, може стати власним переживанням дитини та навчити її бачити ситуації, до яких вона звикла у повсякденному житті, дещо по-іншому, діяти так, як вчить казка, адже на прикладі казкових героїв вона вже могла побачити наслідки вірного чи неправильного вибору героїв. Отже, казки збагачують дітей, створюючи у підсвідомому гарний запас життєвого досвіду, банк “життєвих ситуацій”.

Трапляється, що дитина просить своїх батьків або ж вихователів читати їм одну й ту ж казку. Вірогідно, що саме вона найбільш відповідає світосприйняттю дитини на даному етапі і допомагає їй розуміти важливі для себе запитання.

Слід пам'ятати, що казки можуть слугувати гарним діагностичним матеріалом. Вирішення казкових завдань дитиною чи дорослим, інтерпретація подій, що відбуваються у казці, дають можливість педагогу побачити, які риси особистості можуть потребувати корекції, які проблемні завдання стоять перед дитиною чи дорослим зараз, якого ресурсу для їх подолання не вистачає.

Важлива ознака справжньої казки – добрий, хороший кінець. Це дає дитині почуття психологічної захищеності. Щоб не відбувалось у казці – все закінчується добре. Всі випробування, що випали на долю героїв, навчили їх, зробили мудрими та сильними. З

іншого боку, дитина ще раз осягає закон буття – як ти ставишся до світу, так і він буде ставитись до тебе.

Казки вчать берегти здоров'я, ще раз роблять наголос на загальнолюдських цінностях, на тому, без чого навряд чи людина зможе відчувати себе щасливою. Підліткам та дорослим рівень розвитку їх інтелекту дозволяє розкривати для себе суть міфів та притч, що без сумніву впливає на формування життєвих орієнтирів, які у майбутньому дозволять зробити правильний вибір та подолати скрутну життєву ситуацію.

Діти, як і дорослі, – різні, кожний має свій характер та неповторну індивідуальність. До кожної окремої дитини необхідно підібрати свій властивий їй „ключик”.

Під час роботи з казкою можна використовувати безліч допоміжних методів та форм: аналіз, вигадкування, дописування/переписування казки, малювання, розмальовування, ліплення, розігрування, ляльковий театр тощо.

На думку російського науковця Зінкевич-Євстигнєєвої Т.Д., кожна казка має свою неповторність, однак погляд на казкотерапію як на виховальну систему передбачає загальні закономірності роботи з казковим матеріалом.

Отже, доцільно, на нашу думку, розглянути структуру корекційно-розвивального казкотерапевтичного заняття.

Етап	Призначення	Зміст етапу
1. Ритуал «входження» в казку	Створення на лаштування на спільну роботу. Входження в казку.	Колективна вправа. Наприклад, всі учасники, взявшись за руки, дивляться на свічку.
2. Повторення	Згадати все, що робили минулого разу, які висновки для себе зробили, якого досвіду набули.	Ведучий задає дітям запитання про те, що було минулого разу, що вони пам'ятають, чи використовували вони новий досвід протягом тих днів, поки не було занять, як їм допомогло те, чому вони навчились минулого разу.
3. Розширення	Розширити уявлення дитини про будь-що	Ведучий розповідає дітям нову казку. Питає, чи хотіли б діти допомогти комусь з героїв тощо.
4. Закріплення	Набуття нового досвіду, виявлення нових якостей особистості дитини	Ведучий проводить ігри, що дозволяють дітям набути новий досвід, здійснює з дітьми символічні мандрівки, перетворення тощо.
5. Інтеграція	Пов'язування нового досвіду з життям	Ведучий обговорює і аналізує разом з дітьми, в яких життєвих ситуаціях можна використовувати той досвід, який вони отримали сьогодні
6. Резюмування	Узагальнити отриманий досвід та пов'язати його з тим, що вже мається	Ведучий підводить підсумки заняття. Чітко проговорює послідовність того, що відбувалось на занятті, відмічає окремих дітей за їх заслуги, підкреслює значимість отриманого досвіду, проговорює конкретні життєві ситуації реальності, в яких діти можуть використовувати новий досвід.
7. Ритуал	Закріпити отриманий	Повторення ритуалу “входження” з

Етап	Призначення	Зміст етапу
«виходу» з казки	досвід, підготувати дитину до взаємодії у звичному середовищі	доповненнями. Ведучий говорить: “Ми беремо з собою все важливе, що було з нами, все, чому ми навчилися”. Діти протягують руки всередину кола, начебто беруть щось, і прикладають руки до грудей.

Залежно від обраної форми роботи з казкою, а також від форми її розповідання, казка, окрім власне своєї мети, може допомагати вирішувати також і наступні психодіагностичні та психокорекційні завдання:

1. виявлення актуальної проблематики для дитини, підлітка, дорослого шляхом аналізу його емоційного стану під час розказування, інтонаційних акцентів тощо;
2. розвиток фантазії та уяви;
3. розвиток вміння висловлювати свої думки;
4. розвиток пам'яті і уваги;
5. розвиток вміння слухати іншого, слідкувати за ходом його думок і уміння призупиняти свої власні думки та фантазії;
6. розвиток емпатії, уміння ставати на місце іншого, подивитись на світ з різних сторін;
7. зближення групи.

Метод казкотерапії є незаміним під час реалізації програм щодо формування здорового способу життя, профілактики ризикованої поведінки дітей та підлітків.

Казка без зайвого моралізаторства, суворих настанов чи вимог дозволяє дитині самостійно зробити висновки, спробувати поглянути на себе очима іншого, дає можливість без ризику для власного здоров'я та життя “приміряти” різноманітні моделі поведінки, обравши найбільш влучну та адекватну модель. Від професіоналізму ведучого залежить, наскільки висновки, які зробить дитина в ході казкотерапевтичного заняття, будуть відповідати загальнолюдським цінностям та допоможуть дитині змінити свої утановки щодо оточуючого світу та певні стереотипи поведінки, наскільки казка допоможе дитині набути того неповторного позитивного життєвого досвіду, наскільки у майбутньому дитина зможе використати цей досвід.

Нижче ми пропонуємо до вашої уваги 9 казок та оповідань, що об'єднані у три блоки:

- спрямовані на формування загальнолюдських цінностей;
- спрямовані на формування здорового способу життя;
- спрямовані на попередження негативних явищ.

Наведені наприкінці посібника казки та оповідання слугують зразком тих, які можна використовувати під час профілактичних занять. До кожного твору підібрано завдання та запитання, які можна опрацювати з групою під час роботи. Наголошуємо на тому, що дані казки та оповідання практики зможуть застосовувати у роботі зі старшими підлітками, а також під час проведення нарад та семінарів на відповідну тематику з професіоналами, які працюють з дітьми.

Хотілось б закликати вас до творчості, спробуйте разом з власними дітьми чи вихованцями створити свою власну скарбничку казок, які стануть для вас дійсною цінністю.

Література

1. Вачков І.В. Сказкотерапія: Развитие самосознания через психологическую сказку. — М.: Ось-89, 2001.
2. Гнездилов А.В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Балу). — СПб.: Речь, 2002
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. — СПб.: ООО «Речь», 2000.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками. - СПб.: ООО «Речь», 2006.
5. Психотерапевтическая энциклопедия. Под ред. Б.Д. Карвасарского. — СПб.: Питер Ком, 1999.

Казки та оповідання, спрямовані на формування загальнолюдських цінностей

Голишкіна Т.О., психолог
Мелітопольської виховної колонії
для неповнолітніх дівчат

Дівчатко-чортиня

Жила на світі дівчина, і мала вона ім'я Аля. Де саме вона жила, вона просила мене не казати. Доки вона була маленька, все було як завжди: вона грала, бешкетувала, спілкувалась з друзями, батьків інколи слухала, а інколи й ні. Іноді вона була сумна, інколи весела, вчитися вона не дуже й любила. Їй подобалося вигадувати різноманітні історії й мріяти. Аля знала, що інколи з людьми відбуваються дуже дивні речі і на деякий час, люди можуть перетворюватись в химерні істоти. Коли дівчина стала дорослішою, вона сама того не очікуючи, почала перетворюватись на злюку. Дівчина зникла, а на її місці з'явилась вередлива, зла істота, яка хотіла битися, галасувати, ображати всіх, особливо батьків, розбивати й жбурляти все, що траплялося на її шляху. При цьому вона відчувала себе ображеною на весь світ. Кожен раз, коли зла істота зникла, Аліна сподівалась, що вона більше не з'явиться, але її сподівання були марні.

- Що ж зі мною відбувається, чому я буваю такою злою й страшною, моя вередлива істота вже зробила стільки поганого, а що коли вона буде постійно мене переслідувати. Потрібно порадитись з мамою, що зі мною відбувається?

Соромлячись й засмутившись, Аля розказала про свої перетворення мамі.

- Донечко моя, я давно хотіла тебе попередити, але сподівалась, що тебе це не торкнеться. Ти знаєш, що люди бувають різні: вони можуть бути спокійними, злегка дратівливими, а інколи дуже схвильованими. Якщо себе не контролювати, можна перетворитись на жадливу істоту і вже назад перетворень не буде.

- Що ж мені робити, я не хочу бути дівчиною-чортеням!

- Коли я була такою як ти, я намагалася протистояти таким перетворенням.

- Невже й тобі, мамо, загрожували такі перетворення?

- Так!

- І як ти їх перемогла?

- Я закрила їх на замок. Інколи, страшні сили крутяться в мені й ричать, але я намагаюсь, щоб ніхто про це не здогадався!

- А що робити мені? Я думаю, що ти щось мені порадиш, ти ж маєш досвід?

- Ти знаєш, моя дорога Аля, я могла б навчити тебе, але я й сама не дуже розбираюсь у цьому питанні. Я чула, що на світі є мудреці, які допомагають людям подолати ці страшні сили, якщо ти хочеш, можеш піти на пошуки мудреців.

Аля попрощалася з батьками й відправилась на пошуки мудреця. За час своєї подорожі вона пережила не одне перетворення. Кожного, хто траплявся на її дорозі, вона питала, чи не той він мудрець, якого вона шукає. І ось одного разу, вона почула слова молодої жінки, яка запрошувала до „Школи таємничої мудрості”.

- Аліна, ти хочеш навчитися мудрості, приходи в мою школу.

- Я хочу навчитися перемагати в собі страшного чортеня.

- А навіщо його перемагати?

- Я не хочу бути такою страшною, я хочу бути сама собою.

- Повчись трохи в моїй школі, і ти зрозумієш, що і ти, і твоє чортеня всього на всього – лише ланцюг переродження. Твоє завдання – вийти з цього ланцюга. Ти хочеш перемогти страшні сили, а вони бажають перемогти тебе. Твої перетворення – це тіні тих неприємностей, які трапляються з тобою в житті. Це твої потаємні бажання, в яких ти собі не признаєшся.

- І що ж мені робити?

- Перш за все, зрозуміти, чому це з тобою відбувається, і лише потім, ти зможеш вирішувати, що ти собі дозволиш, а що ні!

З такими роздумами Аля пішла далі, вона довго розмірковувала, чому все так відбувається, адже вона не дозволяла собі лаятися, ображати інших, сваритись з дорослими – але страшне чортеня може дозволити собі все. Вона йшла дуже довго і вже, здавалося, що на її шляху ніхто не зустрінеться. Але ось вона побачила хатинку, вона зайшла в неї, оглянула все, й вирішила дочекатися господарів. Нікого так довго не було, що терпіння Алі починало кипіти, їй здавалося, що на певний час чортеня ось ось вискочить з неї, і це вже трохи не сталося. З останніх зусиль Аля взяла себе в руки, і тут раптово на порозі з’явилася жінка. Вона вже була не молода, але трималася дуже впевнено.

- Добрий день дівчино, про що ти хочеш мене спитати?

- Чому ти живеш сама, ти не любиш людей?

- Я люблю людей й рада допомогти кожному гостю. Й тобі я також допоможу, я знаю, що ти зовсім не хочеш перетворюватися на чортеня.

- Так, але я чула, що й вбивати його в собі небезпечно, можна вбити, щось дуже важливе. Але як мені здолати в собі чорні сили?

- Щоб перемогти в собі чорні сили, ти маєш отримати п’ять перемог і тоді чортеня остаточно зникне з твого життя, але це мають бути добрі перемоги. Якщо ж в одній із сутичок переможе страшна сила, ти вимушена будеш розпочати все з початку. Але не засмучуйся, доки ти подорожувала, ти вже отримала чотири перемоги.

- Які?

- Твоя перша перемога в тому, що ти наважилась боротися з чортеням. Друга в тому, що ти не полишаєш спроби знайти істину.

- А третя?

- А третя перемога в тому, що ти змогла побачити в собі щось зле. А четверту ти здійснила у мене вдома.

- Але ж я була майже чортеня!

- Так, але ти змогла стримати себе, а це вже майже перемога. Якщо тобі буде тяжко проси допомоги у дорослих.

- Дякую тобі, мудра жінка, скажи мені ще, як відрізнити добру перемогу від злої?

- Це така перемога, за яку не буде соромно, коли боротьба закінчиться. Вона не залишає після себе болі в серці. Пам’ятай, що якщо буде невдача, то ти не засмучуйся.

Розпрощавшись з жінкою, Аліна вирішила повернутися в своє місто, не знаючи, чи скоро трапиться нагода, для нової сутички. Коли вона проходила по своїй вулиці, то почула галас і побачила, що декілька дітлахів галасували й грали в незрозумілу гру, перекидаючи один одному щеня.

- Мені нічого не варто перетворитися на чортеня, і я зможу з усіма розібратися, вони зрозуміють, що на силу є сила й більша. Це буде добра перемога? Або ні, навряд чи!

Аля кинулася на допомогу, але діти накинулись на неї.

- Може покликати на допомогу? Що мені робити, як здобути добру перемогу? Ні, ні, я більше не дамся страшним силам, я не хочу бути жорстокою!

Аля прийшла до тями від того, що щеня лизало її обличчя й тихенько пищало. Вона погладила його по голові й сказала:

- Дякую тобі, ходімо додому!

Запитання до казки

1. Як називається історія й чому?
2. Хто головна героїня?
3. З ким вирішила порадитись дівчинка?
4. Яку пораду їй дала мати?
5. Куди й навіщо відправилась Аля?
6. Хто й навіщо пропонував Алі відвідати школу мудрості?
7. Куди зайшла Аля й кого вона там зустріла?
8. Скільки перемог одержала Аліна за час своєї подорожі?
9. За яких умов дівчина отримала останню перемогу?
10. Уявіть, що з вами трапилась така ж історія з перетворенням в чортеня. Що б ви зробили на місці дівчини?
11. Чи були у вас колись такі моменти, коли хотілося все ломати й руйнувати? І як часто?
12. Що таке емоції?

Долгіх Ольга, Сальникова Тетяна,
студентки Запорізького національного
університету,
Федорова Лідія,
студентка Мелітопольського державного
педагогічного університету

Фарби серця

Давно-давно, коли по Землі ходили чаклуни, а звірі розмовляли, як люди, жив на світі маленький Сонячний Зайчик. Він дарував своє світло людям, освічував Землю, наповнював яскравими фарбами все навкруги, ділився з райдугою найнезвичайнішими своїми відтінками.

Сонячний Зайчик стрибав поміж дерев, по галявинам, вздовж річечок, навкруги озерця, радував око мешканців лісу, які натомість дарували йому свій радісний настрій, співи пташок, шепіт листя, й життя його наповнювалось змістом та все новими й новими фарбами.

Минали роки, й Зайчик почав помічати, що фарби світу тьм'янішають, здається, все не таке яскраве, як раніше, поменшало яскравих квіток, і райдуга вже не та, й небо не таке синє. Сонячний Зайчик вирішив, що його світла не вистачить на весь світ, і він вирішив спробувати дещо інше.

Зайчик звернувся до художника, майстра гри світла та кольору. Він вирішив придбати в нього яскравих фарб і розфарбувати світ заново. Натомість він пообіцяв віддати майстру частину свого світла, внутрішнього тепла.

Зайчик старався, розфарбовував світ, сонце, синє небо, райдугу, квіточки, але бачив, що фарби не ті, не такі яскраві та неповторні, та ще й змиваються з часом, а сам він вже не може дарувати світло. Зайчик відчував, що втратив своє внутрішнє тепло, і ніхто вже не посміхається, зустрічаючи його, а та сила-силенна фарб, яку він придбав, не допомогла йому зробити світ кращим.

Йому стало так сумно, він зрозумів, що втратив дещо більш важливіше, щось, що примушувало його та всіх, хто навколо, жити та радіти життю. Він відчув, що втратив величезну часточку своєї душі, що нові фарби ні в якому разі не зможуть замінити йому втрачену світлу душу.

Мудрий художник спостерігав за Сонячним Зайчиком, він забрав свої фарби назад, адже вони були необхідні світу картин та мистецтва, щоб лише відображувати красу світу, а ні в якому разі не замінити її. Майстер віддав Зайчати світло його серця та порадив ніколи більше не міняти внутрішній світ на будь-які зовнішні яскравості, адже лише світ очей та серця, світ душі та внутрішнє тепло можуть зробити Землю кращою, а все живе навколо веселішим та яскравішим.

Запитання до казки:

1. Як Ви розумієте назву казки “фарби серця”? Які фарби живуть у нашому серці?
2. Поясніть вчинок Сонячного Зайчика.
3. Про яку людину можна сказати, що вона має яскравий та багатий внутрішній світ?
4. Яким чином ми можемо зробити світ, в якому живемо, яскравішим?

Кормило Оксана Михайлівна,
викладач Тернопільського
національного
педагогічного університету

Казка про щастя

Відбувались ці події дуже давно. В одному невеликому містечку проживали батько та три сини. Жили вони дружньо, допомагали батькові поратись у полі: поле зорати, засіяти, зібрати врожай. Так проходили роки. З кожним роком батько відчував, що сил у нього все менше й менше. І ось одного разу зібрав батько своїх синів і говорить їм:

- Сини мої, відчуваю я, що не в силі більше піклуватись про вас. Залишаю вам усе своє багатство, бережіть його, примножуйте, допомагайте один одному і зумійте бути щасливими. І на вустах з цими словами батько помер.

Задумались брати, що ж мав на увазі батько, говорячи: “... зумійте бути щасливими”. Що ж воно таке щастя? Де його можна знайти?

Вирішили брати пошукати свого щастя. Довго ходили вони містами і селами, запитуючи жителів, що ж воно таке щастя, де можна його знайти. Отримували багато відповідей на ці запитання, та єдиної відповіді усе ж таки не знайшли.

Коли повертались брати уже додому, вирішили скоротити свій шлях, і піти через ліс. Іде старший брат, дивиться – прямо перед ним широка яма, а в ямі Щастя сидить.

- Чого ти хочеш? - запитує його Щастя.

Не довго думаючи, відповідає старший брат: “Ніколи не працювати, але бути завжди ситим”.

- Гарзд, - посміхнулось Щастя, - не будеш ти працювати, та будеш завжди ситий. Але не у цьому щастя.

Здивувався брат, чому йому так відповіло Щастя, адже він не буде працювати, і завжди буде мати вдосталь їжі. Невже він не буде щасливим?

Іде тією ж стежинкою середній брат, і теж побачив цю ж яму в якій сидить Щастя.

- Чого ти хочеш? - запитує його Щастя.

- Хотів б мати багато-багато грошей, і таким чином бути щасливим. Адже тоді усе можна буде купити.

- Гарзд, - відповіло Щастя, - твоя воля.

Пішов середній брат, думаючи, що він найщасливіша людина у світі.

Іде наймолодший брат. І треба ж такому статись – теж побачив цю яму.

- Чого ти хочеш? - запитує його Щастя.

- А ти чого? - запитує наймолодший брат Щастя.

- А мені б вибратись з цієї ями, - відповіло Щастя.

Подав руку Щастю наймолодший брат, допоміг вибратись і пішов соєю дорогою.

- А що ж Щастя, запитаєте ви?

А Щастя побігло за ним...

Запитання до казки:

1. Що таке, на Вашу думку, щастя?
2. Як Ви вважаєте, хто з трьох братів стане найщасливішим і чому?
3. Як Ви вважаєте, щастя потрібно шукати чи будувати власноруч?
4. Поясніть відомий вислів: “Хочеш бути щасливим – будь ним!”

Казки та оповідання, спрямовані на формування здорового способу життя

Михайленко О., студентка
Національного педагогічного
університету
ім. М.П. Драгоманова

Правильне життя

У якомусь-то краї, а в якому – не пам’ятаю, жила собі Квіточка. В неї було гарне вбрання, яке складалось із семи пелюсток, сім пелюстків – сім кольорів.

Ось одного чудового ранку, коли наша Квіточка ще спала, до неї завітала тітонька Лінь.

Вона була така приємна, ввічлива, улеслива. Вона загортала Квіточку-семицвіточку в ковдру і шептала їй на вушко: «Люба, спи, ну навіщо тобі вставати так рано, робити якусь ранкову зарядку, вмиватись, чистити зуби? Ну кому це потрібно?! Не вставай, поспи ще трошки, поспи...» І Квіточка-семицвіточка, піддавшись доводам Ліні, повернулась на іншій бік і заснула. А прокинувшись, навіть не помітила збляклої пелюстки у своєму вбранні. Вставши, Квіточка-семицвіточка вирішила приготувати собі сніданок, а тітонька Лінь тут як тут: „Покинь ти це дурне діло, стільки часу втрачати, з’їси бутерброд та й по годі по тому!». Квіточка так і зробила, але знову не помітила, як ще одна пелюстка втратила своє яскраве забарвлення.

І ось стала наша Квіточка товаришувати з тігонькою Лінню: рано не встає, зарядку не робить, не вмивається, зуби не чистить, дім не прибирає. А посуду в неї брудного назбиралось, у-у-у-у...

Одного дня, коли все на сонці вигравало і виблискувало чудовими барвами, наша брудна, невмивана, голодна та похмура Квіточка-семицвіточка пішла на прогулянку. І що б Ви думали, зустріла свою давню знайому, таку ж Квіточку, а та прекрасно виглядає, така гарна, чистенька, пелюстки блищать кожна по-своєму, навколо розноситься прекрасний аромат. Подивилась на себе наша Квіточка-семицвіточка і соромно їй стало – брудна, пелюстки зім'яті, колір втратили, не блищать, а аромат...зовсім не той, що був колись.

„Ну ні, - подумала Квіточка, - так більше не буде: вижену Лінь зі свого дому і почну правильне життя!”

А Ви думаєте правильно - це як?

Запитання до казки:

1. Що таке, на вашу думка, лінь і чому вона нам заважає у житті?
2. Чому пелюстки Квіточки-семицвіточки після її зустрічі з лінню, почали втрачати свій колір?
3. Як Квіточці-семицвіточці відновити яскраве забарвлення своїх пелюсток?

ДИДАКТИЧНА ГРА: маємо сім різнокольорових пелюсток з картону. Кожна означає певний аспект здорового способу життя. Діти повинні назвати всі аспекти. Разом з ними ми складаємо пелюстку до пелюстки і виходить Квіточка-семицвіточка, героїня нашої казки.

(Сім аспектів здорового способу життя: спорт, здорове харчування, гігієна, чистий одяг, чиста оселя, гарний настрій, відсутність згубних звичок).

Казки та оповідання, спрямовані на попередження негативних явищ

Макові пелюстки

Феєрія у двох діях

Дійові особи:

Всевишній

Люди, звірі, квіти, дерева

Ніч (у чорному вбранні)

Сон (з жезлом у руках)

Сновидіння, Марення (діти Сну та Ночі)

Богиня смерті (у чорному вбранні з маковим вінком на голові, у руках – букет макового цвіту)

Мак, який проростає із жезла Сну

Доля

Юнаки та Дівчата - наркомани

Дівчата у білому (зі стрічками та кульками)

Дія перша

Прийшла весна. Господь лише створив на безжнивній Землі тварин та рослини. За його бажанням виникали квітка за квіткою, тварина за твариною. повсюди царювали спокій та згода, гармонія. Тварини і люди жили у цілковитім мирі один з одним. З ранку до вечора лунали пісні, усе живе на землі співало, танцювало, раділо життю.

Одна лише Ніч не поділяла загальної радості. Бо кожна істота на землі мала друзів і одна лише Ніч була самотньою. Ніч за допомогою зірок та місяця намагалася розсіяти млу,

але це їй не вдавалося. Її темна вуаль ховала краси природи і тим самим якось відштовхувала від себе людей, тварин, квіти та дерева. І ніч так залишалася самотньою. Вона дуже страждала від цього. І якось втративши будь-яку надію знайти собі друга, вона звернулася до Всевишнього з проханням: “Всевишний Боже! Я блукаю по Землі без радості, самотня, ніхто мене не любить і не поважає. Я не маю товариша, якому б я могла повідати своє горе. Зжался наді мною, Всевишний, зменш мою скорботу, створи мені товариша, дай мені вірного друга і супутника життя.”

І Всевишний зжалився над Ніччю. Він створив Сон і дав їй його у товариші.

Ніч із радістю прийняла цього дорогого друга, і з тієї пори почалася для неї нове життя. тепер вона не почувала себе самотньою. Її повсюди зустрічали з радістю, бо постійно її супроводжував Сон, який став улюбленцем усіх істот. Бо він приносив спокій і відпочинок. скоро до нього приєдналися милі створіння – діти Сну і Ночі – Сновидіння і Марення. Разом з Ніччю та Сном розлетілися вони по всій землі і були всюди такими бажаними, як їх батьки.

Дія друга

Пройшло небагато часу і люди, котрі були милими, добрими, щирими змінилися. У них прокинулася злість, жадібність, заздрість, брехня. Душі людей ставали похмурими та сірими. А так як діти у поганому товаристві легко псується, так само сталося і тепер: деякі сновидіння та марення зішлися зі злими людьми, зробилися легковажними, брехливими, недружними.

І таким чином у людському співтоваристві, окрім добрих Сновидінь, з'явилися тяжкі, жорстокі, такі, що викликають біль, та Марення, що тримаються завжди злих людей, які завжди їх приваблюють.

Між тим людство стає все нетерпимішим та ще жорстокішим, та й життя людей через це стає важчим, похмурішим.

Сон блукаючи світом намагався зробити життя світлішим, але в нього нічого не виходило, теплі та лагідні сновидіння могли лише на декілька митей завладати свідомістю людей, а потім...потім знову чорні думки та злі марення захоплювали душі. Отак, однієї ночі Сон втомився вести вічну нічну боротьбу і у безсиллі увіткнув свій жезл у землю. І в ту ж мить, невідомо звідки, позлігалися Сновидіння та Марення, що мали нечисте забарвлення, ніби вибачаючись, що розгнівали свого батька, вони обвивали жезл, горнулися до нього, ніби зросталися з ним. А Ніч, що бачила все це, вирішила, що непогано було б вдихнути у жезл життя, та одним своїм подихом зробила це. У мить він пустив коріння, а Сновидіння та Марення, що овівали його, перетворилися на пелюстки, стеблі та листочки, утворивши чарівну квітку яскраво червоного кольору. Так народився Мак.

Всевишний: Кожна квітка на землі має своє призначення і ти, Маче, покликаний дарувати людям свою красу, твої зернята можна вживати у їжу, але ж не зловживати ними. Солодкі пахощі фіалки, чудові аромати троянди, гарячий, як парне вино, аромат гвоздики. А ти ж, Маче, одурманюєш так, що вдихаючи твої пахощі, можна змити над небесами, забути все прожиті життя, а можна і скалічити його...втратити. Я так боюсь, щоб люди не отруїли тобою своє життя, не зробили того ж, що накоїли з дітьми Ночі та Сну – Мареннями та Сновидіннями. Адже люди мають властивість переступати межу дозволеного...

Пройшло багато років, тисячі...тисячі...Переживання Всевишнього справдилися. Квітка Маку, що під час свого народження, окрім жезлу Сну, увібрала у себе злість Сновидінь та Марень, народила Опіум, спочатку він лікував від болі, а потім почав вбивати... Адже люди мають властивість переступати межу дозволеного...

Навколо люди, що палять, люди, що протикають своє тіло голками, вводять у свою кров, у свою душу злий сон Опіуму (З'являються хлопці та дівчата з букетиками маку,

вона мають сірі обличчя, чорні руки, незачесане волосся. Танцюючи з букетиками маку, вони стають ніби божевільними, ховають обличчя).

Важко просто так, стоячи осторонь, спостерігати за цим, ось так і Богиня Смерті, не залишилася байдужою... (З'являється дівчина з маковим вінком на голові, вся у чорному вбранні, у руках її вогняний факел).

...вони кохали один одного...їх одружила квітка маку...а тепер...тепер вона тягне їх до Смерті...Окрилені Темними Сновидіннями та Мареннями, вони змивають високо в гору та стрімко падають униз (перед Богинею Ночі лежать дівчина та юнак вмираючи від передозування, грає голосна музика – класика – на високій оті вона обривається. Тиша. Йде Доля, дівчина у барвистому вбранні, підходить до Богині Смерті і починає боротися з нею за факел життя)

Але Доля не залишає нікого, бореться до останнього за життя кожного. За життя тих, хто оступився, хто втратив свою душу...Вона вириває у Богині Смерті факел життя, не дозволяє їй його загасити, високо підносячи його над головою. (Позад Долі виходять дівчата у білому і стрічками через плече: це Любов, Щастя, Добро, Талант, Краса, в руках у неї кульки, які вони спочатку тримають так, щоб не було видно. Звучить музика, урочиста, життєстверджуюча).

Виборюючи життя, Доля може знову подарувати людині Любов, Щастя, Добро, Талант та Красу, а ось чи сприйме ці подарунки людина? Чи зможе відродити у своїй душі те добре, щире та вічне, подароване людині ще при народженні.

(Доля підносить над головою палаючий факел, дівчата позад неї підносять кульки, обступають вмираючих, дають у руки їм кульки, на яких написано – “Ти знаєш, що ти людина”. Доля та дівчата заступають Богиню Смерті, Марення та Сновидіння на задньому плані. Доля, тримаючи факел, виголошує вірш В. Симоненка:

Ти знаєш, що ти людина?
Ти знаєш про це чи ні?
Усмішка твоя – єдина,
Очі твої – одні.
Більше тебе не буде
Завтра на цій землі.
Інші ходитимуть люди –
Добрі, ласкаві і злі.

Сьогодні усе для тебе –
Озера, гаї, степи.
І шити спішити треба,
Кохати спішити треба –
Гляди ж – не проспий!

Бо ти на землі – людина,
І хочеш того чи ні -
Усмішка твоя – єдина,
Мука твоя - єдина,
Очі твої – одні.

Запитання до феєрії:

1. Які відчуття виникали у вас під час знайомства з феєрією?
 2. Яку роль у сюжеті грають Марення та Сновидіння?
 3. Чи винна квітка Маку у скривджених долях дівчини та хлопця?
 4. Чи завжди людина має вибір і що заважає їй чинити правильно?
-

5. Якими рисами повинна бути наділена людина, щоб відстоювати свою життєву позицію?

Завдання:

Спробуйте за допомогою вихователя (психолога) створити невеличке дійство на сцені за мотивами феєрії та покажіть його перед своїми друзями.

Михайленко Оля, студентка
Національного педагогічного
університету ім. М.П. Драгоманова,
факультету соціальної роботи і
соціальної педагогіки

Про що мають знати усі

В одному місті жив хлопчик Андрійко. Був він звичайним хлопчиком, який інколи не слухався батьків, прогулював уроки у школі та мало цікавився книжками. Він майже нічого не тямив у біології і взагалі не любив слухати про здоров'я, бо йому ці розмови здавались нецікавими і зовсім неновими. Андрійко вважав, що досить чистити зуби, мити руки перед їжею та тепло вдягатися зимою для того, щоб ніколи не знатися з хворобами.

Та ось одного разу, коли Андрійко сидів вдома перед телевізором і хаотично перемикав канали у пошуках чогось цікавого, він випадково натрапив на якусь передачу, де лікар розповідав про ВІЛ-інфекцію та хворобу СНІД. Андрійко вже хотів продовжити пошук мультиків, але телевізор ніби зламався і не хотів перемикати канал. Андрій обурено вимкнув його і забурмотів:

- СНІД...СНІД... Звичайна собі хвороба, а стільки про неї говорять!
- А що ти знаєш про СНІД? – Андрій почув чийсь голос і різко озирнувся, але в кімнаті нікого не було.
- Хто тут? Хто це говорить?
- Я – книга, що лежить у тебе за спиною. – Андрій глянув і побачив тоненьку книжечку, що лежала на столику біля дивана. – Я знаю те, що повинні знати всі...

Запанувало мовчання. Хлопець перелякано дивився на книгу і не міг зрозуміти, що відбувається. Книга, що вміє розмовляти – такого просто не може бути!

- СНІД – це хвороба, про особливості якої варто знати. Не кидай мене зараз. Якщо тобі захочеться дізнатись щось про ВІЛ чи СНІД, я охоче допоможу тобі.
 - Стривай, це що, дві різні хвороби? – Андрій здивовано дивився на книгу і не міг зрозуміти що відбувається.
 - ВІЛ – вірус імунодефіциту людини. Цей вірус руйнує імунітет – систему, що захищає наш організм від різних шкідливих впливів, від мікробів та вірусів. А хвороба СНІД – синдром набутого імунодефіциту – настає лише тоді, коли клітин, які захищають організм, стає дуже-дуже мало. Але коли людина, що інфікувалась ВІЛ, захворіє на СНІД – через рік чи через 10 років – ніхто не знає. Це залежить від її умов проживання, від харчування, від її способу життя.
 - А які наслідки будуть, якщо людина захворіє на СНІД?
 - Хвора на СНІД людина не має захисної системи організму, вона зруйнована. Отже, людина може померти від будь-яких хвороб, що для людей зі здоровою імунною системою не страшні.
 - Коли людина починає хворіти грипом, вона кашляє, у неї може з'явитись нежить і температура, а, якщо людина отримує ВІЛ-інфекцію, то...?
-
-

- Відчути, що ВІЛ-інфекція потрапила до організму, неможливо. Виявити це можна лише здавши відповідні аналізи крові, адже основне місце, де живе ця інфекція – це кров.
- Все, годі! – знервованим голосом заговорив Андрій, – я розмовляю з книгою, це просто жахливо!
- Я лише хочу допомогти тобі дізнатись про те, як захистити себе від цієї інфекції, – спокійний ніжний голос пролунав з розкритої книжки, але в цю мить Андрій закрив її і кинув під стіл.
- Все! Маячня якась. Інфекція, кров. Досить з мене, - подумав він про себе і подався на вулицю до друзів. Про пригоду з книжкою він вирішив нікому не говорити, бо засміють – книга, що розмовляє, – сміх тай годі.

Коли ввечері Андрій повертався додому, його вкусила якась комаха. Спочатку хлопець, як завжди, не надав цьому ніякого значення, але, вже лежачи у ліжку, він почав думати, що можливо ця сама комаха до нього вкусила ВІЛ-інфіковану чи хвору на СНІД людину. Не встигнувши додумати, що може бути далі, Андрій заснув.

Першим бажанням хлопця, коли він прокинувся зранку, було ухопити книгу і запитати чи могла потрапити в його кров ВІЛ-інфекція через укуси комах. Він побіг у ту кімнату, де вчора дивився телевизор і знайшов на підлозі книгу. Боязко він розгорнув її. На сторінках було щось написано, але від хвилювання всі літери розпливались у Андрія перед очима.

- ВІЛ не передається через укуси комах, – почувся тихий, але впевнений голос книги.

Андрій з переляку швидко закрив її.

- Вона читає мої думки, - промайнуло у голові хлопця. Але на цей раз він не кинув книгу, а поклав її у портфель, зібрався і подався до школи.

На зупинці Андрій придбав квиток і почав чекати тролейбуса, але в нього знову з'явилась думка, чи може ВІЛ передатись через гроші. Вже не вагаючись, він дістав з портфеля книгу і відкрив її. Книга тихо відповіла:

- Ні, ВІЛ не передається через гроші, а також ти можеш спокійно триматись за поручень у транспорті – таким шляхом ВІЛ не передається також.

- А люди у транспорті? Так багато незнайомих людей! А якщо хтось чхне на мене? – захвилювався хлопець.

- Це даремне хвилювання, - відповіла книга, - так інфікуватись неможливо. Ти можеш абсолютно вільно спілкуватись з людьми, ВІЛ не передається повітряно-крапельним шляхом, через обійми, через рукостискання, через спільне користування посудом чи одягом.

В школі, після другого уроку, всіх учнів з Андрійкового класу відправили до медичного кабінету для отримання щеплень. Андрій, доки чекав своєї черги, почав розглядати плакати, що висіли на стінах. Всі вони були різнокольоровими і привертали до себе увагу. Враз Андрій побачив плакат на якому було щось написано про ВІЛ, потім ще один і ще. На кожному писали різні твердження і хлопець з цікавістю почав читати їх:

- ✓ Можна інфікуватись ВІЛ при переливанні неперевіреної крові;
- ✓ Людина-носіє ВІЛ може інфікувати свого статевого партнера;
- ✓ Ступінь ризику інфікування ВІЛ знижується при використанні презервативів під час статевого контакту.

Андрій вирішив запитати у книги, чи правдиві ці твердження. Він швидко дістав її і вона тієї ж миті відповіла:

– Так, все це правда. Ти повинен пам'ятати - ВІЛ передається лише декількома шляхами: через кров, через незахищений статевий контакт, а також може передаватись від ВІЛ-інфікованої мами до дитини іноді – під час вагітності, а також під час пологів або грудного вигодовування.

– А зараз, коли зараз лікар робитиме щеплення, чи загрожує мені небезпека?
– ВІЛ можна інфікуватись лише при повторному використанні голки і шприців для уколів. Якщо шприц буде у стерильній упаковці – небезпеки немає.

Після уроків в школі Андрій з друзями йшли додому і весело гомоніли про щось. Враз один друг Андрія, Сергій, почав розповідати про те, що якимось по телевізору бачив передачу про татування та пірсинг.

– Це так круто, мати на плечі татування орла, наприклад.

– Але це так боляче!!! Уяви, голка проколює твою шкіру аж до крові. – зауважив хтось із хлопців і Андрію відразу стало цікаво, чи може це бути одним із шляхів передачі інфекції. Він подумки звернувся до книги і та, також подумки відповіла йому, що ВІЛ можна одержати при нанесенні татування чи пірсингу тільки якщо голка, якою це робитимуть, буде нестерильною.

– Треба бути дуже обережним і пильнувати, щоб все було стерильним, – заговорив Андрій до друзів, – бо можна отримати ВІЛ-інфекцію.

Хлопці здивовано, але із зацікавленням глянули на свого товариша:

– Про що це ти?

І Андрійко заходився розповідати хлопцям про те, що таке ВІЛ та СНІД, про те, як можна вберегти себе і своїх рідних від цієї хвороби. Хлопці із запалом в очах слухали його, дивуючись, звідки він так багато знає. В одну мить він перемістився у центр уваги, але йому було байдуже, адже він хотів лише розповісти друзям, як захистити себе.

Вже ввечері, лягаючи спати, Андрій взяв книгу в руки:

– Дякую тобі, я так багато дізнався корисного.

– Дякувати треба не мені, це тобі спасибі, що все ж таки відкрив мене і задав перше питання, за те, що розповів друзям – тепер і вони знатимуть, як себе захистити.

Вранці, на тому місці, де вчора залишив книжку, Андрій знайшов лише записку, написану невідомою рукою, де були написані прощальні слова: «Всього тобі найкращого, хлопчику! Бажаю успіху в майбутньому і бережи себе, а я помандрую далі, щоб розповідати кожному, до кого потраплю про те, що мають знати усі».

Запитання до оповідання:

1. Що корисного отримав хлопець від знайомства з книгою?
 2. Що таке ВІЛ-інфекція та СНІД?
 3. Якими шляхами передається ВІЛ?
 4. А як ВІЛ-інфекція не передається?
-
-

Ірина Захарченко,
тренерка-експерт МГО
“Школа рівних можливостей”

Методика «форум театр» як ефективний засіб попередження негативних явищ у молодіжному середовищі

“Театр – це форма знань: він повинен і може бути засобом трансформування суспільства. Театр може допомогти нам збудувати наше майбутнє замість того, аби просто чекати на це майбутнє.”

Августо Боаль

“В своєму найбільш архаїчному значенні театр – це можливість, яку мають люди – не звірі, – спостерігати за тим, як вони бачать свої емоції і думають про них, як ними керують їхні думки; вони можуть себе побачити тут і уявити себе там, вони можуть побачити себе сьогодні і уявити себе завтра.”

Августо Боаль

Методологічні засади форум-театру²

Визначення поняття форум-театру

Форум-театр – методика інтерактивної роботи з різними прошарками суспільства, спрямована на вирішення соціальних проблем.

Сутність методики форум-театру полягає у пошуці у рамках запропонованої вистави – разом із глядачами – шляхів вирішення проблеми чи виходу зі складної життєвої ситуації.

Отже, форум-театр дає можливість не тільки усвідомити проблему і сформувати ставлення людини до негативного явища, а й здобути навички пошуку шляхів для вирішення проблеми з використанням власного досвіду та досвіду інших людей, включаючи можливості підсвідомості та емоційного інтелекту.

Ведучий форум-театру перед початком вистави знайомить учасників із проблемою, яку висвітлюватиме вистава. Після вистави ведучий шляхом інтерактивного опитування аудиторії з'ясовує рівень усвідомлення групою учасників проблеми та її наслідків для суспільства в цілому та для конкретної людини. За необхідності структурує кілька проблем, проговорюючи їх. З'ясовується, хто саме потерпає від пригнічення у змальованій ситуації, а хто свідомо чи ні становиться пригноблювачем. Глядачам пропонується ще раз подивитися виставу.

Пошук можливих шляхів покращання ситуації пропонують самі глядачі. У момент, коли при повторному програванні вистави є шанс покращити ситуацію і в глядача є ідея, як це зробити, глядач каже “Стоп!”, виходить на сцену, замінює актора і показує, як саме, на його думку, треба себе поводити, що говорити для зміни ситуації на краще.

Ведучого форум-театру ми називаємо джокером.

Форум-театр – методика, ще не поширена в Україні, хоча вона давно і ефективно використовується у половині країн світу як засіб зробити суспільство щасливішим, як спосіб відкриття самого себе та інших, визначення та вираження наших бажань; як знаряддя зміни обставин, які спричиняють нещастя та біль, та знаряддя посилення того, що приносить мир.

Існує Декларація принципів форум-театру. Ця Декларація, прийнята організацією “Міжнародний театр пригнічених” вважає основною метою театру пригнічених – гуманізувати суспільство. Театр пригнічених визначається як система вправ, ігор та

² При підготовці цього матеріалу використана методика Олени Єделевої, Росія, завідуючої кафедрою психології Нижньгородського інституту розвитку освіти (НІРО).

методів, які базуються на “істотному театрі”, щоб допомогти чоловікам і жінкам розвинути те, що вони вже мають у собі.

Головною темою вистав форум-театру є ситуація пригноблення та насильства, тому й сам театр так і називався – “Театр пригноблених”.

Головною метою форум-театру є надання інформації та набуття навичок вирішення існуючої проблеми певною людиною з використанням досвіду інших людей з підключенням можливостей власного емоційного інтелекту та попередження виникнення негативних явищ у суспільстві взагалі.

Темами вистав форум-театру можуть бути найрізноманітніші проблеми суспільства: стосунки між членами родини, співробітниками, представниками різних націй, культур, релігій, проблеми ВІЛ-інфікованих, інвалідів, здорового засобу життя, наркоманії, алкоголізму тощо.

Таким чином, сценічна вистава пропонує для розгляду соціальну проблему, а кожний персонаж гри виконує певну соціальну роль. Головний герой – жертва ситуації, інші персонажі – його оточення: сім’я, школа, члени суспільства. Можлива участь лікаря, мільйонера, вчителя. Кількість персонажів зумовлена сценарієм, конкретною ситуацією.

Під час участі в форум-театрі глядачі мають можливість не тільки познайомитися з негативним явищем, як у інтерактивному театрі або отримати інформацію, як під час тренінгу, а й **РОЗРОБИТИ АЛГОРИТМ, СТВОРИТИ МОДЕЛЬ** успішної поведінки в складній, на перший погляд безвихідній, ситуації.

Виконавці головних ролей і основні персонажі при взаємодії з глядачами повинні дотримуватися характеру своїх персонажів, але повинні враховувати і адекватно реагувати на вплив глядача.

Кожна вистава форум-театру унікальна, тому що в ній беруть участь не тільки актори, а й глядачі. У ході вистави актори розігрують добре знайому глядачам проблемну ситуацію з реального життя, а глядачі упродовж кількох годин “проживають” цю ситуацію, пропускаючи її крізь себе, становлячи себе на місця головних героїв та намагаючись змінити ситуацію на кращу.

Виконуючи роль замість актора, глядач глибше занурюється в емоційні переживання персонажу, відчуваючи результат свого втручання. Спроба власної участі може привести глядача до іншого погляду на проблему та вірогідна можливість знаходження іншого виходу з складної ситуації. Аудиторія залучається до переживань, драма акторів стає драмою глядачів.

Глядачі, спостерігаючи за подіями, що розгортаються на сцені, впізнаючи ситуацію, мають можливість оцінити поведінку людини з боку та висловити своє бачення зміни поведінки учасників подій, що приведуть до поліпшення ситуації в цілому. Таких способів поліпшення ситуації може бути багато, адже у кожного з глядачів – свій власний досвід вирішення проблеми, і він готовий поділитися цим досвідом з іншими.

Однієї з особливостей форум-театру є відсутність рекомендацій глядачам, як необхідно поводитися, адже кожна людина робить свій вибір сама, і ніхто не може йому сказати, як треба поступати в цій ситуації. У ході постановки кожна людина може зупинити хід вистави, щоб власним прикладом показати, як на його погляд можна змінити ситуацію на краще.

Техніка форум-театру – креативна, але ми повинні дотримуватися принципів форум-театру Августо Боалю.

Принципи форум-театру Августо Боалю:

- Ясність у викладенні сюжету.
 - Чітко визначений протагоніст (той, кого пригноблюють).
 - В ЦЕ повинно віритися.
 - ЦЕ повинно мати можливість змінюватися.
 - Гарячі точки “СТОП”
-
-

— Форум-театр – це театр пригноблених, а не депресивних.

Форум-театр – не терапія, але може бути терапевтичним

Форум-театр – не лікувальна методика. Це робота, спрямована на зміну негативної ситуації, в якій опинилась людина (протагоніст), на таку, з якої можна знайти вихід: фактично форум-театр дає можливість перепрограмувати свідомість (підсвідомість) особистості.

Історія форум-театру

Засновником форум-театру є бразилець **Августо Боаль**. Він створив перший вуличний “Театр пригноблених”.

В’язень, що пройшов через тортури, він добре розумів дві речі: пригноблені потерпають від соціального, економічного, психологічного насильства і допомогти їм, у першу чергу, можна через зміну їхньої власної поведінки і їхнього власного ставлення до проблеми.

Сутність форум-театру – спільний з глядачем вистави пошук вирішення проблеми та виходу із складної життєвої ситуації. Вистава, що пропонується глядачам, відбиває добре відому життєву ситуацію, що призводить людину до стану пригноблення. Сценарій вистави і сама вистава можуть бути підготовлені заздалегідь трупю театру, а можуть готуватися і програватися самими учасниками заходу в залежності від бажаного результату роботи форум-театру і групи учасників.

Акторська підготовка учасників не потрібна, але необхідним є проведення підготовчих вправ та ознайомлення з деякими техніками в тих випадках, коли постановка здійснюється не членами групи театру, а учасниками заходу (потерпілими від насильства, жертвами торгівлі та ін.).

Августо Боаль поділяв техніки та вправи на категорії.

Техніки:

- 1) зображення людського тіла;
- 2) зображення об’єкта – пам’ять почуттів;
- 3) створення епізоду минуле – майбутнє.

Вправи та ігри на:

- 1) тренування тактильних відчуттів;
- 2) тренування слухових аналізаторів;
- 3) тренування зорових аналізаторів;
- 4) тренування декількох аналізаторів разом;
- 5) сама постановка вистави.

Августо Боаль писав:

“Театр не має нічого спільного з будинками чи якимись іншими фізичними будівлями. Театр чи театральність – це здатність, це людська властивість, яка дозволяє людині спостерігати за собою в дії, в діяльності. Набуте таким чином самопізнання дозволяє людині стати суб’єктом (тим, спостерігає) іншого суб’єкта (того, хто виконує роль). Це дозволяє людині уявити різні можливості своїх дій і вивчити альтернативи. Людина може побачити себе в момент бачення, в момент дії, в момент відчуття і в момент мислення. Відчуй себе тим, хто чує, і подумай про себе думаючого.”

Цільові групи форум-театру

“Це театр – мистецтво споглядання самих себе”

Августо Боаль

Цільові групи, з якими працює форум-театр, можна означити як:

- 1) саме пригноблені особи, які потрапили у складну ситуацію і потерпають від різних форм насильства або власної залежності – ВІЛ-інфіковані, наркозалежні, жертви торгівлі людьми або сексуальної експлуатації;
-

2) пересічні члени суспільства, які можуть опинитися в складних життєвих ситуаціях через необізнаність і у яких не вистачає інформації або власного досвіду для попередження виникнення проблеми – звичайні діти, підлітки чи дорослі, вихованці дитячих будинків, ув'язнені колоній;

3) впливові особи, що мають покращити ситуацію в суспільстві шляхом проведення попереджувальних заходів та надання допомоги людям, що потерпають від пригнічення, – соціальні працівники, медики, правоохоронці, члени НДО.

Мета, завдання та техніки форум-театру визначаються в залежності від групи учасників заходу.

Мета і завдання форум-театру

Головною метою форум-театру є попередження потрапляння людини в проблемні ситуації та моделювання можливих шляхів виходу із ситуації, в яку потрапила пригнічена людина, – через надання їй інформації та набуття навичок вирішення проблеми конкретної людини з використанням досвіду інших людей та з підключенням можливостей власного емоційного інтелекту.

Завдання форум-театру залежать від групи учасників, з якою ми працюємо зараз. Залежно від завдання, що стоїть перед конкретним заходом, обираємо техніку проведення форум-театру.

Працюючи з групою пригнічених людей, ми ставимо за мету допомогти пригніченій людині знайти вихід зі скрутного становища, побачити нові способи вирішення проблеми. Це – робота в дитячих будинках, організаціях інвалідів, кризових центрах із жертвами насильства. Кожна пригнічена людина має свій певний обмежений досвід; спілкуючись в колі таких як вона сама, але тих, що мають інший досвід виходу зі скрутного становища, вона отримує досвід інших людей. Спілкування проходить у невимушеній обстановці, ніхто нікому не нав'язує свої думки, ніхто не примушує робити саме так, і тому ця інформація не викликає внутрішнього протесту і сприймається органічно. Робота з пригніченою людиною проводиться таким чином, що ми змінюємо на сцені **тільки** пригнічену людину – протагоніста.

Якщо ми працюємо з групою пересічних членів суспільства з метою попередження негативних проявів в суспільстві – насильства, наркоманії, торгівлі людьми – з метою формування позитивного ставлення до певних прошарків суспільства в учбових закладах, на підприємствах, у громадських організаціях, у процесі вистави проходить заміна **будь-кого** з діючих акторів. Глядачі в цьому випадку моделюють поведінку членів суспільства іншого, кращого або нового типу.

Іноді в ході вистави виникає потреба введення нового персонажу – подруги, працівника громадської організації, медика, правоохоронця, за допомогою яких ми змінюємо ситуацію навколо пригніченої людини на краще (дивись сценарій щодо торгівлі людьми – звернення до кризового центру).

Метою проведення форум-театру для осіб, що впливають на ситуацію в суспільстві – держслужбовців, правоохоронців, медиків, освітян – є спільний пошук найдієвіших шляхів попередження негативних явищ у суспільстві та надання різнопланової допомоги пригніченим. Існує багато варіантів для виходу пригніченого зі складної ситуації, і який саме буде найвдалішим можна визначити, тільки поєднавши зусилля фахівців різного напрямку, адже сама пригнічена людина не володіє всією фаховою медичною, правовою, психологічною інформацією, яку мають освічені фахівці.

Різновид форум-театру – законодавчий форум-театр – має на меті надання правової інформації та набуття досвіду вирішення проблеми за допомогою законів або навичок лобювання інтересів пригнічених членів громади перед органами державної влади.

Підготовка форум-театру

Підготовка форум-театру складається з кількох етапів:

1) вибір проблеми;

- 2) написання сценарію;
- 3) репетиція мізансцен;
- 4) аналіз та коректування вистави.

Підготовка форум-театру починається з вибору проблеми, що потребує вирішення. Існує два різновиди проблем, з якими буде працювати форум-театр:

- визначені проблеми певних груп пригнічених людей – жертв торгівлі людьми, ВІЛ-інфікованих, жертв домашнього насильства, дітей – жертв сексуальної експлуатації та інших, над вирішенням яких в інший спосіб вже працюють організації та установи; також це проблеми працівників держорганів, соціальних працівників, освітян, медиків, НДО, що потребують вдосконалення власних методів роботи з попередження негативних явищ у суспільстві та надання допомоги пригніченим, – для спільного вироблення нових форм взаємодії з партнерськими структурами;

- невизначені проблеми, до них можуть належати будь-які проблеми, які хвилюють в даний момент аудиторію чи когось із присутніх і які стають темою обговорення форум-театру. (не проговорені, не усвідомлені) суспільством проблеми, які ми виявляємо самостійно у процесі безпосередніх контактів з аудиторією.

Підготовка кожної вистави форум-театру починається з досконалого вивчення аудиторії, з якою ми будемо працювати: її особливостей, притаманних їй проблем, її потреб.

Визначається бажаний результат роботи з даною конкретною групою.

Бажаним результатом форум-театру для вирішення першої групи визначених проблем може бути або набуття пригніченою людиною навичок безпечної поведінки та прийняття найбільш вдалих рішень для протистояння пригнобленню, або надання корисної для пригніченої людини інформації (правової, медичної, іншої) та передача досвіду.

Друга група визначених проблем може бути вирішена, якщо присутні отримають новий досвід надання допомоги людям, що потерпають від пригноблення, та нову інформацію від партнерів по розв'язанню даної проблеми.

Бажаним результатом у роботі з невизначеними проблемами є сам факт їх визначення, виявлення, обговорення і спільний пошук шляхів розв'язання.

Складається план проведення конкретного заходу.

Залежно від цільової групи вибирається форма театральної вистави. Це може бути:

- публіцистична вистава;
- пластично-хореографічне дійство;
- драматична постановка;
- гумористична вистава;
- інтерактивна театральна програма.

Як і в інтерактивному театрі, перш ніж створювати виставу соціального спрямування, необхідно відповісти на деякі питання:

- чому саме ця вистава;
- чи співпадає адресність вистави з характеристиками цільової групи;
- чи відповідає приміщення, де ви будете працювати, потребам вистави;
- яка техніка потрібна для показу вистави;
- що необхідно підготувати до вистави;
- яка допомога знадобиться.

Далі обирається сценарій вистави, яка буде запропонована для обговорення аудиторії та пошуку можливих варіантів поліпшення ситуації.

Сценарій вистави, згідно принципів Августо Боалья, повинен бути реальним, добре зрозумілим, мати яскраво виражений образ пригніченої особи – протагоніста, мати можливість бути зміненим у ході обговорення.

Вистава повинна тривати 10-20 хвилин і складатися з 3-6 чітко структурованих мізансцен.

Сценарій готується групою форум-театру, програється її акторами. Необхідним є попередній перегляд сценарію з розстановкою акцентів на найбільш важливих моментах, з визначенням “контрольних точок” для джокера.

Попередній перегляд дає можливість режисеру-постановнику відкоригувати ролі і стиль гри, мову й емоційну експресію акторів, міміку, жести – як більш досконалі інструменти передачі необхідної інформації.

Можливий варіант, коли сценарій пишеться і вистава програється безпосередньо групою учасників, при цьому із запропонованих варіантів обирається той, що отримав підтримку найбільшої кількості учасників. Часто в основу сценарію лягає випадок, який насправді трапився з кимось із присутніх.

Для того, щоб учасники розкріпостилися, відчували довіру до того, що відбувається, потрібна певна підготовка – розігрів. Розігрів включає певні вправи (дивись Книгу ігор).

Сама вистава – театр – включає обмежену кількість мізансцен загальною тривалістю 10-20 хвилин.

Після вистави починається обговорення – форум, у ході якого кожний із глядачів може запропонувати своє вирішення проблеми, замінюючи на сцені певного актора, що виконує дану роль.

Дуже важливою і цінною є участь в форумі фахівців – медиків, правознавців, психологів, які в ході форуму пояснюють процеси, що відбуваються та вказують на можливі шляхи вирішення проблеми з точки зору медицини, законодавства та інше. Тут доречно назвати адреси центрів, закладів, де можна отримати ту чи іншу допомогу.

Після вистави ведучий – джокер – підводить підсумки та дякує всім учасникам.

Отже, ми виділяємо у методиці форум-театру такі фази:

- 1) Розігрів
- 2) Перегляд вистави
- 3) Форум
- 4) Передача профілактичної інформації
- 5) Зворотній зв'язок
- 6) Обговорення акторами та фахівцями
- 7) Техніки, що застосовуються в форум-театрі

“Емоційний розвиток лежить в основі розвитку безпечного відчуття самого себе, що є основою розумового здоров'я. Люди, які почуваються безпечно, мають самоповагу, самоефективність та можуть дати собі раду. Спільно вони утворюють основу стабільного, турботливого, справедливого та відповідального суспільства”

SOWELU ASSOCIATES

Техніки, що застосовуються в форум-театрі, повинні створити в групі учасників саме атмосферу безпеки, самоповаги, активності – атмосферу, що сприяє емоційному розвитку кожного учасника та учасниці.

Для досягнення цієї мети форум-театр застосовує техніки, що використовуються в тренінгових програмах і в інтерактивному театрі.

З тренінгових програм для проведення форум-театру ми можемо запозичити:

- роботу в колі;
 - відкритий простір;
 - контракт-правила;
 - обговорення;
-
-

- рольові ігри;
- індивідуальну роботу;
- роботу в малих групах;
- застосування вправ, ігор, спрямованих на покращання атмосфери в групі, отримання досвіду та просування вперед;
- активне слухання.

Опис деяких з цих технік, адаптованих до форум-театру, наведено в нотатках Джилл Доусет – тренерки, що працює за методикою форум-театру у Великобританії (дивись Книгу ігор).

Інтерактивний театр запозичує наступні техніки:

- виразне мовлення;
- сценічний рух;
- акторську майстерність.

Робота джокера

“Вміння відчувати атмосферу і настрої, впізнавати і приборкувати емоції часто високо розвинуте у тих людей, про яких судять у світі як про “ефективних”.

Доктор С.Каві

Джокер – головна діюча особа форум-театру. Він веде захід з початку до завершення, від нього залежить успішність форум-театру.

Основна робота з обраної проблеми проводиться саме джокером у процесі співпраці з аудиторією.

Він організує співпрацю між учасниками та акторами, налагоджує аудиторію на позитивну співпрацю, об’єднує всіх однією ціллю. На початку заходу він встановлює контакт з аудиторією, вводить її в належний робочий та емоційний стан. Йому потрібні неабиякі здібності, знання та навички для того, щоб за дуже короткий час ідентифікувати аудиторію, її настрої і потреби. Джокер готує учасників до сприйняття того, що буде відбуватися на сцені.

Після перегляду вистави джокер з’ясовує у присутніх, чи добре вони зрозуміли те, що побачили. Він пропонує глядачам назвати проблеми, висвітлені в ході вистави та можливі негативні наслідки що можуть статися, якщо не вжити певних заходів. Джокер ідентифікує персонажі, просить учасників та учасниць пояснити емоційний стан того чи іншого героя.

При повторному перегляді джокер дає можливість глядачам самим стати акторами, замінюючи когось з виконавців, при цьому в одній ролі мають можливість спробувати кілька глядачів, кожний зі своїм баченням розвитку подій.

Важливо, щоб джокер стимулював і розвивав ідеї, що виникають у глядачів, спонукаючи їх спробувати зіграти роль того чи іншого персонажу. В разі виникнення якихось ускладнень джокер ненав’язливо пропонує можливі варіанти поведінки в подібній ситуації.

Які саме знання, навички і якості повинен мати джокер?

Знання:

- психології;
- театру;
- педагогіки;
- спеціальні знання з теми форум-театру;
- права.

Навички:

- комунікабельності;
- активного слухання;
- ораторські;

- театрального мистецтва;
- Пріоритетні якості:
- харизматичність,
 - доброзичливість;
 - уважність;
 - повага до кожної людини;
 - толерантність;
 - позитивність сприйняття;
 - почуття гумору;
 - гендерна чуйність;
 - почуття часу

СЦЕНАРІЙ

Нижче наведено приклади розроблених і вже програних, випробуваних варіантів сценаріїв. Вони є колективною творчістю учасників проблемно-тематичних семінарів, проведених на кафедрі психології в Нижньогородському інституті розвитку освіти (НІРО), а також тренінгів, проведених Міжнародною громадською організацією “Школа Рівних Можливостей” та Всеукраїнським громадським центром “Волонтер”.

Сценарій № 1

Ранок. Роздратована мама, яка й сама запізнюється на роботу, відправляє доньку Катю до школи. «А поснідати?», мама: «Який сніданок? Я й так запізнююся, давай швидше».

Школа. Катя приходить, коли урок уже розпочався. Роздратована, байдужа вчителька бубонить: «Завжди ти спізнюєшся», – і в якості покарання викликає її до дошки. Сусіда по парті прикріплює до спини дівчини папірець з образливим словом «ЧМО». Дівчинка одержує двійку за те, що не виконала домашнє завдання, а в додаток ще й репліку вчительки: «А чи не задумувалася ти, чому саме тобі однокласники вішають на спину такі характеристики?»

Будинок. У кімнаті гримить музика в стилі техно. Втоплена, роздратована мама повертається з роботи, вимагає виключити магнітофон. Донька ігнорує, виникає перепалка. Сварка. Дівчина йде з дому.

Вулиця. Група підлітків курить травичку, один з них звертається до похмурої дівчини і запитує, що з нею сталось. Усі співчувають і пропонують закурити, щоб трохи відійти і забути про свої проблеми: «Все одно з першого разу нічого не буде!» Катя простягає руку. Пауза.

На цьому моменті звучить: «Стоп!». І вистава починається спочатку. Глядачі намагаються змінити ситуацію. Нова дія буде тривати близько двох годин, і глядачі десятки разів будуть виходити на сцену і змінювати акторів/акторок, пропонуючи інше, своє бачення ролі.

Сценарій № 2

Ранок. Голос за сценою: «Супермаркет «Велика кишенья», 8 година ранку. У працівників починається робочий день. На стільці сидить охоронець». До магазину заходять двоє підлітків-наркоманів – хлопчик і дівчинка, яких трясє лихоманка, і починають повільно пересуватися у бік аптечного кіоску. Дві продавщиці з сусіднього відділу презирливо оглядають їх. Підлітки проходять повз охоронця й непомітно кладуть

йому в кишеню гроші. Охоронець відвертається й сідає на стілець. Продавщиці, побачивши цю сцену, посміхаються. Аптекарки на робочому місці немає, десь вийшла. Одна з продавщиць звертається до аптекарки, яка повертається до свого кіоску: «Наталя, до тебе тут вже клієнти! Хвилюються!» У відповідь: «Ці – зачекають!!!»

Магазин заповнюється покупцями. Мама з дитиною прямують до аптечного кіоску. Реакція дитини на наркоманку, що трясеться: «Мама, що з нею? Вона хвора?» Мати забирає дитину і говорить з презирством: «Йдемо звідси. Розвелося цих наркоманів!». Бабуся кричить: «Ой! Донечко, як тебе трясє! Що робиться! Раніше принаймні лише хлопці цією справою займалися, а тепер і дівки! Лишенько!» Жінка проходить повз підлітків, зупиняється біля хлопця, впізнаючи в ньому свого сусіду: «А ти що тут робиш? Батьки знають про це?» Звертається до зали, пояснюючи: «Це Олексій, мій сусіда». Але, не отримавши жодної реакції, зітхає й, махнувши рукою, йде до кондитерського відділу.

Лікар «Швидкої допомоги» підходить до продавців: «Дайте мені пачку цигарок. На мене хворі чекають!» Отримавши цигарки, він швидко переступає через наркоманку, яка впала долу, і виходить з супермаркету.

До магазину входить дилер, пронизливим поглядом оглядає всіх навколо, підходить до охоронця, ляскає його по плечу, а потім передає йому гроші.

У магазині з'являється хлопчик-підліток, він не поспішає. Дилер наближається до нього, відводить убік і запитує: «Заробити хочеш? На ігрові автомати?» Підліток: «Хочу! А що треба робити?» Дилер дає пакетик і, вказуючи убік підлітків-наркоманів, говорить: «Тихо і швидко передай цим». Підліток повільно протягає руку, звучить музика. Всі учасники й учасниці дії завмирають у позах, що відбивають їхнє ставлення до всього того, що відбувається. Пауза. «Стоп!»

Сценарій № 3

Кімната. Мама, тато та Андрійко – підліток 14 років.

- Андрій, що ти тут вештаєшся під ногами! А ну йди вчи уроки, – гримає на хлопця тато. - Ми не всигли ще переїхати з нашого селища у місто, а ти вже вільного життя захотів! Не дратуй мене!
- Тато! Чого це ти! Я вже зробив усі уроки! – обурюється Андрій.
- Андрій! Як ти розмовляєш з батьком! В нього проблем повно, нова робота, нові умови! Ще й ти такий грубіян! Йди геть звідси! – втручається у розмову мати.

Андрій почуває себе незатишно, ніхто не цікавиться його почуттями. Він бере шкільний рюкзак і йде геть.

Школа. Андрій заходить до класу і відчуває напруження. Розмова між підлітками, що лунала до його приходу, притихла. Всі відвернулись від нього.

Один хлопець голосно, так, щоб почув Андрій, говорить іншому:

- О! Селюк прийшов! Ну-мо його дратувати! Він мені не подобається! (сміються разом голосно).

Андрій сідає за парту. Хлопець, що сидів поруч, встає забирає свої речі і пересідає за інший стіл.

По дорозі додому. Андрій зустрічає своїх однокласників. Вони сидять під забором та палять цигарки. Вони зовуть до себе Андрія. Він з радістю підходить.

- Ну що вештаєшся тут без діла. В нас тут пропозиція є до тебе. Не хочеш? – говорить один і протягує Андрію целофановий пакет.

Андрій здивовано дивиться на однокласників. Вони починають голосно сміятись.

- Ну, мультики не хочеш подивитись? – сміється другий і продовжує, - в нас ще залишилось трохи крею.

- Я не розумію, про що ви говорите, - соромливо відповідає Андрій.
- От дурень! – всі продовжують голосно сміятись. – Що, у вашому селі навіть не уявляють, що це таке - шалене життя міста?? У нас тут розважаються саме так.

Один з них видушує у пакет клей, протягує Андрію:

- Ти повинен цим дихати!!!
- Але...я не знаю... я ніколи... – намагається уникнути пропозиції Андрій.
- Чого ти? Це безпечно і весело!Якщо ні – йди геть! І завтра до школи не приходь, бо халепа буде тобі.

Андрій вирішує, що йому необхідно подружитися з цими хлопцями, відчутти себе справжнім жителем міста. Стати крутим:

- Добре! Я спробую. Все, що весело, не може бути погано, говоритьначеб-то сам до себе Андрій. Під оплиски і регіт хлопців, він бере пакет з рук одного з них, сідає поруч і вдихає вміст пакету.

СТОП!

Сценарій № 4

Дома. Тата Марійки вигнали з роботи. Він постійно сидить вдома нічим не займається, лише жаліється на тяжку долю. Мама дівчинки працює, але не маючи освіти єдина робота, на яку вона спроможна, це прибирання.

Ранок Марійки починається як завжди похмуро. На сніданок чорний хліб, яйце і споглядання того, як батько з самого ранку напивається. Мати бігає по квартирі й кричить на Марійку, що їй вже потрібно йти на роботу, а не сидіти на шії у батьків. Приводить в приклад Аню, дочку сусідки, яка вже розносить газети. „А ти в свої 14 років не можеш заробити копійку. Сидиш читаєш свої книжки”.

Сусіди. По дорозі до школи Марійка зустрічає сусідку, яка з огидою дивиться на дівчинку:

- Що це ти, Марійко, така не гарна. Сукня в тебе стара, ти якась бліда. Як ти взагалі можеш жити у такій родині: батько-алкоголік, а мати – пляшки підбирає.

Марійка не витерплює й кидає сусідці в обличчя:

- Ненавиджу тебе! Геть пішла звідси!
- От так і виховали. Розпусна ти дівчиця. Нічого путнього з тебе не вийде.

Й далі лаючи дівчину, сусідка йде собі додому.

Школа. Марійка приходить до школи з радістю і бажанням вчитися. Марійка має ліпшу подругу. І ось сьогодні Марійка звертається по допомогу. Розказує про свій біль, страждання й образи. Подруга:

- Марійко, це взагалі не проблеми. Ось я ніготь зламала - оце є над чим поміркувати. А це все дурня. Я тобі допоможу вирішити твої негаразди. Що там в тебе з батьками? Найкращий спосіб все забути – трохи випити, або ще краще - курнути чогось сильненького. Побачиш, проблему як рукою зніме. А з грошима я тобі допоможу. В мене сестра працює танцівницею в клубі, інколи стрептизанцює, гарно так! Інколи - робить тайський масаж, якщо клієнт при „баблі”. Можу замовити за тебе словечко. Трохи попрацюєш нашкребеш грошенят.

Задумалась Марійка та поки що нічого не відповіла, лише стала ще сумнішою.

Вдома. Надія, що вдома вже все гаразд не вгасала. Але не здійснилась. Тато напився і бив маму. Крики чутно було на весь двір. Марійка соромлячись пройшла до дверей, і одразу почула в свою адресу від матері:

- Це через тебе, заразо. Не потрібно було тебе народжувати. Ніякої з тебе користі. Хоч бі продати, та все одно багато не дадуть.

Марійка не довго слухала вигуками матері. Побігла геть з дома, підійшла до телефонної будки, набрала телефон подруги:

- Привіт! Мені необхідно зустрітись з твоєю сестрою. Я тут подумала....підумати працювати танцівницею. Стрептіз – так стрептіз! Аби гроші були!
- О! Так давай прямо сьогодні у вечері! Там навіть гарно танцювати не потрібно вміти, не хвилюйся! Головне, вдягнись гарніше, біжи до мене, позич сукню! Сьогодні багато гарних грошовитих дядьків збереться! Чекаю!
- Йду вже! – кричить у трубку схвильована Марійка!

СТОП!

Сценарій № 5

Хлопчина 16 років, Сашко, свариться з мамою:

- Навіщо ти розлучилась з батьком? Мамо, що ми тепер будемо робити!? В мене куртки немає, а осінь вже... Знову підручник треба купувати...
- Сину, я не маю часу вислуховувати твої нтації! Хвилюєшся за гроші - йди на роботу! Вагони розгружай! Роби, що хочеш! А мене у спокої залиш.

Грюкнувши дверима, Сашко йде з дому до своєї дівчини.

- Вона при грошах і не кине мене з моїми проблемами, підемо кудись веселитись, - дорогою думав Сашко.

Наталка сидить на лавці біля свого будинку. Вітається з Сашком.

- Наталочко, ну що, йдем кудись зависнемо? Пива дуже хочу!
- О! Ти пропонуєш кудись піти? Де ти гроші взяв?
- Але...в мене немає...Може ти заплатеш?
- Що? Знову я? Але скільки можна! Вибач, Сашуля, але мені набридло постійно сплачувати всі твої розваги. Я тебе кидаю. Тай взагалі ти ніколи мені не подобався, я була з тобою, бо потрібно когось мати. А тепер все, у мене є кращий чоловік.

У цей момент оних підходить хлопець і звертається до дівчини:

- Привіт, люба! Я за тобою! Що це тут робить цей обірванець? Пішли хутчіше! Я замовив столик у ресторані. Тексі вже чекає.

І тут же цей хлопець звертається до Сашка:

- Сашко, невдаха ти, ось і все. Весь двір з тебе глузує. Від тебе не лише батько втік, а й дівчина твоя бажає більш серйозних чоловіків, а не сльонтяїв. Можу запропонувати в мене поприбирати у гаражі. 200 гривень будеш мати.

Сашко навіть не знайов, що сказати, його переповнювали образа та сором. Він просто розвернувся і пішов геть.

У своєму дворі Сашку зустрічає компанію старих друзів:

- Сашко, пішли з нами до клубу! В мене тут є щось. Маленькі такі пігулки. І на перший раз грошей зовсім не потрібно. Забудеш про всі свої проблеми! Буде весело, - говорить один з них.

Сашко погоджується. Протягує руку й бере пігулку.

СТОП!

Сценарій № 6

Кімната. Мати говорить до сина-підлітка:

- Іван, я поїду до подруги ночувати. Тебе з собою не беру. Ти дивись, щоб все було добре. Я буду через два дні.

Іван залишається один вдома: «Чим займатись? Мати ніяких доручень не дала. Й телевізор вже набрид». Лунає телефонний дзвінок. Іван бере трубку і чує:

- Привіт, Іване! Чого дома сидиш? Пішли десь повештаємось!
-
-

- Та ні! Я не хочу, краще приходьте до мене! В мене дома нікого не має.
Друзі (два хлопця і дівчина) не довго думаючи приходять додому до Івана. Вони приносять алкогольні напої у великій кількості. Ваня здається трохи розгубленим, він не знає, чи добре, що дома буде відбуватись щось подібне, адже мати ніколи не дозволяла, але він також бажає повеселитися.

Пілітки влаштовують у домі розгардіяш. Речі розкидані по квартирі, деякі зламані. Івану пропонують хильнути задля спільної розваги, він вагається. Дівчина:

- Іване, ти чого? Я від тебе такого не чикала!

Івану соромно перед Оксаною, вона йому дуже подобається, і він випиває чарку. Потім ще одну.

Сусіди стукають у двері, але ніяк не можуть достукатись до зп'янілої молоді.

Випивши ще по декілька чарок, один з юнаків пропонує влаштувати змагання «на мечях» і показує на 4 столових ножа, що висять на стіні кухні. Інший юнак пропонує Івану, як хазяїну, надається право змагатися першим. Гучна музика, алкоголь та присутність дівчини примушують Івана забути про все й зануритися в процес змагання. Бажання бути оціненим дівчиною, яка ледь стоїть на ногах, перемагає і Ваня хватає ножа і кидається на свого товариша....

СТОП!

Сценарій № 7

Шкільний клас. Йде урок. Посеред уроку заходить Оля. Вчителька:

- Ну скільки можна! Ти зовсім не поважаєш мене! Знову проспала! Вже пройшла половина контрольної роботи! Ледацюго, сідай, пиши. Але я не думаю, що ти отримаєш більше, ніж двійку!

Засмучена Оля сідає за парту. Але вирішити не може жодного прикладу:

- Мабуть я таки правда нездара, як всі вчителі кажуть, - шепоче вона собі під носа.

Втомлена Оля йде зі школи додому та роздумує:

- Сьогодні був досить невдалий день: починаючи з того, що проспала перший урок з математики, та ще й на додаток почався тиждень контрольних робіт з усіх предметів перед закінчення навчального року. Так хочу побачити свого коханого Дмитрика. Не хочу чекати до вечора, піду прямо зараз до його двору, можу він там десь сидить з хлопцями.

Аж раптом Оля помічає свого Дмитра, що сидить на лавці та обіймає іншу дівчину. Вона підходу до них:

- Привіт, Дмитре! – говорить вона Дмитру, і звертається до дівчини, – Мене звати Оля, я дівчина Дмитра, а ти хто?

Замість дівчини відповідає Дмитро:

- Це вже застаріла інформація. Це Аліна і я її кохаю. Вибач, Олю, але життя таке мінливи. Нам вже час іти. – він бере Аліну за руку і вони йдуть геть.

Прийшовши додому, Оля відразу зателефонувала своїй подрузі Оксані.

- Оксана, ти зустрічалась з багатьма хлопцями у своєму житті, і хто, як не ти, може дати мені пораду стосовно того, як себе тепер поводити!

- Олю, давай зустрінемося. Найкращі ліки – це розваги! Вип'ємо чогось, смуток зникне миттю! Я якраз зараз збираюсь на одну вечірку, там будуть гарні хлопці і я впевнена, що ти точно підчепиш собі когось, і відразу забудеш про свого Дмитра! – впевнено і рішуче заявила Оксана.

- Але я навіть не знаю, мені ще на завтра до контрольної готуватися і мама напевно не пустить! – невпевнено промовила Оля у слухавку.

- Які ще контрольні? У тебе таке сталося, хай увійде у твоє положення і буде вдячна, що ти собі ні чого не заподіяла! Швидко збирайся і приходь до мене. – Оксана поклатала слухавку.

Дівчата прийшли на вечірку, яка відбувалась вдома Оксаненого знайомого хлопця. Велика квартира заповнена молоддю. Оксана почала знайомити Олю зі своїми друзями, які були вже напідпитку. Дівчата сіли за стіл і їм теж налили спиртне і запропонували закурити. Оксана випила, а Оля ні як не наважувалась, але подруга запевнила, що це не шкідливо і лише допоможе їй розслабитись.

Оля випила одну, потім ще одну...Раптом вона побачила серед усіх одного хлопця, у оточенні дівчат, який пильно її роздивлявся. Коли він побачив, що вона теж його помітила, підійшов до неї і відразу почав обнімати і намагатися поцілувати її. Вона хотіла відштовхнути його, але Оксана почала заспокоювати її:

- Чого ти, як маленька! Не будь дурною, він класний хлопець! Це те, що тобі зараз потрібно! Не пожалкуєш, я сама з ним якось була та й дівчата розказували, що він супер! Ти враз забудеш свого Дмитра!

Хлопець взяв Олю за руку і повів за собою у кімнату, зачинивши за ними двері.

- Тут нас ніхто не потурбує.

Побачивши наляканий погляд Олі, яка не зважаючи на хміль, відчувала, що не хоче такого продовження, намагалась опиратись, хлопець заспокоював:

- Не переживай, все буде добре!
- А в тебе є презервативи? - спитала Оля.
- Навіщо? Він нам не потрібен, - сказав хлопець.

СТОП!

Сценарій № 8

Кімната. Мама, тато і Олег

- Мамо, тату, ну чому ви мені не дозволяєте??? Я дуже хочу татуювання. Ну хоча б одне малесеньке.
- Олеже! Перестань! – сказав батько. - Я тобі НЕ ДОЗВОЛЯЮ!
- Ти знаєш, скільки проблем ти можеш отримати! Ні! Хочеш татуювання, чекай поки тобі виповниться 20 років і ти трохи порозумнішаєш. А зараз – ні.

Олег насупився і пішов до своєї кімнати.

- Я б сам робив би, і без вашої згоди! Але де ж гроші взяти... Це ж дорого коштує, – роздумував хопець.

Одного разу Олег у розмові зі своїм товаришем обмовився йому, що вже давно хоче зробити собі татуювання, а грошей на салон у нього не має, на що той здивовано сказав:

- На що тобі салон? І чого ти до мене раніше не звернувся? У мене є знайомий, що має студію у себе вдома, і наб'є тобі тату не гірше ніж у різних там салонах, лише коштувати тобі це буде у десять разів дешевше!
- Якщо ти кажеш правду, і це обійдеться мені не дорого, то покажи мені де це!
- Та хоч зараз!

І хлопці разом вирушили до цієї „студії“. Коли вони опинилися на місці, Олег побачив замість квартири напівпідвальне приміщення, з поганим освітленням, де окрім них було ще декілька людей, яким „майстер“ набивав тату майже одночасно, однією голкою і фарбою з однієї посудини.

Олега це здивувало і трохи налякало, оскільки він уявляв собі це дещо по-іншому. Він запитав:

- А це нормально – працювати у таих умовах?

- Чого це ти? Злякався чи що? - всміхнувся друг. – Тут вже стільки моїх знайомих тату собі набивали і нічого, всі живі ще, - сміявся він. – Краще обери собі малюнок.

Олег вибрав собі малюнок і сів на стілець до „майстра”, той взяв своє знаряддя
СТОП!

Сценарій № 9

Адміністрація дитячого літнього табору. Спеціаліст та два юнака.

- Хлопці, якщо ви хочете у нас працювати, ви повинні здати ряд аналізів, один з яких – це аналіз на ВІЛ. Він обов’язковий. Потім, з заповненою медичною книжкою приходьте до нас. Будемо вирішувати ваше питання.

Під час здачі аналізу.

Медична сестра бере кров у одного з хлопців (1). Інший(2) сидить поруч і з жахом спостерігає:

- А якщо буде в мене чи в нього цей ВІЛ, це смертельно, так? – запитує він(2) у медсестри.

- Так, смертельно Він не лікується і ви помрете дуже швидко.

Хлопець(1), у якого беруть кров, з жахом дивиться на медсестру, говорить своєму другові:

- Я не знаю, як жити, якщо воно знайдеться в мене.

Пройшов деякий час. Хлопці сидять під кабінетом та очікують результати аналізу. Поруч, під іншим кабунетом сидять дві жінки похилого віку та голосно обговорюють сучасну молодь, з огидою дивлячись на хлопців.

З кабінету виходить медсестра та звертається до хлопців:

- Ну що! Я вас вітаю, догралися! Ти (і вказує пальцем на одного з хлопців (2) – ВІЛ-інфікований.

Хлопці з жахом дивляться один на одного та на медсестру. Медсестра швидко відає результати аланізів, закриває кабінет ключем та йде геть.

Жінки встають зі стільців, відвертаються і йдуть геть, причитаючи: « Який жах! Що ж це робиться у світі! Такі як він, жити людям не дають! Горе, горе...»

Хлопець (1) відсовується від свого товариша, а потім взагалі встає і відходить далі. Дістає серветку і починає рительно витирати руки обличчя.

Хлопець (2) звертається у розпачі до свого друга:

- Друже, що ж мені тепер робити? Як жити далі? – закриває обличчя рками. Мені ніхто нічого не пояснив.

На що його друг відповідає:

- Ти не друг мені більше! І у двір до нас більше не приходь! Я вважав, що ти мій друг, ати ось таке вчинив! Жах який. Не підодь до мене. – він розвертається і біжить з приміщення.

Хлопець (2) закриває голову руками, сідає на підлогу:

- Я не хочу більше жити! Я не знаю, як! Я вб’ю себе!

СТОП!

Адаптовано **Журавель
Тетяною Василівною**, викладачем
Педагогічного коледжу при КНУ ім.
Тараса Шевченка; координатором
проектів ВГЦ „Волонтер”

Добірка ігор для використання під час роботи з дітьми та підлітками

Запропоновані нижче ігри можуть використовуватись під час різноманітних занять, зокрема під час методики театру-форуму (частина ігор була презентована Джил Доунсетт, тренеркою з Великобританії, під час семінарів, організованих Британською Радою в Україні з методики «театр-форум», частина ігор - з досвіду роботи Олени Єделевої, Росія).

Правильно підібрані ігри можуть слугувати безпосередньо досягненню завдань, продиктованих темою заняття та поставлених ведучим перед групою, а також виконувати ряд супутніх функцій (рекреативну, пізнавальну, розважальну, релаксаційну тощо).

Класифікацій ігор є безліч, але єдиної сталої класифікації не існує. Найчастіше ігри поділяють:

1. за провідною метою:

- пізнавальні;
- розважальні;
- активізуючі;
- комунікативні;
- фізично розвиваючі;
- ділові;
- ігри-жарти;
- тощо

2. за фізичним навантаженням:

- рухливі;
- нерухливі

3. за ступенем фізичного контакту:

- безконтактні;
- легкий фізичний контакт;
- тісний фізичний контакт в індивідуальній зоні учасників

4. за ступенем емоційності:

- без емоційної напруги;
- з легкою емоційною напругою;
- емоційно напружені;
- дуже емоційні

5. за кількістю гравців:

- колективні;
- командні;
- одиночні.

6. за часовими параметрами:

- ігри-хвилинки;
- ігри на декілька годин;
- ігри на цілий день;
- безкінечні ігри (в які можна грати доки не набридне).

7. за технічними засобами:

- настільні;
 - карткові;
-
-

- телевізійні;
- комп'ютерні;
- ігри, що не вимагають технічних засобів.

Вибір гри:

Ведучий повинен дуже серйозно підходити до вибору гри.

Він повинен підібрати такі ігри, що відповідають:

- рівню цільової аудиторії;
- завданням, які реалізуються на даному етапі заняття;
- стадії групової динаміки, на якій перебуває група;
- по тривалості вкладаються у часові рамки, які можуть бути виділені.

Необхідно уважно перечитати ігри декілька разів і спробувати спроектувати, як група відреагує на обрану Вами гру, які наслідки її застосування можуть бути, чи можуть бути якісь непередбачені негативні/позитивні наслідки та як Ви зможете ними керувати. Необхідно переконатись, що аудиторія буде відповідати вимогам, які висуває гра, а також перевірити наявність необхідних у грі технічних засобів.

До уваги!

Умовні позначки, що вказують на особливості, варті уваги під час підготовки до гри та її проведення. Ці позначки також допоможуть вибрати таку гру, яка найбільше відповідає Вашій цільовій аудиторії:

Рівень фізичного навантаження – #

Ступень фізичного контакту – !

Ступень емоційного навантаження – @

Це легка вправа, виконати її досить просто.

Це нескладна вправа, але може включати більш швидке пересування, ніж звичайна хода.

Це порівняно активна вправа і може включати елементи бігу.

Це дуже активна вправа, в якій буде біг та інші дуже активні рухи.

! Ця вправа не включає в себе фізичного контакту між гравцями.

!! Гравцям доведеться триматись за руки з однією чи двома іншими особами.

!!! Ця вправа включає дотики до інших частин тіла (окрім рук) решти гравців.

!!!! В цій вправі доведеться торкатися людей іншими частинами тіла, окрім рук.

!!!!! Ця вправа включає не передбачувані дотики.

@ Ця вправа не становить емоційної напруги.

@@ Ця вправа включає невелику емоційну напругу.

@@@ Ця вправа досить емоційна.

@@@@ Ця вправа може бути дуже емоційною.

Активні ігри

Кіт і Миша

!! @

Мета: гра на активізацію, розвиває реакцію, сприяє зближенню групи та налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 14 – 23 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Всі учасники та учасниці об'єднуються у підгрупи по три особи, двоє людей залишаються незадіяними. Ці підгрупи з 3-х осіб рівномірно розташовуються в аудиторії так, щоб між ними можна було пробігти. Вони нерухомо стоять на місці, взявши людину, що опинилася посередині, під руки. Двоє незадіяних гравців розподіляють ролі – Кота і Миші, після чого Кіт починає наздоганяти Мишу, бігаючи між підгрупами з 3-х осіб. Кіт і Миша повинні імітувати певні звуки, відповідні до цих тварин – писк та нявчання. Коли Миша втомиться, вона може приєднатися до однієї з підгруп, узявши людину, що стоїть із краю, під руку. Тоді людина, що знаходиться з протилежного краю підгрупи, стає Мишею і тікає від переслідувача-Кота. Якщо Кіт піймає Мишу, вони обмінюються ролями і гра продовжується.

Хоробре Серце і Доктор Завмри

!!! @@

Мета: гра на активізацію, розвиває реакцію, увагу, почуття товарищескості; сприяє зближенню групи та налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Один член групи стає Доктором Завмри і виходить з кімнати. Група, що залишилася, обирає людину, яка стане Хоробрим серцем. Повертається Доктор Завмри, і починається гра в салки. Якщо Доктор Завмри доторкнеться до когось, ця людина застигає у позі, в якій вона знаходиться в момент дотику. “Розморозити” може тільки Хоробре Серце, доторкнувшись до неї та створивши дзеркальне відображення пози застиглого гравця.

Салки в трикутниках

!! @

Мета: гра на активізацію, розвиває реакцію, увагу, почуття товарищескості; сприяє зближенню групи та налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Учасники/учасниці об'єднуються у групи по чотири особи. Троє з них тримаються за руки, утворивши трикутник, а четверта особа може вільно пересуватися та знаходиться у середині створеного трикутника. Учасники кожної групи вибирають собі “мету” – одного гравця з іншого трикутника (але не четвертого). Четвертий гравець кожної групи намагається доторкнутися до “гравця-мети”, у той час як дві інші грані трикутника, в якому знаходиться “мета”, намагаються йому перешкодити і захистити свого гравця.

Салки з хвостиками

!!! @@

Мета: гра на активізацію, розвиває реакцію, увагу; сприяє налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: хусточки або стрічечки за кількістю учасників.

Хід гри:

Прикріпіть на спину кожного гравця “хвостик” (або прив'яжіть до пояса хустку чи стрічечку). У цьому змаганні кожен виконує роль того, Хто водить. Завдання тих, Хто водять, відібрати найбільшу кількість хвостів у інших учасників/учасниць. Гравець, що втратив свій хвіст, вибуває з гри. Учасники/учасниці можуть захищати свої хвости, тікаючи або ухиляючись від переслідувача.

Фломастер

!! @@

Мета: гра на активізацію, розвиває реакцію, увагу; сприяє налагодженню позитивної атмосфери, зближенню учасників групи

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: фломастер, олівець або будь-який предмет невеликого розміру.

Хід гри:

Рухлива гра, під час якої завдання ведучого - знайти фломастер. Група переходить фломастер, швидко рухаючись по аудиторії і передаючи його з рук в руки учасникам так, щоб ведучий не здогадався, у кого ж зараз цей фломастер знаходиться. Якщо ж ведучому вдалося викрити того, в кого знаходився фломастер, то цей учасник перетворюється на ведучого, а ведучий на учасника, і гра продовжується.

Велетні, Чарівники, Гноми

!! @@

Мета: гра на активізацію, розвиває реакцію, увагу, почуття товарищескості; сприяє зближенню групи та налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 16 – 26 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: ватман, на якому зафіксований пріоритет сили.

Хід гри:

Група об'єднується у дві команди і кожна з них самостійно вирішує, будуть вони Велетнями, Чарівниками чи Гномами. Команди шикуються у дві лінії обличчям одна до одної і по команді, одночасно, роблять жест та вимовляють звук, характерний для обраної ними ролі. Уся група заздалегідь домовляється про значення цих жестів. Команда, що програє, повинна бігти до свого «будинку» перш ніж її наздожене інша команда. Мета команди-переможця – доторкнутися до максимальної кількості гравців іншої команди, які по тому приєднуються до їхньої команди.

Жести і звуки для:

- *Велетнів:* руки вгору і войовничий клич;

- *Чарівників:* сичать, одна рука попереду, пальці розчепірені;

- *Гномів*: гарчачи, пригинаються до землі зі скорченими пальцями.

Пріоритет сили:

- Велетні перемагають Чарівників;

- Чарівники перемагають Гномів;

- Гноми перемагають Велетнів.

Ігри, що передбачають вільне пересування по аудиторії

Групи з визначеної кількості людей

!! @@

Мета: комунікативна гра, розвиває реакцію, вміння спілкуватись в колективі, увагу, почуття товарищескості; гра може використовуватись для поділу учасників на підгрупи, виключаючи симпатії та антипатії учасників.

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група вільно переміщується аудиторією, не зупиняючись. Ведучий пояснює, що він буде називати цифру, яка означатиме, що всі присутні повинні сформувати підгрупи з такої кількості людей. Під час гри бажано експериментувати з великими і малими числами. Дозволяється давати новосформованим підгрупам нескладні завдання: створити застиглий образ, довідатися імена всіх членів групи, всім одночасно сісти на один стілець тощо. Можна давати завдання на об'єднання групи за кольором очей, знаку зодіаку, спільними інтересами тощо.

Бомба і Щит

! @

Мета: активізуюча комунікативна гра, розвиває реакцію, увагу

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 10 – 15 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група вільно переміщується аудиторією, не зупиняючись. Ведучий просить всіх учасників та учасниць вибрати собі по дві людини з групи, але так, щоб вони не здогадались, що обрали саме їх. Один з них буде Бомбою, а інший Щитом. Далі всіх просять пересуватися так, щоб Щит знаходився між учасником та обраною ним Бомбою. Доторкатися до свого Щита не можна, потрібно постійно пересуватися разом з ним таким чином, щоб він захистив від Бомби. Через кілька хвилин ведучий вимовляє “Бах!”, це означає, що всі Бомби вибухнули. Після чого він запитує, кому вдалося не підірватися, знаходячись за своїм Щитом у момент вибуху.

Мафія

! @@

Мета: комунікативна гра, розвиває реакцію, увагу, почуття товарищескості, вміння спілкуватись в колективі та підвищує якість спілкування в групі

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 20 – 30 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Одна особа з учасників чи учасниць гри стає “Вбивцею”. Цей вибір може бути зроблений за допомогою жеребкування. Наприклад, гравці по черзі витягують паперові картки з капелюха, одна з яких заздалегідь має особливу мітку. При використанні такого методу розподілу, кожен гравець витягає одну картку, нікому її не показує і ховає у кишеню. Якщо група надалі буде знову грати в цю гру, картки потрібно буде повернути.

Інший спосіб жеребкування полягає в наступному. Група стає в коло, повернувшись спиною до центру, очі заплющені. Ведучий або ведуча торкається спини чи плеча одного з гравців у колі, це означає, що дана особа стає Вбивцею. У деяких випадках, працюючи з певним контингентом, простіше вибрати Вбивцю, ніж пускати цей вибір на самоплив. Задача Детектива (якого також можна обрати за допомогою жеребкування або призначити): розкрити, хто з гравців є Вбивцею. Коли Детектив і Вбивця вже обрані, уся група, за винятком Детектива, вільно ходить по аудиторії. Вбивця дивиться в очі будь-кому з гравців, підморгує йому, це означатиме, що цей гравець вже «мертвий». Людина, яку «умертвили», рахує подумки до трьох і «вмирає» тихенько чи, за бажанням, грає сцену «вмирання». Детектив висуває обвинувачення проти Вбивці лише тоді, коли він **впевнений**, хто це. Детективу дозволяється припуститися двох безпідставних обвинувачень. Якщо ж третє обвинувачення знову помилкове, то Вбивця переміг. У цій грі присутня можливість “саботажу” і великий потенціал для обговорення.

Вампіри

!! @@

Мета: активізує комунікативна гра, розвиває увагу, створює позитивний настрій в групі

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 10 – 15 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Ця гра проводиться із заплющеними очима.

Кожен гравець повинен схрестити руки, закрити свої лікті долонями, заплющити очі й обережно ходити по аудиторії, намагаючись нікого не зачепити. Ведучий злегка натискає на шию одного з гравців, чим перетворює цю людину на Вампіра, тоді Вампір пересувається аудиторією з простягнутими руками в пошуках жертви.

Коли Вампір намацав людину, він знаходить його шию, злегка стискає її, і тим самим перетворює цього гравця на нового Вампіра. Коли особа відчуває, що її перетворюють на Вампіра, вона повинна передати “лемент привида”. Вампіри ходять по аудиторії в пошуку нових жертв, але, якщо їх наздоганяє інший Вампір і стискає шию, то вони знову перетворюються на людину, і на знак цього видаючи “подих полегшення”, потім закривають долонями лікті і продовжують грати, як звичайні учасники.

Крапка

!!!!! @@@@

Мета: комунікативна гра, розвиває реакцію, увагу, почуття товарищескості та сприяє емоційному піднесенню учасників групи, налаштовує на подальшу активну роботу

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 10 – 15 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група вільно, не зупиняючись, переміщується аудиторією. Ведучий просить кожного і кожна визначити крапка на підлозі та запам'ятати її. Потім ведучий дає завдання кожному учаснику та учасниці – подумки обрати собі по одній людині, але не показувати, хто це є. Згодом, коли ведучий каже: «Вперед!», кожен гравець повинен ніжно та без агресії відвести обрану ним людину до своєї умовної крапки на підлозі.

Попередня назва

! @

Мета: гра розвиває реакцію, кмітливість, увагу

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 10 – 15 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група вільно переміщується аудиторією, не зупиняючись. Кожний та кожна з гравців називає предмет, що він/вона бачить на своєму шляху, ім'ям попереднього предмета. Наприклад, тільки що він бачив стілець, а потім повернув голову і помітив картину, він називає картину “стільцем”. Якщо наступним на шляху йому зустрічається інший гравець, то він не називає його імені, а говорить “картина”.

Ланцюжок “День народження”

! @@@

Мета: комунікативна гра, розвиває кмітливість, увагу, сприяє зближенню учасників, може бути використана у блоці, спрямованому на знайомство учасників

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Всіх гравців просять вишикуватися в одну лінію за принципом дати свого народження від 1 січня до 31 грудня. Все це повинно відбуватися у повній тиші.

Хребет

!!!! @@@

Мета: комунікативна гра, розвиває кмітливість, увагу, сприяє зближенню учасників, проведення гри бажано з групою, учасники та учасниці якої вже знайомі

Бажана кількість учасників: 16 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Спочатку всі гравці шикуються у шеренгу в довільному порядку. Потім їх просять вишикуватися в одну лінію за принципом дати свого народження від 1 січня до 31 грудня, але гравцям пропонується уявити себе на вершині гори, з якої можна зірватись у будь-яку хвилину (іноді, якщо це відповідає можливостям групи, учасникам пропонується стати на стільці). Це обмежує пересування і робить його небезпечним. Гравці знаходяться в тісному контакті і не можуть стати поза шеренгою, бо зразу “впадуть у прірву”. Сильний вітер унеможливує розмови: все відбувається у повній тиші.

Робота в парах

Гіпноз

#! @@

Мета: комунікативна гра, розвиває кмітливість, увагу, сприяє зближенню учасників, налагодженню почуття товарищескості, налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Гравці об'єднуються в пари один з одним. Одна людина з кожної пари тримає свою долоню відкритою внутрішньою стороною до обличчя іншої на відстані 20 см. Вони, не поспішаючи, пересуваються аудиторією. Завдання кожної пари – гармонійно слідувати разом так, щоб чоло людини, яку “гіпнотизують”, знаходилося на рівні пальців руки Гіпнотизера, а підборіддя – на рівні подушечок долонь, при цьому необхідно постійно дотримуватись заданої відстані. Гіпнотизер не повинен робити занадто різких рухів, але і не спрощувати задачу партнера, його мета – придумувати цікаві напрямки, ведучи за собою партнера.

Рука на спині

!!! @@

Мета: комунікативна гра, розвиває увагу, почуття товарищескості, сприяє зближенню учасників, налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 10 – 15 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група працює в парах. Одна людина з кожної пари кладе свою долоню на спину іншого гравця. Його завдання – не відірвати руки від партнера, коли той буде пересуватися аудиторією.

Варіація: Все як у попередній грі, але спина прямує за рукою. Можна поекспериментувати з рукою на голові, чи долонею до долоні. В усіх варіаціях ведучий повинен усвідомлювати свою відповідальність за безпеку іншого гравця.

Три дуелі

!!! @@

Мета: комунікативна гра, розвиває кмітливість, увагу, почуття товарищескості, сприяє зближенню учасників, налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група працює в парах.

1. Гравці сідають обличчям один до одного, кожен кладе долоні собі на коліна, швидко змінюючи місце розташування рук: права рука на правому коліні, ліва на лівому, потім навпаки, робити це потрібно постійно та швидко. Метою кожного гравця є доторкнутися до колін суперника, одночасно захищаючи свої.

2. Кожен гравець стоїть на одній нозі. Змінювати ногу можна в будь-який момент, але стояти потрібно обов'язково лише на одній нозі. Гравці намагаються доторкнутися до ніг один одного, при цьому захищаючи свої коліна від торкань суперника.

3. Гравці стають обличчям один до одного, одна рука за спиною, інша витягнута вперед із вказівним пальцем-“штиком”. Кожний та кожна намагається доторкнутися “штиком” до руки суперника, захищеної за спину, ховаючи при цьому свою.

Рукоштовання із заплющеними очима

!! @@

Мета: комунікативна гра, розвиває увагу, почуття товарищескості, сприяє зближенню учасників, налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 10 – 15 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Кожна пара потискує один одному руку і застигає в такому положенні. Потім кожен гравець заплющує очі і робить 5 кроків назад, не змінюючи положення руки. Не розтуляючи очей, потрібно зробити 5 кроків вперед, намагаючись з'єднати руки у рукоштованні з попереднім партнером. Можна експериментувати з різною кількістю кроків.

Впіймай свого партнера

!!! @@@@

Мета: комунікативна гра на довіру та командну злагодженість, розвиває почуття товарищескості, сприяє зближенню учасників, налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Один з партнерів падає назад, у руки іншого, чия задача упіймати його. Гра може проводитись у великих групах, коли одну людину ловлять декілька гравців.

1-2-хлоп

! @@@

Мета: активізує комунікативну гру, розвиває увагу, уяву, реакцію, сприяє емоційному піднесенню

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група працює в парах. Спочатку пари декілька разів по черзі рахують до трьох. Потім їх просять замінити цифру **1** звуком і рухом, і продовжити рахунок використовуючи це нововведення. Потім рухом і звуком потрібно замінити цифру **2**, а потім **3**. Пари продовжують по черзі “рахувати” до трьох використовуючи вже тільки звуки і рухи. Цю гру можна продовжувати до будь-якого непарного числа, використовуючи слова і фрази замість звуків і рухів. Рухи та звуки придумує ведучий. Бажано експериментувати зі складністю звуків та рухів. Поступово можна створювати невеликі повторювані сценки, і використовувати їх як каталізатор під час обговорення повторюваних моделей поведінки у взаєминах.

Ігри у колі

Ураган

! @@@

Мета: комунікативна гра, розвиває реакцію, образне мислення, кмітливості, спрямована на зближення групи

Бажана кількість учасників: 10 – 24 особи

Час: 20 – 30 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Учасники сидять на стільцях у колі, тренер стає по центру, прибравши з кола зайві стільці, якщо такі є. Далі він наголошує на тому, що людина у колі є ведучим і має говорити певні твердження - лише правду про себе. Якщо ці твердження також є правдивим і для інших учасників, вони мають встати і швидко помінятися місцями з тими, хто також підвівся. В той час, коли учасники міняються місцями, ведучий, що стоїть по центру, може зайняти вільне місце. Той учасник, якому місце не вистачило, стає ведучим у колі і продовжує гру. Кожен, хто є ведучим, може сказати магічне слово - “ураган”, тоді *всі* учасники піднімаються і міняються місцями.

Приклади тверджень:

- мене дуже швидко роздратувати;
- я завжди мріяв бути актором;
- я дуже хвилююсь, коли виступаю перед незнайомою аудиторією з доповіддю.

Юрта чи зоряне коло

!! @@@

Мета: комунікативна гра, розвиває почуття товарищескості, сприяє формуванню команди, налагодженню позитивної атмосфери

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Кількість людей у групі повинна бути парною. Ведучий ділить гравців на 1-2 номери. Усі беруться за руки і розтягують коло наскільки це можливо. Триматися за руки потрібно міцно. Учасники під номером 1 нахиляються всередину кола, учасники під номером 2 – назовні. Далі усі стають рівно і напрямок нахилу змінюється: 1 – назовні, 2 – усередину. Все це робиться повільно, обережно і синхронно. Учасників необхідно попередити про важливість підтримки балансу.

Три аміго

! @@@

Мета: активізуюча комунікативна гра, сприяє налагодженню позитивної атмосфери, емоційному піднесенню учасників

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група стає в коло. Уявну енергетичну кулю передають по колу, при цьому за допомогою міміки, жестів і звуків імітують, що куля гаряча. Напрямок передачі кулі може бути змінено, якщо гравець вигукне: «Мені? - Ні!» і перекине уявну кулю через коло, вказуючи на одного з гравців, що стоїть навпроти, і промовить: «Три аміго!». Людина, на яку вказали, і двоє її сусідів зображують трьох мексиканців у сомбреро, що грають на гітарах. Людина в середині трійки при цьому співає... потім вигукує «Ю-ю-ю-х-у-у!» і передає “кулю енергії” далі по колу.

Подивися в очі

! @@

Мета: комунікативна гра, розвиває почуття товарищескості, сприяє зближенню учасників, налагодженню позитивної атмосфери; може використовуватись для об'єднання учасників в пари для подальшої роботи

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група стає в коло. Всі дивляться на умовну крапку на підлозі в середині кола. По команді ведучого всі піднімають голови і кожен гравець дивиться в очі своєму потенційному партнеру. Якщо ваші погляди зустрілися, то ви удвох виходите з кола і створюєте пари. Продовжуйте, поки пару не знайдуть усі.

Назви моє ім'я

! @@@

Мета: комунікативна гра, розвиває увагу, почуття товарищескості, сприяє зближенню учасників, налагодженню позитивної атмосфери;

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група стає в коло, одна людина стає в середину кола. Ведучий починає гру з того, що уважно дивиться в очі людині, що стоїть в середині кола. Ця людина називає ім'я ведучого, і той починає повільно йти до неї. Учасник, якому подивилися в очі, у свою чергу, встановлює візуальний контакт з іншим гравцем, який стоїть у колі.

Цей гравець, у свою чергу, вимовляє ім'я людини, що подивилася йому в очі і, не поспішаючи, починає йти до неї. Візуальні контакти поступово утворюють ланцюжок. Якщо це завдання стає занадто легким, гравці можуть спробувати бігти, а не йти один до одного.

Жонгливання

! @@@

Мета: активізуюча комунікативна гра, розвиває увагу, сприяє емоційному піднесенню

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: 3-4 м'ячі

Хід гри:

Група стає в коло. У ведучого є кілька м'ячів, які використовуються для жонгливання. Він кидає м'яч кому-небудь з кола і просить перекинути його будь-якому іншому учаснику, а потім підняти руку. Будь-хто може кидати м'яч людині з піднятою рукою чи ведучому, допоки ведучий не залишиться останньою людиною, яка отримала м'яч. Потім група може використовувати кілька м'ячів одночасно. Теоретично група може працювати з кількістю м'ячів, що дорівнює кількості учасників, але для цього необхідна гарна практика.

Обмін місцями

!! @@

Мета: комунікативна гра, розвиває увагу, почуття товарищескості, сприяє зближенню учасників, налагодженню позитивної атмосфери;

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група, що складається з парної кількості учасників та учасниць, розташовується на стільцях, поставлених у формі кола. Кожному учаснику привласнюється номер по ходу кола: 1, 2, 3, 4...і так до половини кола, і другій половині кола також привласнюють номери, починаючи з одиниці. Кожен гравець повинен знайти людину зі своїм числом в іншій половині кола. Уся група заплющує очі, і гравці обох половин кола одночасно починають шукати свою пару.

У вас місце є?

!! @@@

Мета: комунікативна гра, розвиває реакцію, кмітливості, спрямована на зближення групи, сприяє емоційному піднесенню

Бажана кількість учасників: 13 – 23 особи

Час: 20 – 30 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Всі учасники об'єднуються у пари, беруть один одного під руки і стоять по колу. Кожна з пар наразі є уявним готелем, в якому немає місць. Ведучий знаходиться у центрі кола, він є подорожнім і має підходити до кожної пари – уявного готелю і запитувати: “У Вас місце є?”, на що з “готелю” йому відповідають: “Ні, немає”. У той час, поки ведучий таким чином шукає місце, завданням учасників з “готелів” є за спільною домовленістю мінятися парами так, щоб ведучий не встиг зайняти їх місце. Якщо ведучий всигає вскочити в якийсь “готель”, то учасник, що залишився без місця, стає ведучим.

Скляна кобра

!! @@@

Мета: активізуюча комунікативна гра, сприяє зближенню учасників, налагодженню позитивної атмосфери, супроводжується емоційним піднесенням

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Група стає в коло. Всі учасники/учасниці придумують тихий звук, який вони здатні відтворювати протягом тривалого часу. Він навчає цьому звуку своїх двох сусідів, що стоять праворуч і ліворуч, а ті, у свою чергу, навчають його своїм мелодіям. Усі члени групи беруться за руки і запам'ятовують долоні своїх сусідів. Потім усі заплющують очі, схрещують руки, закривають лікті долонями і спокійно ходять по кімнаті. Коли всі учасники рівномірно розподілилися по кімнаті, ведучий подає сигнал і всі починають відтворювати свою мелодію, одночасно прислуховуючись до звуків навколо, намагаючись розпізнати мелодії своїх сусідів. Метою гри є розташуватися по колу в тому ж порядку, що на початку гри. Коли ви знаходите одного зі своїх сусідів, ви перевіряєте його долоні, знайомі вам, і продовжуєте відтворювати свій звук у такий спосіб, щоб інший ваш сусід зміг знайти вас. Учасники можуть відкрити очі тільки в тому випадку, якщо вони тримають за руки обох сусідів.

Ігри на імпровізацію

Дія під настрій

! @@@

Мета: комунікативна гра, сприяє розвитку уяви, кмітливості, налагодженню позитивної атмосфери, може використовуватись як елемент вправ з акторської майстерності

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Учасник/учасниця придумує простий рух і починає відтворювати його за допомогою міміки і жестів. Група пропонує різні стилі чи настрої, в яких можна виконувати даний рух. Ведучий пропонує автору руху відтворити його у трьох різних стилях.

Маріонетка й оповідачі історій

! @@@

Мета: комунікативна гра, сприяє розвитку уяви, кмітливості, може використовуватись як елемент вправ з акторської майстерності

Бажана кількість учасників: 12 – 24 особи

Час: 20 – 30 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Дві людини придумують одну історію: кожен гравець по черзі говорить по реченню. Людина, що грає Маріонетку, синхронно відтворює її історію за допомогою міміки і жестів. Коли Маріонетка зобразила те, що сказала перша людина, вона повертається до другої і запитує: «А що відбувалось далі?» і другий оповідач продовжує історію.

Імпровізація «Армаділло»

!! @@@

Мета: комунікативна гра, сприяє розвитку уяви, кмітливості, може використовуватись як елемент вправ з акторської майстерності

Бажана кількість учасників: 15 – 24 особи

Час: 30 – 40 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Члени групи об'єднуються в маленькі підгрупи, метою яких є створення невеликої імпровізації. Вони повинні придумати історію і можуть поставити її, використовуючи звичайний діалог, але під час презентації їм дозволяється використовувати тільки одне слово (на вибір групи) і повторювати його скільки завгодно. Ціль гри – розповісти історію за допомогою різних драматургічних прийомів, використовуючи не діалог, а лише одне слово.

Інший варіант гри: кожен персонаж використовує своє слово.

Ігри на знайомство

Сніговий ком

#!@

Мета: гра дозволяє учасникам/учасницям познайомитися один з одним, запам'ятати імена всіх учасників групи, налаштовує на подальшу роботу.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Учасники/учасниці по черзі називають своє ім'я з яким-небудь прикметником, що починається на першу літеру імені. Наступний по колу повинен назвати попередніх, потім себе; таким чином, кожен/кожна наступний буде називати все більше імен із прикметниками, це полегшить запам'ятовування і трохи розрядить атмосферу.

Наприклад:

1. Сергій – строгий;
2. Сергій – строгий, Петро – приємний;

3. Сергій – строгий, Петро – приємний, Наташа – незалежна.

Соціометрія

#!@@

Мета: гра дозволяє учасникам/учасницям краще познайомитися один з одним і створює більш довірливу атмосферу у групі.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Учасники/учасниці вільно пересуваються по кімнаті. Ведучий дає завдання: «Знайдіть один одного ті, у кого однаковий колір очей» (варіанти: «Ті, у кого день народження влітку, взимку, восени, навесні», «Ті, у чий імені три, чотири, п'ять, шість і більше літер»). Можливі варіанти, коли учасники поєднуються в групи за місцем проживання, знаком зодіаку, улюбленим кольором.

Самий-самий мій плакат

#!@@

Мета: вправа дозволяє учасникам/учасницям краще познайомитися один з одним і створює більш довірливу атмосферу у групі, сприяє розвитку креативності.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 25 – 30 хв.

Необхідний матеріал: аркуші паперу формату А4 за кількістю учасників та набори фломастерів або олівців.

Хід гри:

Учасникам/учасницям пропонують намалювати на аркуші паперу плакат, що складається з декількох розділів: 1. Ім'я. 2. Вік. 3. Вага. 4. Ріст. 5. Мій улюблений колір.

Намалювати: а) чим я люблю займатися; б) деякі мої друзі; в) так я виглядаю, коли щасливий (автопортрет); г) моя родина; д) якби в мене було одне бажання, я б загадав, щоб...; е) це моє улюблене місце.

Ці плакати прикріплюються на груди, і учасники/учасниці вільно ходять по кімнаті, знайомлячись один з одним упродовж 15 хвилин.

Реклама

#!@@

Мета: вправа дозволяє учасникам/учасницям краще познайомитися один з одним і створює більш довірливу атмосферу у групі, сприяє розвитку креативності.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 40 – 45 хв.

Необхідний матеріал: аркуші паперу за кількістю учасників та набори фломастерів або олівців.

Хід гри:

Ведучий пропонує учасникам намалювати рекламу для самого себе, включивши в неї короткий текст.

Після завершення малюнків учасники/учасниці групи додають у рекламу сусідів ті елементи чи формулювання, які автор, на їхню думку, не врахував.

Ще один варіант вправи - створення візуальної та текстової реклами одними учасниками/учасницями групи для інших.

Вітання

#!!@@

Мета: активізуючи комунікативна гра, розвиває почуття товарищескості, вміння спілкуватись у колективі та підвищує якість спілкування в групі, сприяє емоційному піднесенню учасників.

Бажана кількість учасників: 12 – 23 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Учасникам/учасницям пропонується утворити коло і поділитись на «європейців», «японців» і «африканців». Потім кожний/кожна з учасників йде по колу і вітається з усіма «своїм способом»: «європейці» потискають руку, «японці» кланяються, «африканці» труться носами. Це вправа зазвичай проходить весело й емоційно. Її краще ставити на початок заняття, для того, щоб привітатись і зарядити групу енергією.

У чому мені пощастило в житті

#!!@@

Мета: комунікативна гра, підвищує якість спілкування в групі, сприяє емоційному піднесенню учасників, підвищує рівень життєвого оптимізму, створює гарне налаштування на роботу.

Бажана кількість учасників: 10 – 24 особи (парна кількість учасників)

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Учасники/учасниці групи об'єднуються в пари. Ведучий пропонує завдання: «Протягом трьох хвилин розповісти своєму партнеру про те, у чому Вам пощастило в житті. Через три хвилини необхідно поміняти ролями». Після вправи проводиться короткий обмін враженнями.

Ми схожі?...

#!!@@

Мета: комунікативна гра, підвищує якість спілкування в групі, сприяє зближенню учасників, емоційному піднесенню.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 15 – 20 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід гри:

Спочатку учасники/учасниці хаотично ходять по кімнаті і говорять кожному зустрічному по дві фрази, що починаються зі слів:

- Ти схожий на мене тим, що...
-
-

- Я відрізняюся від тебе тим, що...

Інший варіант: у парах 3-4 хвилини вести розмову на тему «Чим ми схожі»; потім 3-4 хвилини – на тему «Чим ми відрізняємося». По закінченню проводиться обговорення, звертається увага на те, що було легко, а що важко робити, які були відкриття. Наприкінці робиться висновок, що всі ми, по суті, схожі й у той же час - різні, але ми маємо право на ці відмінності, і ніхто не може нас змусити бути іншими.

Цінності

#!@@

Мета: гра підвищує якість спілкування в групі, сприяє самоаналізу, зближенню учасників, дозволяє визначити загальні цінності групи, що допоможе у подальшій роботі.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 30 – 40 хв.

Необхідний матеріал: плакат з переліком цінностей або списки на аркушах для кожного.

Хід гри:

Учасникам/учасницям групи пропонують розглянути перелік можливих загальнолюдських цінностей:

- цікава робота
- стабільність у країні
- суспільне визнання
- гарна освіта
- матеріальний статок
- любов
- дружба
- здоров'я
- батьківщина
- задоволення, розваги
- самовдосконалення
- свобода
- справедливість
- доброта
- чесність
- щирість
- віра
- цілеспрямованість

Потім кожному/кожній пропонується вибрати зі списку п'ять найголовніших для нього цінностей і дві цінності, що не дуже значимі на даний момент. Після індивідуальної роботи учасники й учасниці поєднуються в малі підгрупи (по 3-4 особи) і обговорюють свої варіанти. Потім відбувається загальногрупове обговорення, під час якого учасники/учасниці діляться своїми враженнями.

Вправи, спрямовані на розвиток креативності, розкриття творчого потенціалу учасників

Наведені нижче вправи несуть у собі ряд паралельних завдань та ґрунтуються на арт-терапевтичних методах роботи з підлітками та молоддю:

- дозволяють учасникам/учасницям краще познайомитися один з одним і створюють більш довірливу атмосферу у групі;

- сприяють глибокому самоаналізу;
- сприяють розвитку креативності та розкриттю творчого потенціалу учасників;
- можуть слугувати гарним діагностичним матеріалом;
- у залежності від конкретної тематики та цільової аудиторії вправи можуть носити додаткові смислові навантаження.

Лінія життя

#!@@@

Мета: вправа сприяє зближенню учасників групи, розвитку креативності та розкриттю творчого потенціалу учасників, а також включає ряд завдань, перерахованих вище.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 40 – 50 хв.

Необхідний матеріал: аркуші паперу за кількістю учасників та набори фломастерів або олівців.

Хід вправи:

Учасники та учасниці отримують папір та олівці/фломастери і зручно розташовуються в аудиторії.

Варіанти завдань у вправі:

Життєвий шлях:

- Намалуйте своє життя у вигляді стежки на місцевості. Позначте символами чи словами найбільш значимі події і віхи свого життя.
- Змалюйте свій життєвий шлях як лабіринт чи спіраль з позначками подій.
- Змалюйте не тільки минуле і сьогоднішнє, але й майбутнє.
- Створіть три малюнки, що зображують вас у минулому, сьогоднішньому й майбутньому.
- Проілюструйте ті чи інші сторони вашого майбутнього (роботу, місце проживання і т.д.)
- Проілюструйте свою життєву стежку вирізками з журналів.
- Зверніть особливу увагу на напрямки «лінії життя», визначення мети, зображення моментів, пов'язаних з подоланням перешкод тощо.
- Намалуйте найяскравіші сцени зі свого дитинства, юності, дорослого періоду життя.
- Намалуйте сцени, пов'язані з гарними і неприємними спогадами.
- Намалуйте сцени, пов'язані із сильними почуттями.
- Намалуйте сцени, пов'язані з найбільш важливими подіями нашого життя.
- Намалуйте те, що найбільш важливо для вас у сьогоднішньому.

Мої близькі:

- Намалуйте різні групи найбільш важливих для вас людей (родину, колег по роботі, сусідів тощо)
- Зобразіть членів своєї родини чи знайомих, з якими у вас є «незавершені» справи чи яким ви не встигли щось сказати. Додайте до малюнків те, що ви хотіли б зробити чи сказати.
- Зобразіть членів родини у вигляді тварин чи предметів.
- Зобразіть членів родини і складіть діалоги між ними.
- Підберіть ілюстрації з журналів, що нагадують вашу родину і стосунки між її членами.
- Створіть тривимірне зображення членів родини.

Дитинство:

- Зобразіть по одному із найщасливіших і нещасливих подій свого дитинства.

- Зобразіть те, що вам забороняли в дитинстві. Подумайте, чи соромитеся ви робити це дотепер?
- Зобразіть один із ранніх ваших спогадів, пов'язаних з розлукою. Яке відношення воно може мати до ситуацій, пов'язаних з розставаннями сьогодні?

Мої секрети:

Намалюйте в реалістичній чи абстрактно-символічній манері наступне:

- чим ви хотіли б поділитися з групою;
- чим ви, можливо, могли б поділитися з групою;
- що вам не хотілося б розкривати групі.

Страхи:

Змалюйте свій страх (чи страхи) і те, з чим вони пов'язані.

- Уявіть, що ви ховаєтеся. Де і від кого? Намалюйте цю ситуацію.
- Намалюйте себе таким, що заблукав у хащах дикого лісу.
- Уявіть незнайомі двері чи ворота. Намалюйте, що чи хто знаходиться за ними.

Після виконання завдання учасники/учасниці групи по колу чи за бажанням (залежить від рівня довіри в групі, від стадії групової динаміки, на якій знаходиться група, та від виконаного завдання) розповідають про створений колаж чи малюнок. Висловлюються думки та почуття. Учасники аналізують, з якою метою вони виконували таке завдання, що воно їм дало.

Метафоричний автопортрет

#!@@

Мета: вправа дозволяє учасникам/учасницям краще познайомитися один з одним і створює більш довірливу атмосферу у групі, підвищує якість спілкування між учасниками, сприяє розвитку креативності.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 40 – 50 хв.

Необхідний матеріал: у залежності від вибору варіанту вправи - аркуші та фломастери.

Хід вправи:

Запропонуйте групі уявити себе будь-яким предметом, тваринкою або рослиною. Після створення образів у своїй уяві необхідно розповісти про них від першої особи.

Варіанти завдань для групи:

- Намалюйте, яким предметом чи твариною вам хотілося б бути.
- Зобразіть себе у вигляді предмета, що відбиває ваш стан у даний момент.
- Зобразіть на одній стороні аркуша себе у вигляді предмета, а на іншій – у вигляді тварини. Постарайтесь зрозуміти, як ці зображення сполучаються з вашими відносинами з навколишніми.
- Зобразіть себе у вигляді рослини на тому чи іншому етапі її розвитку. Зверніть увагу на свої відчуття, пов'язані з уявним процесом росту рослини.

Спільний малюнок

#!@@

Мета: комунікативна вправа, розвиває почуття товаришкості, вміння спілкуватись та підвищує якість спілкування в групі, сприяє зближенню учасників групи; сприяє розвитку креативності.

Бажана кількість учасників: 10 – 24 особи (парна кількість учасників)

Час: 30 – 35 хв.

Необхідний матеріал: аркуші паперу та набори фломастерів або олівців, пластилін.

Хід вправи:

Ведучий пропонує учасникам об'єднатись у пари. Та дає наступне завдання:

- Малюйте одночасно з партнером, по можливості мовчки. Намагайтеся реагувати на дії партнера. Просто малюйте мовчки.

Варіанти вправи:

Скульптура:

- Якщо умови дозволяють, можна одночасно з партнером творити спільну скульптуру із пластиліну мовчки.

Мальована розмова:

- Кожний/кожна учасник/учасниця у групі обирає для себе колір фломастера чи фарби і підбирає партнера, орієнтуючись на його колір. Потім пари зображують «розмову» кольорів на спільному листі паперу. Кожний/кожна намагається вести свою лінію приблизно паралельно лінії партнера чи продовжуючи її.

- Попередньо розподіливши кольори, використовуйте різні форми і плями у відповідь на форми і плями, що використовує партнер.

- Спробуйте імітувати емоційно забарвлену розмову, наприклад, сварку, жвавий діалог тощо.

Карлючки:

- Намалюйте і передайте своєму партнеру карлючки. Той повинен створити з них образ.

Після виконання завдання учасники/учасниці групи розповідають про спільну роботу. Що вийшло, що ні. Що було найбільш цікаво. Які висновки вони для себе зробили. Учасники діляться враженнями та почуттями.

Поводир

#!!@@@

Мета: комунікативна гра, розвиває почуття товарищескості, вміння спілкуватись та підвищує якість спілкування в групі, сприяє зближенню учасників групи; сприяє розвитку креативності.

Бажана кількість учасників: 10 – 24 особи (парна кількість учасників)

Час: 40 – 50 хв.

Необхідний матеріал: аркуші паперу за кількістю учасників та набори фломастерів або олівців, пластилін.

Хід гри:

Учасники/учасниці об'єднуються в пари. Одна людина буде ведучою, друга – яку ведуть. Ведучий/ведуча надягає пов'язку на очі напарнику/напарниці, підводить його/її до різних предметів і матеріалів з метою вивчення їх на дотик. Потім парам пропонують помінятися ролями.

По завершенню вправи учасники/учасниці відображають свої враження від участі в даній вправі (в якості того, кого вели) на малюнку чи в скульптурі.

Після виконання завдання учасники/учасниці групи розповідають про свої враження та почуття, які відкриття вони для себе зробили, що було найцікавішим тощо.

Зламаний телефон

#!@@

Мета: комунікативна гра, розвиває вміння спілкуватись та підвищує якість спілкування в групі, сприяє зближенню учасників групи; сприяє розвитку креативності.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 25 – 35 хв.

Необхідний матеріал: аркуші паперу за кількістю учасників та набори фломастерів або олівців.

Хід гри:

Учасники стають в ряд. Перший протягом двох хвилин малює невеликий малюнок і швидко показує його другому. Той намагається відтворити побачений малюнок по пам'яті, показує третьому і т.д. Останній малюнок порівнюють з першим і обговорюють перекручування. Чому так вийшло? А чи трапляється подібне у житті?

Якщо в групі багато людей, пропонується об'єднатись у дві групи.

Тактильне знайомство

#!!!@@@

Мета: комунікативна гра, розвиває вміння спілкуватись та підвищує якість спілкування в групі, сприяє зближенню учасників групи; сприяє розвитку креативності.

Бажана кількість учасників: 10 – 24 особи (парна кількість учасників)

Час: 40 – 50 хв.

Необхідний матеріал: аркуші паперу за кількістю учасників та набори фломастерів або олівців, пластилін.

Хід вправи:

Закривши очі, учасники/учасниці групи торкаються рук, обличчя чи тіла один одного, намагаючись запам'ятати образи чи відчуття, що виникають при цьому, а потім передають їх на малюнку чи в скульптурі.

Після виконання завдання учасники/учасниці групи розповідають про свої враження та почуття, які відкриття вони для себе зробили, що було найцікавішим тощо.

Вправи, спрямовані на входження у тематику заняття (профілактика залежностей) та її розкриття

Що ви дійсно думаєте?

#!@@

Мета: вправа спрямована на усвідомлення стереотипів та ціннісних орієнтацій, що визначають вчинки підлітків; сприяє активізації, налаштуванню на роботу з тематики попередження залежностей.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 30 – 40 хв.

Необхідний матеріал: картки з твердженнями; папір для фліпчарту з намальованою заздалегідь таблицею.

Хід вправи:

Учасники/учасниці об'єднуються у підгрупи по 4 особи, їм видаються картки з написаними на них висловлюваннями. В своїх підгрупах учасники/учасниці по черзі

піднімають ці картки, зачитують твердження і висловлюються “за” чи “проти”, робиться коротке обговорення. Приблизні висловлювання (твердження) для обговорення:

«Куріння повинне бути заборонене в усіх публічних місцях»

«Алкоголиків і наркоманів потрібно ізолювати від суспільства»

«Потрібно, щоб наркомани могли безкоштовно одержувати чисті голки і шприци»

«Жінки, хворі на наркоманію чи алкоголізм, не повинні мати дітей»

Можуть бути запропоновані й інші спірні висловлення, що відносяться до теми залежності і ризикованої поведінки молоді.

Час на роботу в підгрупах (3-5 людей) – 10-15 хвилин.

Після цього в загальному колі учасники/учасниці діляться результатами обговорення. Можна на фліпчарті представити спектр наявних думок:

Приклад:

№ висловлювання	Згодні (кількість)	Не згодні (кількість)
1	5	3
2	2	4
3		2
4		2

У ході обговорення звертається увага на те, що нерідко наше відношення до того чи іншого явища визначається стереотипами, неправильними уявленнями, забобонами, що часто може породжувати дискримінацію окремих категорій населення та погіршувати проблему.

Міфи

#!@@

Мета: вправа може допомогти підліткам виробити зрілу й обґрунтовану позицію щодо різних аспектів наркоманії, розвінчати ряд „міфів” та подати правдиву інформацію; сприяє активізації, налаштуванню на роботу з тематики попередження залежностей.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 30 – 40 хв.

Необхідний матеріал: список “міфів” для обговорення; додаткова інформація та статистичні дані, що розвінчують „міфи”; три таблички з написами: “Так”, “Ні”, “Не знаю”.

Хід вправи:

Небагато хто з нас має чітку уяву щодо наркоманії. Часто дорослі та й самі підлітки формують свої ставлення до наркотиків, орієнтуючись на розповіді приятелів, ЗМІ, чутки й упередження. Це небезпечно, по-перше, тому, що «міфи» про наркотики можуть зменшувати реальну загрозу (наприклад, міф про те, що марихуана зовсім нешкідливий наркотик), по-друге, тому, що «міфи» можуть надмірно перебільшити небезпеку, породжуючи почуття безвиході і приреченості (наприклад, міф про те, що варто людині один раз спробувати наркотик, і вона обов'язково стане наркоманом).

На початку вправи групі пропонується ряд висловлювань стосовно теми наркоманії. Наприклад, такі:

1. Досить один раз спробувати, щоб стати наркоманом.
 2. Наркоманія – не хвороба, а розбещеність.
 3. Усі наркомани – злочинці.
 4. Наркотики допомагають зняти напругу.
 5. Марихуана зовсім безпечна.
-
-

У вільному просторі приміщення, де працює група, вивішуються три таблички з написами:

«Так»

«Ні»

«Не знаю»

Учасники/учасниці протягом декількох хвилин обмірковують свою позицію з приводу кожного з цих висловлювань. Вони обирають свій варіант відповіді і об'єднуються відповідно до їхніх переконань у три групи біля табличок з написами. Після цього ведучий організовує невеличку дискусію, у ході якої кожна група відстоює свою точку зору. Потім обговорюється наступне висловлювання, і учасники та учасниці переходять в іншу групу або залишаються на місці (у залежності від вибору відповіді)

Після вправи доцільно надати додаткову інформацію і статистичні дані, що розвінчують „міфи”, які існують у суспільстві стосовно даної теми.

Мої цінності

#!@@@

Мета: емоційна гра, що дозволяє краще розібратися у стані наркозалежної людини, її почуттях; сприяє активізації, налаштуванню на роботу з тематики попередження залежностей.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 30 – 40 хв.

Необхідний матеріал: набори з 7-ми маленьких папірців та ручки за кількістю учасників.

Хід гри:

Учасники/учасниці отримують папірці, на яких записують 7 важливих для себе цінностей. Після цього ведучій пропонує присутнім уявити себе людьми, які, у силу різних обставин, спробували наркотики, стали наркозалежними і тепер повинні віддати ведучому будь-які дві цінності (на вибір). Учасники/учасниці віддають ведучому по два папірці. Ведучій знову пропонує присутнім уявити себе в стані наркозалежної людини, яка готова позбутись певних цінностей заради нової дози. Учасники/учасниці віддають ще по два папірці. Знову ведучій просить присутніх уявити ситуацію глибокої наркозалежності, коли людина вже не належить собі і тепер вже ведучій підходить до кожного/кожної і сам вибирає дві цінності.

Після закінчення вправи присутні розповідають про свої відчуття в той момент, коли їх позбавляли певних людських цінностей, роблять висновки. Вправа надзвичайно емоційна.

Телевізійний ролик

#!@@@

Мета: вправа дозволяє ствердитися у позиції щодо проблем наркоманії і зрозуміти, які засоби впливу на молодіжну аудиторію можуть бути найбільш ефективними; сприяє розвитку креативності та творчого потенціалу учасників.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 50 – 60 хв.

Необхідний матеріал: не потрібно

Хід вправи:

Група об'єднується у підгрупи по 4-6 осіб у кожній, після чого ведучий пояснює завдання: «Уявіть, що ви працюєте на телебаченні. Ваше завдання на найближчі 20

хвилин – придумати і поставити телевізійний ролик про шкоду від наркотиків. Ви можете працювати у будь-яких жанрах: соціальна реклама, міні-вистава, мультиплікація. Ви можете використовувати музичний супровід, танці, пластику, перевдягання – усе, що підкаже вам уява».

Після обмірковування і репетицій кожна підгрупа представляє свій ролик. Потім учасники обмінюються враженнями щодо них.

Вправа зазвичай відбувається жваво й цікаво. Якщо учасникам/учасницям вдається увійти у роль, вони із захопленням грають сценки, демонструючи неабиякі творчі здібності. Наприкінці вправи дуже важливо обговорити, який з роликів виявився найбільш вдалим і переконливим.

Вправа може бути застосована у роботі з будь-якою іншою проблемою.

Лист у редакцію

#!@@@

Мета: вправи сприяє формуванню навичок аргументованого відстоювання своєї позиції, зокрема, у ситуації надання допомоги однолітку; розвиває почуття товарищескості, критичне мислення.

Бажана кількість учасників: 10 – 23 особи

Час: 40 – 50 хв.

Необхідний матеріал: листи з ситуаціями для групової роботи.

Хід вправи:

Учасникам/учасницям пропонується об'єднатися у підгрупи, кожна з яких буде тимчасово виконувати функції редакції молодіжної газети. «Уявіть, що до вас у редакцію прийшов лист, – повідомляє ведучий, – спробуйте за 15-20 хвилин спільними зусиллями написати відповідь молодій людині». Потім ведучий роздає листа. Зразки листів можуть виглядати так:

«Дорога редакціє!

Я була в одній компанії, де мене вмовили спробувати уколоти. Мені стало цікаво. А тепер я увесь час думаю, а раптом я вже наркоманка. Що мені тепер робити? До лікаря йти я боюся. Дайте мені відповідь, будь ласка.

Маша П., 14 років»

«Дорога «Сорока»!

У мене є хлопець, ми вчимося разом. Улітку на дачі він познайомився з іншими хлопцями. Вони курять і п'ють горілку. Тепер він усе більше часу проводить з ними.

Мені він подобається, і я дуже хочу йому допомогти, щоб він не став алкоголіком.

Порадьте, як.

Марина, 16 років»

Після того, як відповіді написані, підгрупи міняються листами і своїми варіантами відповідей. Тепер кожній з підгруп пропонується оцінити якість відповіді їхніх колег за наступними критеріями:

1. Чи доступна форма відповіді на лист?
2. Чи зрозумілий зміст відповіді?
3. Чи не викликала у вас почуття ворожості або розгубленості ця відповідь?
4. Чи достатньо вона інформативна?

За кожним критерієм виставляється від одного до десяти балів, потім підраховується загальний результат. На закінчення проводиться загальгрупове обговорення, у процесі якого учасники обмінюються враженнями й емоціями.

Благополуччя – багатовимірний підхід, згідно з яким відповідальність за здоров'я лежить на особистості та рішеннях, які вона приймає стосовно свого життя.

ВІЛ – вірус імунодефіциту людини.

Групова динаміка – розвиток відносин між учасниками, сукупність усіх процесів, що відбуваються в міру розвитку і змін групи.

Здоровий спосіб життя – спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я.

Здоровий спосіб життя – усвідомлене, активне ставлення до власного здоров'я, вміння акумулювати позитивні та нейтралізувати негативні фактори, як зовнішні, так і внутрішні, що впливають на здоров'я.

Здоровий спосіб життя – це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через діяльність з оздоровлення умов життя - праці, відпочинку, побуту.

“Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад” – визначення ВООЗ (преамбула статуту ВООЗ 1976 р.).

ІПСШ – це скорочення, що означає інфекції, які передаються статевим шляхом.

Компонент – складова частина чого-небудь.

Комунікація – це процес передачі інформації від одного суб'єкта іншому.

Метод – спосіб організації теоретичної і практичної діяльності; шлях дослідження, спосіб пізнання; шлях (спосіб) досягнення поставленої мети.

Метод “рівний – рівному” – надання та поширення достовірної, соціально значимої інформації через довірче спілкування на рівних у межах організованої (тренінги, акції тощо) та неформальної роботи (спонтанне спілкування з однолітками), яку проводять спеціально підготовлені підлітки-інструктори.

Методика – узагальнення досвіду, способів, прийомів доцільного здійснення будь-якого завдання.

Мотивація – суб'єктивна внутрішня детермінація людської поведінки, система спонукань /мотивів/ до дії /діяльності/ або стримування від них.

Наркоманія – це захворювання, що обумовлене залежністю від наркотичних речовин.

Педагог-тренер – фахівець (учитель, лікар, соціальний працівник тощо), який створює умови для ведення просвітницької роботи підлітками-інструкторами серед своїх однолітків.

Первинна профілактика – комплекс соціальних, просвітницьких і медико-психологічних заходів, спрямованих на формування і збереження здорового способу життя та попередження можливих негативних дій щодо власного організму.

Підліток-інструктор – особистість, що є носієм знань і цінностей здорового способу життя, привабливих для однолітків, які вони бажають наслідувати. Концепція освіти “рівний – рівному” розглядає підлітків-інструкторів як спеціально підготовлених непрофесійних педагогів (рівних педагогів), які навчають і мотивують своїх однолітків на здоровий спосіб життя.

Презерватив – механічний засіб запобігання небажаній вагітності та хворобам, що передаються статевим шляхом. Його використання не потребує спеціального призначення лікарем.

Проблема – складне теоретичне або практичне питання, що потребує розв'язання, визначення, дослідження.

Просвітницька робота – активне поширення знань, інформаційна підтримка та позитивний вплив у процесі індивідуального, групового, масового спілкування в умовах

навчально-виховного закладу, за місцем проживання, в місцях масових зборів і відпочинку молоді.

Профілактика – 1) активний поступовий процес формування особистісних рис, які підтримують благополуччя, підвищують якість життя; 2) система заходів, спрямованих на запобігання виникненню й поширенню хвороб, на охорону здоров'я; 3) особливий вид діяльності, який знаходиться на перехресті психології, педагогіки, соціології, медицини, PR, інформаційних технологій.

Реклама (від лат. *reclamo* – вигукую, кричу) – заходи, спрямовані на популяризацію чого-небудь за допомогою ЗМІ, плакатів, світлових стендів, об'яв тощо, з метою залучення споживачів.

Рефлексія (від латинського *reflexio* – вигин, відображення, повернення назад) – самоаналіз, внутрішня психічна діяльність людини, спрямована на осмислення власних дій та станів.

СНІД – синдром набутого імунного дефіциту.

Соціальна реклама (як метод соціальної профілактики) – розповсюдження засобами масової комунікації інформації, яка торкається соціальних цінностей; коротке емоційно забарвлене повідомлення, спрямоване на формування ставлення щодо проблеми, позитивної ціннісної орієнтації. Розповсюджується у формі приказок (у неформальному спілкуванні), листівок, буклетів, плакатів, афіш, постерів, транспарантів, аудіо- і відео кліпів, рекламних акцій (концертів, мітингів, вуличних дійств).

Спосіб життя – система взаємин людини із самою собою та факторами зовнішнього середовища. Взаємини із самою собою – це складний комплекс дій і переживань, наявність корисних звичок, які зміцнюють природний ресурс здоров'я, і шкідливих звичок, які руйнують його.

Тренінг – запланований процес, призначений надати або поновити знання та навички і перевірити ставлення, ідеї, поведінку з метою їхньої зміни й оновлення.

Тренінг – групова робота, спрямована на розвиток умінь і формування навичок соціальної поведінки. Як правило, включає психогімнастичні вправи, психо- і соціограму (моделювання і програвання ситуацій спілкування), групові обговорення, рольові ігри тощо.

Фактор (лат. *factor* – той, що робить, від *facio* – роблю) – умова, рушійна сила, причина будь-якого процесу.

Фактори здоров'я – узагальнений термін, який присвоєно факторам та умовам, що впливають на здоров'я людини. Фактори не є ізольованими один від одного, вони мають між собою складну взаємодію.

Формування здорового способу життя – процес запровадження зусиль для сприяння поліпшенню здоров'я і благополуччя взагалі, зокрема ефективних програм, послуг, політик, які можуть підтримати та поліпшити існуючі рівні здоров'я, дати людям змогу посилити контроль над своїм здоров'ям і поліпшити його.

Цільова група – виділена за якимись параметрами та якостями група людей, на яку спрямована увага різних організацій, якій адресований певний вид діяльності, продукції. Цільова група може бути обрана за різними критеріями: вік, місце навчання чи роботи, професія, культурні особливості.

Відомості про авторів

Вайноле Рената Хейкіївна	к. пед. наук, доцент НПУ ім. Драгоманова
Журавель Тетяна Василівна	пошукувач Інституту проблем виховання АПН України, викладач Педагогічного коледжу при КНУ ім. Тараса Шевченка, координатор проектів ВГЦ „Волонтер”
Закусило Оксана Юрїївна	заступник голови МГО "Волонтерський клуб міста Луцька", консультант ХДФ
Ірина Захарченко	тренер-експерт МГО “Школа рівних можливостей”
Зимівець Наталія Володимирівна	пошукувач Інституту проблем виховання АПН України
Лозован Ольга Михайлівна	пошукувач Інституту проблем виховання АПН України, менеджер проектів ВГЦ „Волонтер”
Лютий Вадим Петрович	ст. викладач кафедри соціальної роботи та практичної психології Академії праці і соціальних відносин, пошукувач Інституту проблем виховання АПН України
Лях Віктор Вячеславович	пошукувач Інституту проблем виховання АПН України
Лях Тетяна Леонідівна	ст. викладач кафедри соціальної роботи та практичної психології Академії праці і соціальних відносин, Голова методичної ради ВГЦ „Волонтер”
Петрович Валерій Степанович	кандидат пед. наук, доцент кафедри соціальної педагогіки Волинського державного університету ім. Л.Українки
Цюман Тетяна Петрівна	аспірантка Інституту проблем виховання АПН України