

Поколение ПЛЮС

*Программа подготовки волонтеров
по профилактике
социально обусловленных заболеваний*

- **Авторы программы:**

- Н.В.Кудымова
- Н.В.Филимонова
- Л.И.Рябова
- Э.Н.Гарсиа
- О.Ю.Ткачева
- В.В.Кавиева

- **Авторы презентации:**

- Н.В.Кудымова
- Н.В.Филимонова

- **Научные консультанты:**

- Л.И.Рябова
- Э.Н.Гарсиа

Цель:

вовлечение подростков в косвенную пропаганду ЗОЖ и профилактику наркомании среди сверстников через создание условий для личностного роста, формирования установок на ЗОЖ.

Задачи

1. Познательная - повышение уровня знаний подростков о СОЗ, о ЗОЖ и способах его формирования.

2. Развивающая -

- развитие и совершенствование индивидуальности, критического мышления;
- развитие ассертивного, проблеморазрешающего поведения, противодействия внешнему давлению и культурного общения.

3. Психопрофилактическая - формирование активной жизненной позиции, безразличного отношения к ПАВ и положительного к ЗОЖ.

Эмоциональный блок

получение представления о деятельности волонтера, осознание его роли в профилактике СОЗ среди несовершеннолетних

•определение личной цели и цели группы

•сплочение группы и оптимизацию психологического климата

Познавательный блок

•повышение уровня представлений подростков о наркотиках и наркозависимости

Психосоциальный блок

•приобретение активной жизненной позиции, обучение навыкам поведения (самопознание, асертивное поведение, проблеморазрешающее поведение, сопротивление давлению со стороны, коммуникативные навыки)

Итоговый блок

•анализ своей деятельности и демонстрация приобретенных знаний и умений

Тематическое планирование

Вводный блок.

Занятие 1. Знакомство и получение представления о деятельности волонтера

Занятие 2. Определение личной цели и цели группы.

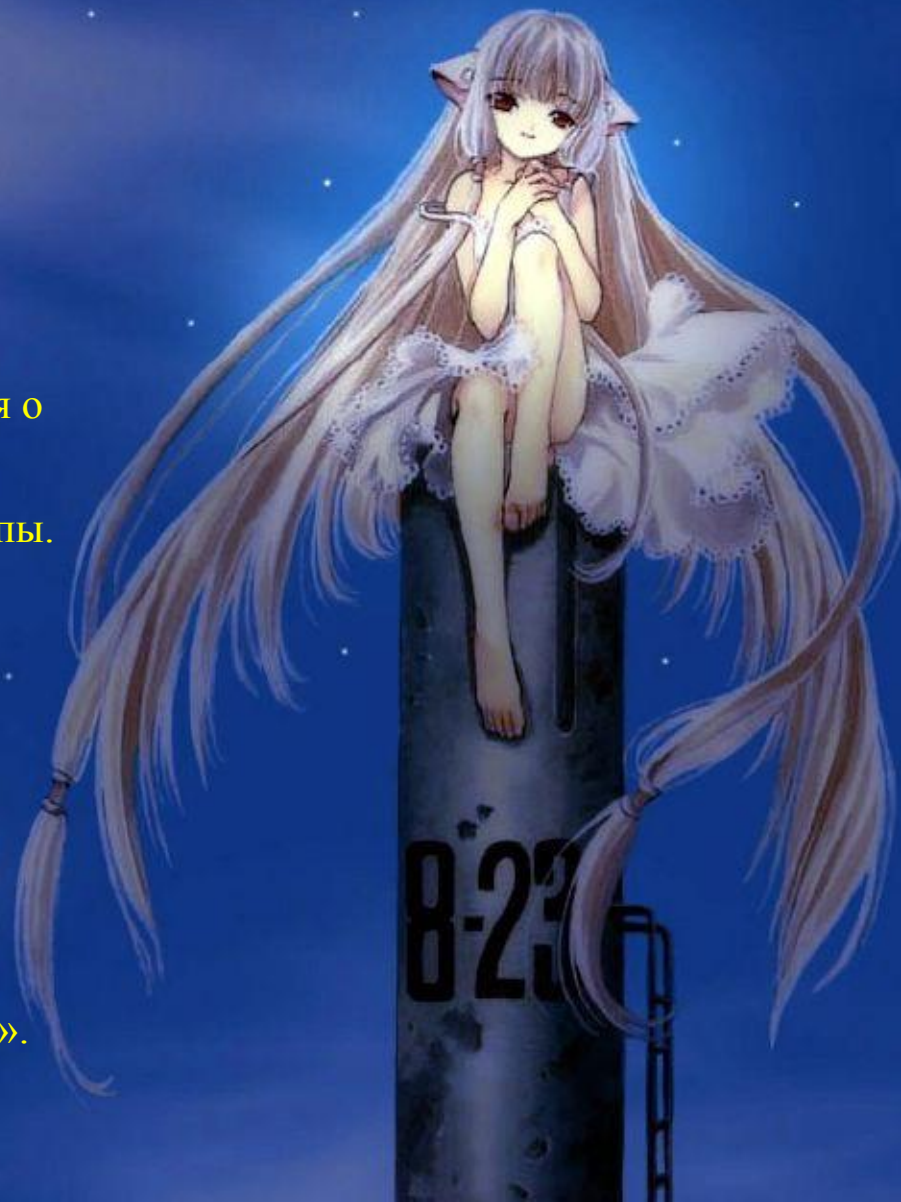
Занятие 3. Дружба вообще и в частности.

Познавательный блок.

Занятие 4. Брейн-ринг «Осторожно: никотин!»

Занятие 5. «Сделай выбор...»

Занятие 6. Брейн-ринг «Наркотики - белая смерть».



Психосоциальный блок.

- Занятие 7. «Я в своем представлении»
- Занятие 8. «Пути и способы познания себя»
- Занятие 9. «Я глазами других»
- Занятие 10. «Мои сильные стороны»
- Занятие 11. «Самопринятие и самоуважение»
- Занятие 12. Уверенное поведение
- Занятие 13. «Хочу быть уверенным»
- Занятие 14. «Как стать уверенным»
- Занятие 15. Проблеморазрешающее поведение
- Занятие 16. «Остановись и подумай!»
- Занятие 17. Ситуативный тренинг «Скажи «нет».
- Занятие 18. Ситуативный тренинг «Скажи «нет» психоактивным веществам»
- Занятие 19. «Как достойно выйти из конфликта?»

Итоговый блок.

- Занятие 20. «Катастрофа! Что делать?»
- Занятие 21-23. Подготовка к КВН «Поколение плюс».
- Занятие 24. КВН «Поколение плюс».



| Уровни | Задачи | Формы и методы |
|--|--|--|
| <p align="center">ЗНАНИЕ (КОГНИТИВНЫЙ)</p> | <p>1.Познавательные – повышение уровня знаний подростков о социально-обусловленных заболеваниях, о здоровом образе жизни и способах его формирования.</p> | <p align="center">брейн-ринг диспут КСО моделирование психофизиологического процесса рефлексивный полилог</p> |
| <p align="center">ОТНОШЕНИЕ (эмоциональный)</p> | <p>2. Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие и совершенствование индивидуальности; • развитие навыков асертивного, проблеморазрешающего поведения, противодействия внешнему давлению и эффективного общения; • развитие критического мышления. | <p align="center">ролевая игра диспут беседа рефлексивный полилог дискуссия мозговой штурм</p> |
| <p align="center">ПОВЕДЕНИЕ (поведенческий)</p> | <p>3. Психопрофилактические – формулирование активной жизненной позиции, безразличного отношения к ПАВ и положительного к ЗОЖ.</p> | <p align="center">социально-психологический тренинг</p> |

Изменение показателей социально – психологической адаптированности у подростков – волонтеров

| Показатели | До программы (ср. знач.) | После программы (ср. знач.) | t-критерий | p |
|----------------------------------|------------------------------|---------------------------------|-----------------------|-------------------------|
| Адаптированность | 48,2 | 51,6 | - 1,6 | 0,113 |
| <u>Деадаптированность</u> | <u>21,1</u> | <u>16</u> | <u>2,536</u> | <u>< 0,01</u> |
| <u>Принятие себя</u> | <u>12,1</u> | <u>13,4</u> | <u>- 2,022</u> | <u>< 0,05</u> |
| Принятие других | 9,1 | 9,9 | - 0,422 | 0,673 |
| Внутренний контроль | 14,5 | 15,8 | - 1,672 | 0,098 |
| Доминирование | 3,7 | 4 | - 0,75 | 0,455 |
| Уход от проблем | 2,5 | 2,2 | 1,302 | 0,196 |
| Эмоциональный комфорт | 10,2 | 11,3 | - 1,384 | 0,170 |
| Социальная желательность | 3,8 | 4,1 | - 0,395 | 0,694 |

Показатели самооценки подростков – волонтеров по методике Дембо – Рубинштейн

| Показатели | До программы (знач.) ср. | После программы (знач.) ср. | t- критерий | p |
|---|---------------------------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------------|
| Здоровье | 74 | 78,1 | -0,071 | 0,943 |
| Ум | 67,5 | 71,9 | -1,163 | 0,248 |
| Характер | 65,2 | 71,3 | -1,601 | 0,112 |
| Уважение сверстников | 60,7 | 60,4 | 0,307 | 0,758 |
| Уважение родителей | 93,7 | 94,5 | -0,769 | 0,443 |
| Самостоятельность | 77,7 | 82,6 | -1,902 | 0,06 |
| Уверенность | 71,7 | 74 | -0,698 | 0,486 |
| <u>Чувство юмора</u> | <u>80,3</u> | <u>78,8</u> | <u>-2,011</u> | <u>< 0,05</u> |
| <u>Умение сказать</u> <u>«</u> <u>нет»</u> | <u>18,5</u> | <u>55,75</u> | <u>-13,129</u> | <u>< 0,001</u> |
| <u>Умение решать</u> <u>проблемы</u> | <u>34,5</u> | <u>72,75</u> | <u>-15,47</u> | <u>< 0,001</u> |



В марте 2004 года программа была представлена на втором фестивале профилактических программ «Поколение плюс» и получила высокую оценку педагогов по следующим критериям:

- доступность подачи материала - 9,1;
- практическая польза материала - 9,4;
- научная обоснованность – 9;
- актуальность для профессиональной деятельности – 9,9;
- намерение участников включить полученные знания в свою работу - 9;
- новизна материала – 8,2 (по 10-ти балльной шкале).