

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.

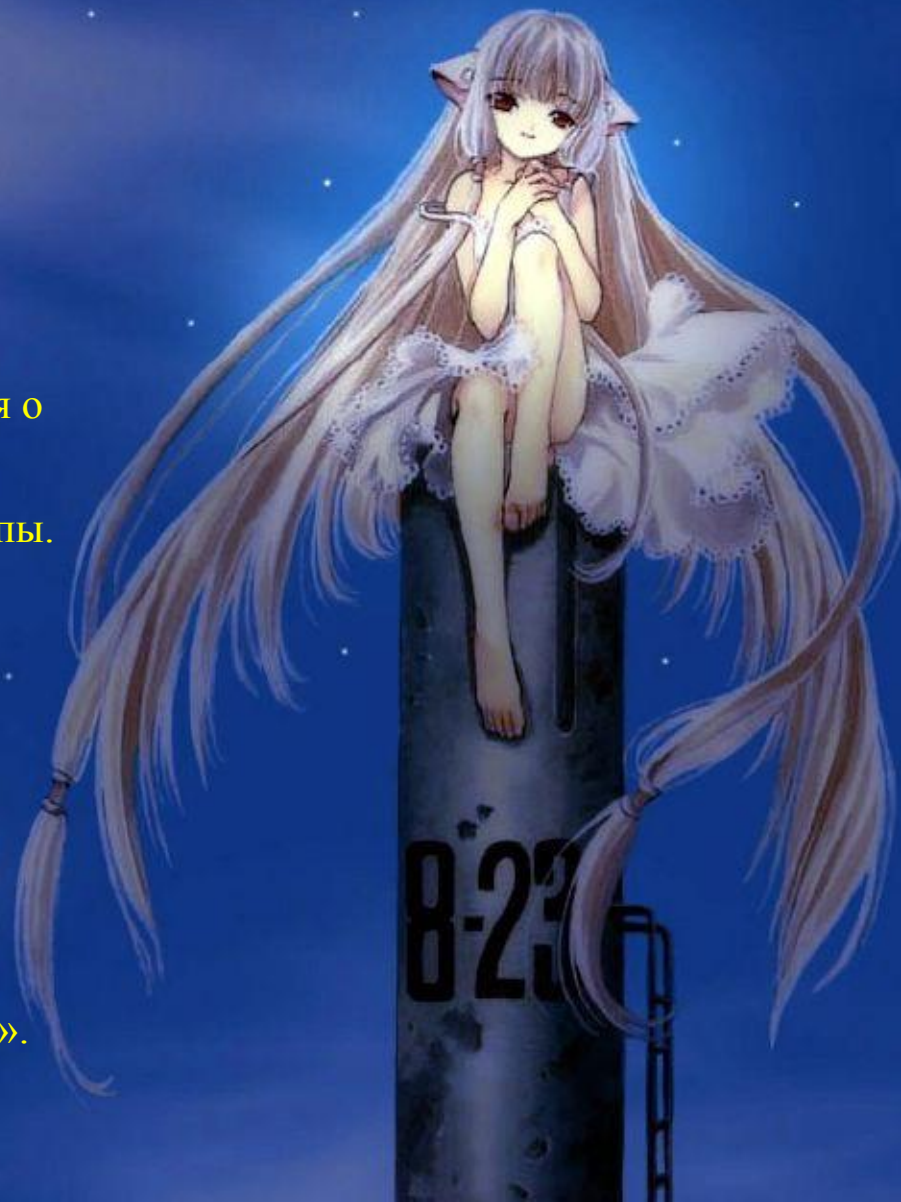
Занятие 3. Дружба вообще и в частности.

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 « нет»</u>	<u>18,5</u>	<u>55,75</u>	<u>-13,129</u>	<u>< 0,001</u>
<u>Умение решать 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).