

Калининградская региональная детско-молодежная
общественная организация «Юная Лидерская Армия»



Методика работы по программе «Лидер Общественного Мнения (ЛОМ)» по профилактике социально-опасного и рискованного поведения среди молодых людей, обучающихся в колледжах Калининградской области, и проживающих в общежитиях колледжей, с акцентом на людей из числа сирот и оставшихся без попечения родителей

Подготовлена в рамках проекта «Право молодых: профилактика социально-опасного поведения среди подростков и молодежи, обучающихся в колледжах Калининградской области»

Виктория Осипенко, Сергей Бухтояров

При поддержке Фонда Президентских грантов



Г. Калининград 2019 год

«Методика работы по программе «Лидер общественного Мнения (ЛОМ)» по профилактике социально-опасного и рискованного поведения среди молодых людей, обучающихся в колледжах Калининградской области, и проживающих в общежитиях колледжей, с акцентом на людей из числа сирот и оставшихся без попечения родителей»

ВВЕДЕНИЕ

Программа разработана специалистами Калининградской региональной общественной организации «Юная Лидерская Армия» (ЮЛА) и апробирована в рамках проекта "Право молодых: профилактика социально-опасного поведения среди подростков и молодежи, обучающихся в колледжах Калининградской области".

Проект «Право молодых» направлен на профилактику социально-опасного и рискованного поведения среди подростков и молодежи, проживающих в общежитиях колледжей Калининградской области (далее КО), с акцентом на людей из числа сирот и оставшихся без попечения родителей.

Цель проекта: Проведение интервенции по профилактике социально-опасного и рискованного поведения подростков и молодых людей, обучающихся в средне-специальных образовательных учреждениях Калининградской области, через внедрение профилактической программы "Лидер общественного Мнения (ЛОМ)"

Почему именно мы? Общественная организация «ЮЛА» более 20 лет занимается профилактикой поведения высокого риска в молодежной среде, за эти годы тесно взаимодействовала с областными Центром Медицинской профилактики, Центром СПИД, Центром психолого-педагогической реабилитации детей и подростков, Наркодиспансером, Центром диагностики и консультирования детей и подростков, КОИРО, УФСКН по КО (ныне ОНК УВД), а члены организации работали и работают в качестве специалистов вышеуказанных организаций и привлекаются в качестве экспертов для проведения профилактических мероприятий и разработки пособий.

Мы работали как в сфере первичной и вторичной профилактики, с детьми и молодежью, так и в сфере третичной профилактики, с людьми, затронутыми проблемой наркомании, ВИЧ, ТБ, отбывающими наказание в МЛС. Опыт работы показывает, что универсальных средств профилактики, особенно среди уязвимой молодежи, не существует. Ни одна программа, ни «Ладья», ни «Тренинг социального действия», «Оставайся в безопасности», не справляется с задачей сдерживания поведения высокого риска. Специалисты не успевают за быстро меняющейся ситуацией. А средства, выделяемые на эту работу, не соизмеримы со средствами, которые находятся в обороте злоумышленников, старающихся вовлечь молодежь в наркотизацию или в противоправную деятельность.

Мы предприняли очередную попытку проведения интервенции, привлекая молодежь в качестве экспертов и активных участников, и делимся с Вами наработками.

Кратко говоря, модель "Лидер общественного Мнения" (ЛОМ) выявляет популярных и пользующихся уважением людей сообщества, обсуждает и передает им актуальную информацию, и предлагает распространить ее среди сверстников. По принципу социальной диффузии информация распространяется в сообществе дальше, становится ценностью.

Проект реализован с сентября 2018 по май 2019 года, проведены циклы из четырех занятий и дополнительные тренинги в общежитиях колледжей Калининградской области, расположенных в городах Калининград, Гурьевск, Гусев, Полесск, Советск, Черняховск.

Всего проведено 8 циклов с охватом более 200 молодых людей, и мы благодарим следующие колледжи за участие в нашем проекте:

- Колледж информационных технологий и строительства, г.Калининград
- Прибалтийский судостроительный техникум, г. Калининград
- Технологический колледж, г. Советск
- Педагогический колледж, г. Черняховск
- Гусевский политехнический техникум, г. Гусев
- Колледж строительства и профессиональных технологий (филиалы в Полесске и Гурьевске)

Данный вариант программы не является окончательным, а скорее экспериментальным. Мы будем продолжать ее совершенствовать и надеемся, что те педагоги, которые решаться на ее использование, будут взаимодействовать с нами по ее совершенствованию.

Содержание:

Содержание	
Введение	2
Специалистам, у которых есть намерение вести программу (ведущим)	4
1. Методологические основы	5
2. Методика и алгоритм реализации программы	6
3. Выявление и вовлечение лидеров	10
4. Описание занятий	11
Приложения	27

Специалистам, у которых есть намерение вести программу (ведущим)

Программа «Лидер общественного Мнения» (далее ЛОМ) строится на открытом обсуждении с молодыми людьми рисков, вариантов рискованного поведения, распространенного в их среде и угрожающих их жизни и здоровью. На осознании причин их возникновения и на выработке подходов к отказу от такого поведения и/или, если это не реально, на снижение степени вреда для жизни и здоровья.

Признание факта того, что риск является неотъемлемой частью процесса взросления, особенностью подросткового возраста, естественным компонентом жизни подростков и сохраняется в юности и молодости, является основополагающим в данном подходе. И необходимым условием для начала работы по данной методике.

Уважение мнения молодых людей, признания наличие у них экспертизы по вопросам жизни молодежного сообщества является также обязательным условием ведения программы. Другими словами, у ведущих и организаторов должна быть субъект-субъектная педагогическая позиция.

Сама постановка вопроса о том, что не существует универсальных способов профилактики поведения высокого риска среди молодежи, что специалистам, работающим с молодежью и педагогам нужна помощь молодежного сообщества, способствует открытому диалогу.

Позиция ведения диалога в этой программе – «взрослый-взрослый». Посыл ведущего таков: «Вы можете изменить поведение на более безопасное, а можете не менять, это Ваш выбор, это Ваша жизнь» (следует избегать высказываний типа «Вы должны изменить поведение, или «Я хочу, чтоб было по-другому»).

Опыт показывает, что не только педагогам сложно находиться в этой позиции. Отмечено, что при передаче информации участникам программы ЛОМ редко удается обсуждать со сверстниками риски, используя подход «снижения вреда», они чаще повторяют привычный подход запретов, призывая отказаться от рискованных поступков. Встают на родительскую позицию, копируя манеру педагогов или родителей (особенно это ярко прозвучало у студенток педагогического колледжа).

Самым сложным и важным в программе является присоединение, установка контакта. Поэтому ведущему важно быть искренним в обсуждении рисков, честно рассказывать об эпизодах, когда он вел себя опасно в молодые годы, но и это не гарантирует успех. Участники могут заподозрить в излишней откровенности попытку выведать их тайны. Поэтому следует вести диалог на той ступени доверия и открытости, на которой участники разрешили это делать, не пытаясь продвинуться дальше. Ведь важен сам опыт открытого диалога.

В идеале, в ходе диалогов и групповой работы у молодых людей формируется или усиливается осознанное и ответственное отношение к своей жизни. Выработка «полезных советов», месседжей, которые молодые люди передадут своим сверстникам, является, по сути, уловкой для пробуждения этой осознанности у тех, у кого она еще в спящем состоянии, а также закреплением этой взрослой позиции у тех, кто умеет осознавать свой выбор.

Просьба передать информацию является демонстрацией доверия к молодым людям, передачей ответственности, вовлечением в процесс профилактики под девизом: «Риск есть в Твоей самостоятельной Жизни, Ты сам выбираешь его степень, сам решаешь, как уцелеть, каким способом сохранить свою Жизнь и Здоровье, и можешь помочь своим сверстникам».

1. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ

При разработке данной методики использована методика работы "Популярный Общественный Лидер", разработанная Исследовательским центром по ВИЧ-профилактическим вмешательствам (Отдел психиатрической и поведенческой медицины Медицинского колледжа Висконсена, США), которая изучена специалистами "ЮЛА", адаптирована и используется в работе организации с 2010 года.

Используется методическое пособие «Тренинг социального действия», разработанное и изданное Калининградским Областным Центром Медицинской Профилактики, КРОО «Молодежь за свободу слова» и КРДМОО «ЮЛА» при поддержке ЮНИСЕФ в 2006 г. http://www.ngo-yla.org/images/trening_soc_deistviya.pdf , в частях, касающихся:

- описания типов, видов и уровней профилактики,
- особенностей подросткового возраста,
- модели участия детей и молодежи в решении собственных проблем (Лестница Харта)
- а также использованы некоторые упражнения из методики

В программе используется субъект-субъектный подход и подход снижения вреда (**Снижение вреда** (англ. harm reduction) — подход, направленный на сохранение здоровья каждого члена человеческого общества, нацеленный не на запрещение вредного для здоровья поведения, а на уменьшение вредных последствий и изменения поведения на более безопасное, Википедия)

Тип профилактики, используемый в программе – специфическая,

вид – вторичная (иногда - третичная),

уровень – групповая.

Рекомендуемый возраст участников - 16-18 лет (и старше).

Примечание: Лучше всего занятия вести в паре, при этом важно, чтобы педагогические позиции и личные ценности обоих ведущих совпадали.

2. МЕТОДИКА И АЛГОРИТМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Цели программы:

- Повышение информированности подростков и молодежи по социально-психологическим и правовым аспектам, снижающим уровень риска их поведения, навыкам защиты собственных прав во взаимодействии с правоохранительными органами
- Вовлечение подростков в профилактику асоциального и антисоциального поведения (подготовка команды лидеров общественного мнения и распространение ими важной правовой информации по принципу «равный равному»)

На начальном этапе программы ведущие договариваются с администрацией средне-специальных образовательных учреждений, заинтересованных в реализации программы «ЛОМ». Они выявляют запрос, обсуждают ситуацию с правонарушениями в колледжах, в т.ч. среди детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучающихся в колледжах и проживающих в общежитиях.

Педагоги, работающие с молодыми людьми в общежитиях, формируют команды в каждом из них, из числа молодых людей, к которым прислушиваются сверстники, которые не являются приверженцами правопослушного поведения, а значит, имеют опыт взаимодействия с полицией и знают, как легко перешагнуть планку закона.

Проводятся подготовительные встречи со студентами, ведущие информируют их и предлагают им принять участие в программе. Из людей, согласившихся принять участие в программе, формируются команды по 12-15 человек (в каждом колледже или каждом общежитии).

На втором этапе с лидерами общественного мнения, в каждом общежитии отдельно, проводятся циклы обучающих тренингов, состоящие из четырех занятий. Группы поначалу являются открытыми, после первого-второго занятия участники могут пригласить своих друзей, для которых занятия покажутся интересными и полезными. Начиная с третьего занятия группа «закрывается». На третье и четвертое занятие новые участники прийти уже не могут. Опыт показывает, что выбор ребят является удачным, они приглашают подходящих участников.

На занятиях участники

1. обсуждают варианты рискованного поведения, распространенного в их колледже,
2. осознают причины таких поступков,
3. вырабатывают сообщения, помогающие снизить степень вреда от рискованного поведения.

Они получают информацию о психологических, социальных и медицинских аспектов рискованного поведения, о своих правах и ответственности за нарушения общественных норм, проникаются значимостью участия в программе и важностью своей роли в изменении норм поведения своей целевой группы, Они учатся использовать все доступные программе материалы, методы распространения информации.

Цикл состоит из четырех двухчасовых занятий. Интервал между занятиями не должен быть большим (оптимально проводить их два раза в неделю). Занятия описаны ниже.

Этап распространения информации. Предполагается, что ЛОМы проведут неформальные беседы со своими сверстниками (каждый - для 15 человек, промежутки времени для передачи информации не определен). Ожидается, что молодые люди начнут использовать знания в своей жизни, изменят поведение на более безопасное и правопослушное. А также научатся защищать свои права, в т.ч. во взаимоотношении с правоохранительными органами. И своим примером повлияют на сверстников.

После третьего занятия участники получают задание распространить информацию среди сверстников. Однако далеко не все участники выполняют это задание. Некоторые не относятся к просьбе серьезно, но у этих людей могут быть и иные причины, например:

- Отсутствие уверенности в себе для осуществления деятельности
- Отсутствие возможностей и ресурсов для выполнения задания (например, сироты зачастую общаются в закрытом сообществе, и вся их мини-группа уже участвует в программе);
- Отсутствие мотивации;
- Негативный опыт;
- Опасение, что их не будут воспринимать всерьез;

Все эти причины могут подсказать специалисту, какую поддержку оказать молодым людям. На всех этапах с лидерами общественного мнения важно проводить упражнения на формирование и развитие коммуникативных навыков.

Можно предложить участникам распространять информацию через социальные сети. Желательно создать группу в Вконтакте, где размещать наработки, фотографии с тренингов.

Если участники подобраны правильно и информация обсуждалась актуальная, то ЛОМа будут распространять информацию естественным путем, т.к. просто не смогут ею не поделиться.

Итак...

Вы хотите провести интервенцию по снижению рискованного поведения среди своей целевой группы молодых людей?

Если Вы ответили «Да», то первый шаг к реализации программы «Лидер Общественного Мнения» сделан.

Исследования, проведенные разработчиками программы «Популярный Общественный Лидер», показывают, что для изменения поведения целевой группы в снижении рискованного поведения, необходимо привлечь не менее 15% членов данной целевой группы. При планировании реализации программы «Лидер Общественного Мнения» Вы должны удостовериться в том, что размеры социальной группы, которую Вы выбрали в качестве профилактического вмешательства, соответствует возможностям Вашей организации (группа не очень мала и не очень велика).

Подход «Популярный Общественный Лидер (ПОЛ)» широко используется в мире для распространения полезных знаний и технологий, товаров и услуг. Когда человечество

столкнулось с новой задачей – сдерживание распространения ВИЧ-инфекции, ученые адаптировали подход для целей профилактики ВИЧ.

Данная модель выявляет популярных и пользующихся уважением людей сообщества (в нашем случае это студенты средне-профессиональных учебных заведений, проживающие в общежитиях), передает им актуальную информацию, а затем просит распространить эту информацию в своей среде.

Мы адаптировали программу и назвали ее «Лидер общественного Мнения» (ЛОМ). В нашем случае полезной информацией является информация о сохранении жизни и здоровья, причем в сообществе, где распространены рискованные практики, которые тщательно скрываются от взрослых. Поэтому дополнительным шагом в программе является обсуждение и выработка пакета этой информации. Обсуждение причин рисков, совместная выработка сообщения по снижению вреда от рискованного поведения, а затем распространение этих сообщений среди сверстников. По принципу социальной диффузии информация распространяется в сообществе дальше и становится ценностью.

Таким образом, Программа «ЛОМ» - это модель, которая выявляет и обучает популярных и пользующихся уважением людей сообщества тому, как просвещать и поддерживать необходимость безопасного поведения своих друзей, соседей и знакомых.

Программа «ЛОМ» основана на следующем принципе: тенденции нового поведения могут быть установлены тогда, когда люди слышат и видят, как достаточное количество популярных людей, мнение которых значимо для других, активно пропагандируют новые ценности.

В данном случае основной ценностью является осознанное и ответственное поведение.

Сила программы «ЛОМ» в том, что информация, влияющая на изменение поведения сверстников, поступает от молодых людей, которых знают и уважают члены данного сообщества.

Алгоритм реализации программы следующий:

1. Выявление лидеров и вовлечение их в программу ЛОМ.
2. Выявление актуальных и важных для молодежи вариантов рискованного поведения и правовых вопросов (например, поведение при взаимодействии с полицией).
3. Повышение мотивации и информированности лидеров по вопросам профилактики и снижения рисков
4. Обучение лидеров общественного мнения навыкам распространения информации,
5. Самостоятельная работа ЛОМов
6. Обратная связь по распространению информации среди сверстников.
7. Поощрение наиболее активных участников программы

Принципы работы:

Доступность. Несмотря на то, что работа в рамках программы ЛОМ носит закрытый характер, вступление в программу ЛОМ должно быть доступным.

Добровольность. Создание условий, располагающих молодого человека к самостоятельному, осознанному участию в программе.

Доброжелательность. Ваше отношение к участникам должно быть основано на понимании и принятии особенностей молодого человека, уважении, терпимости, соблюдении конфиденциальности, открытости и поддержке в выражении собственного мнения.

Очень важно, чтобы Вы:

- Понимали цели программы «ЛОМ»
- Сумели привязать данную модель к Вашей целевой группе
- Могли вовлечь лидеров в программу
- Могли проводить тренинги, взаимодействуя с группой с «взрослой» позиции
- Занимали субъект-субъектную педагогическую позицию и разделяли подход «снижение вреда»
- Помогали лидерам в преодолении барьеров

Для проведения тренинга Вам понадобятся:

1. Флипчарт или приспособление для крепления больших листов бумаги
2. Блоки бумаги формата А1
3. Наборы маркеров
4. Бумага формата А4
5. Скотч бумажный(малярная лента)
6. Ручки, блокноты на каждого участника (не обязательно)

Требования к помещению:

Это должен быть довольно просторный зал (подойдет большой хорошо проветриваемый учебный кабинет), где свободно сядут в круг 20 человек.

Стол и стулья должны легко двигаться, чтобы освободить пространство для упражнений на сплочение, когда участники должны свободно перемещаться.

Возможные варианты размещения группы: Круг, «Кафе» (мини-группы садятся вокруг столов), «Зрительный зал» (для презентации наработок групп).

Стены должны быть свободными, иметь покрытие, к которому могут быть свободно прикреплены плакаты на бумажном скотче. Не забудьте о местах, где можно снять верхнюю одежду, провести кофе-паузу (и проверьте, работает ли туалет).

Внимание! Плакаты, которые будут разработаны участниками в ходе занятий, важно сохранить и использовать на следующем занятии.

3. ВЫЯВЛЕНИЕ И ВОВЛЕЧЕНИЕ ЛИДЕРОВ

Важным элементом данного блока является Ваша готовность и желание узнать сообщество, с которым Вы собираетесь работать, из каких социальных сетей или неформальных групп оно состоит. Особо важна также Ваша способность найти с ними общий язык и присоединиться к ним для открытого диалога. Для этого Мы предлагаем Вам несколько методов, которые смогут помочь выявить лидеров.

Наблюдение. На начальном этапе реализации программы социальные педагоги или воспитатели, работающие с ребятами в общежитиях, посредством наблюдения выявляют молодых людей, к которым прислушиваются сверстники, которые не являются приверженцами правопослушного поведения, либо наоборот, ярко позиционируют себя с положительной стороны (Приложение 1, форма наблюдения прилагается).

Опрос. Возможно провести опрос среди учебных групп по выявлению популярных лидеров (Приложение 2). Данный опрос конфиденциальный и сможет помочь Вам выявить тех людей, которые пользуются уважением и доверием среди других.

С ребятами, которые выразили желание участвовать в программе, необходимо провести подготовительные встречи с целью проведения уточняющих вопросов (Приложение 3). Среди отобранных для участия в программе необходимо сформировать команды по 12-15 человек в каждом колледже (важно охватить не менее 15% от общего числа проживающих в общежитии, в больших общежитиях может быть сформировано две группы).

При проведении занятий важно обратить внимание на следующие факторы:

- Разговор необходимо вести доброжелательно и позитивным тоном. Важная цель – убедить лидеров, что они могут сыграть большую роль в защите своего сообщества от последствий рискованного поведения.

- Мотивируйте лидеров обсудить то, как повлияет тренинг на их жизнь. Информация, полученная в процессе обучения, будет полезна только в том случае, если лидер сможет применить её в реальной жизни.

Помните, наша цель – это не просто обучить лидеров методам снижения риска, а помочь им развить и совершенствовать навыки ведения бесед со сверстниками для передачи информации

4. ОПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ.

Вступительное занятие можно совместить с лекцией по профилактике наркомании или другого актуального асоциального явления. И даже пригласить для его проведения врача, психолога или полицейского Отдела наркоконтроля УВД. В этом случае Ваша манера общения должна контрастировать с манерой приглашенного эксперта, хорошо, если смысл Вашего сообщения сведется к «...мы много знаем, как сохранить здоровье или не попасть в неприятную ситуацию, но редко делаем. Давайте вместе разберемся, почему?»

Занятие можно провести для большой аудитории, в ходе занятия следует поделиться озабоченностью, что обычные профилактические подходы (информирование, запугивание и т.д.) не эффективны, и Вы предлагаете разобраться вместе и выработать новый подход, основным действующим лицом которого будут сами студенты.

В случае проекта «Право молодых» мы обещали в завершении программы провести интеграционное мероприятие, на которое будут приглашены участники других колледжей. А также выдать сертификат об участии в программе, которым они могут пополнить свое портфолио. Если и у Вас будет возможность как-то поощрить ЛОМов, сделайте это.

В конце занятия мы предлагали записаться в список и приглашали на занятие, дата и время которого была назначена (в ближайшее время)

1 занятие. ЗНАКОМСТВО, ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ, ВЫЯВЛЕНИЕ ПРОБЛЕМ

Цель первого занятия: информировать группу о программе, присоединится к группе для дальнейшего взаимодействия.

Информационное сообщение. Ведущие рассказывают о себе, обращают внимание, почему именно он/она ведет занятие. В начале занятия необходимо объяснить участникам, что они сами решают, продолжить участие в программе или нет. Если проводился специальный отбор, то следует сообщить участникам, что их отобрали специально, как наиболее популярных среди других молодых людей, что участие в программе добровольное. Затем дать информацию о программе, ее сути, рассказать об алгоритме программы (См. выше).

Упражнение на знакомство «Снежный ком»

Цель: Знакомство участников и ведущих. Вовлечение участников в процесс.

Время проведения – 10 минут.

Проведение: Все участники сидят в круг. Ведущий называет свое имя и одно из качеств личности, но на ту букву, на которую начинается имя, например: Ольга – остроумная. Следующий участник называет имя и качество ведущего, затем свое имя и качество. Таким образом, каждый последующий участник называет по очереди все предыдущие имена и качества, а в конце говорит свое. Когда круг сомкнется, ведущий называет имена и качества всех участников.

Внимание! Упражнение поможет ведущим определить готовность участников к взаимодействию, а также диагностировать интеллектуальный уровень участников.

Дискуссия «Виды рисков»

Ведущий начинает разговор о том, что рискованное поведение является характерным для подросткового возраста. Важно подчеркнуть, что участники этот возраст уже благополучно пережили (раз нам удалось встретиться), что для молодости характерно более осторожное поведение, но риск для них и их сверстников все же актуален.

Ведущий старается выявить риски, которые актуальны для данной аудитории (города, колледжа, общежития, их компании). Полезно привести пример из собственной жизни (когда мы были молодыми, мы..) или из педагогической практики.

Внимание! *Под поведением высокого риска понимаются риски, которые могут привести к смерти, к необратимому вреду для здоровья и жизни.*

В ходе обсуждения составляется список рисков, которые назовут ребята.

В ходе наших занятий были названы следующие риски (расположены по мере убывания):

- | | |
|------------------------------|---|
| — Драки | — «Фильтруй базар» |
| — Алкоголь | — Руфферы |
| — Суицид | — Гонки на авто |
| — Наркотики | — Воровство (для наживы) |
| — Необдуманная половая связь | — Взлом страницы (соцсети), шантаж в сети |
| — Уход из дома | — Буллинг |
| — Случайная половая связь | — Нелегальный заработок |
| — Конфликт – разборки | — Игры на тотализаторах |
| — Спрос за «шмот» | |

Примечание: *вероятность, что на первом занятии будут названы настоящие риски, не велика. Хорошо, если они назовут 5-6 рисков.*

Интерактивная лекция «Дожить до совершеннолетия».

Ведущий рассказывает, что на пути молодого человека к взрослой жизни встают множество препятствий, на листе флипчарта изображается человек вниз и человек вверх. Промежуток между человечками заполняется названиями препятствий, которые становятся преградой на пути к взрослой счастливой жизни, которые воспринимаются человеком как хаос. Участники сами называют препятствия, ведущие их дополняют и разъясняют некоторые моменты, с акцентом на особенности подросткового возраста.

В ходе наших занятий были названы следующие преграды:

- изменения в теле, возникающие в ходе полового созревания,
- неуверенность в себе
- дезинформация / слишком много информации, в которой трудно разобраться
- влияние других, «левых» приятелей
- недостаточность возможностей, денег
- нестабильность в социуме, безработица
- непредсказуемость мира
- недостаточная поддержка со стороны семьи (или ее отсутствие)
- зависимость от окружающих (от семьи, компьютера, друзей)
- страх изгнания из компании, одиночества
- непонятные требования со стороны родителей,

- двойное отношение взрослых (одновременно требуют, чтоб был самостоятельным, но не дают принимать решения, требуют послушания)
- лень,
- обманы на работе при расчете

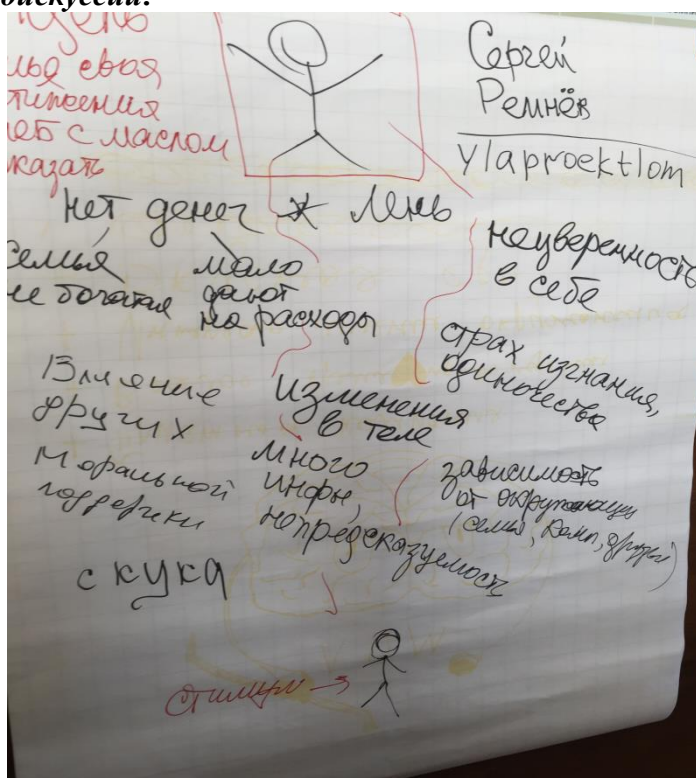
Затем ведущий спрашивает, что может помочь человеку разобраться в этом хаосе, помочь пройти это путь с наименьшими потерями. Какой может быть стимул? Составляется список.

В ходе наших занятий были названы следующие факторы:

- | | |
|-----------------------|-------------------------------------|
| — Вера в себя | — Поддержка близких |
| — Сила воли | — Наличие цели |
| — Усердие | — Стремление доказать что-то |
| — Вера близких в тебя | — Пример старших, семьи |
| — Целеустремленность | — Скука (как стимул к изменениям) |
| — Дружба | — Естественное стремление взрослеть |

Важно, чтобы в этом списке фигурировал пункт «**пример человека, который уже повзрослел**», как свет маяка в тумане, как путеводная звезда (можно нарисовать звездочку). И это может быть не обязательно кто-то из родителей. Обсудите, кто это может быть – тренер, преподаватель, старших брат, глядя на которого взрослеть не страшно, **взрослеть хочется!**

Так может выглядеть результат вашей дискуссии:



Обратная связь: в ходе обратной связи спросите, что было важного в ходе занятий, и согласны ли они на участие в программе.

Назовите время следующего занятия (через 1-2 дня, не позже)

2 занятие. АНАЛИЗ ПРИЧИН РИСКОВ.

Начало занятия – обсуждение, как прошли дни между занятиями, какие идеи появились в связи с темой программы. На втором занятии можно провести разминки и еще одно упражнение на знакомство и концентрацию.

Разминка «Смена мест (Ветер дует на...)

Цель: Раскрепощение, снятие напряжения, активизация и эмоциональная настройка.

Время проведения – 10 минут.

Проведение: Все участники сидят в кругу, один стул убирается из общего круга. Ведущий становится в центр круга и говорит: «Меняются местами те, кто...». Далее ведущий называет какое-то качество или черту, присутствующую у большинства игроков, а также и у самого ведущего. Например, «...те, кто в черных ботинках». Участники встают с мест и быстро стараются занять места на противоположной стороне круга. С сидящим рядом меняться местами нельзя. Тот, кому не хватило места, встает на место ведущего. Вначале игры оговаривается, что не нужно толкать других участников, надо бережно относиться друг к другу.

Затем проводится упражнение на прояснение ценностей участников.

Упражнение «Согласен – не согласен»

Цель: Прояснение позиций участников в вопросах отношения к собственной жизни, к окружающим людям. Профилактика деструктивных конфликтов, умение выслушать мнение.

Необходимые материалы: 2 таблички с надписями: «Согласен» и «Не согласен»

Время проведения – 40 минут.

Проведение: Таблички развешиваются в два противоположных конца зала. Участникам предлагается выслушать одно из утверждений и выразить ту позицию, которой они придерживаются. Если они согласны с утверждением, то встают к табличке «Согласен», если нет – «Не согласен», если не уверен, то встают в середине зала или ближе к табличке, к которой тяготеет. Здесь не нужно долго думать, важно поступать по первому импульсу. Когда все участники выберут позицию, им предлагается обосновать свою точку зрения, объяснить, почему они так считают. Начинать нужно с группы, которая находится в меньшинстве. Важно следить, чтобы люди не говорили одновременно, участники говорят по очереди. Важно не допускать споров, дискуссий, отступлений от темы, затянутых монологов, стимулировать высказывания участников, которые предпочитают молчать. Здесь необходимо только выразить свое мнение и выслушать других. Утверждения не имеют однозначного ответа, все зависит от жизненного опыта, стратегий поведения участников, поэтому мнения часто расходятся, противоречат друг другу, здесь важно не допускать деструктивных конфликтов. Когда все участники выскажутся по поводу первого утверждения, ведущий переходит к следующему.

Утверждения для упражнения:

- В этой жизни надо все попробовать.*
- Жить нужно так, как будто каждый день последний.*
- Правила существуют для того, чтобы их нарушать.*

□ *В этой жизни все зависит от меня.*

В конце упражнения проводится **рефлексия**. В рефлексии следует обратить внимание на следующие моменты:

- Зачем это упражнение? Чему оно учит?
- Всегда ли мнения участников, которые находятся в одной группе, совпадали, а у людей из разных групп расходились?

Внимание! Важно обратить внимание, что в одно и то же утверждение люди вкладывают противоположный смысл. И с помощью этих утверждений люди часто манипулируют друг другом, провоцируя на поведение высокого риска.

Возвращение к рискам.

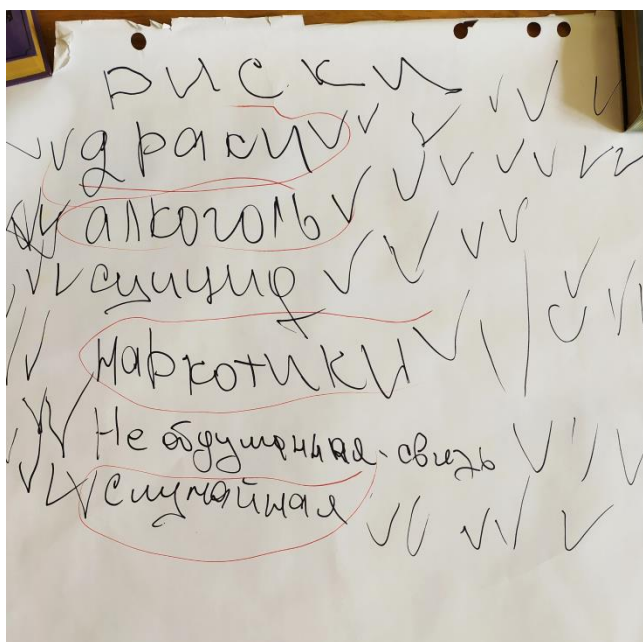
Ведущий напоминает о логике программы, говорит о последовательности разбора:

1. Риски – выявление и обсуждение
2. Причины рисков
3. Как повлиять (Советы по снижению вреда от рисков)
4. Распространение информации

Во время второго занятия ведущие проводят краткий обзор составленного на прошлом занятии списка рискованного поведения, преобладающего в данной целевой группе, напоминает риски, которые были озвучены на первом занятии. Список предлагается дополнить.

Затем производится рейтинговое голосование, на котором выбирают три вида рисков, которые хотят обсудить. У каждого участника – три галочки, которые он может поставить напротив разных рисков, или напротив одного, но наиболее важного.

Вот так может выглядеть плакат с рисками после рейтингового голосования:



Группа разбивается на три подгруппы. Разделение происходит по желанию или, если группа очень большая, то можно поделить участников по временам года, когда они родились или другим способом.

Работа по группам «Анализ причин рисков».

Задание «Паутина проблем»

Цель: Анализ причин рискованного поведения.

Необходимые материалы: Листы ватмана, наборы маркеров на каждую команду.

Время проведения – 40 минут.

Проведение: Команда выбирает риск из списка, который она будет анализировать, наиболее актуальный для команды и в котором они выступают экспертами. Риск выписывается в центре ватмана. Затем необходимо спросить «почему». Почему люди так поступают? Почему данная проблема существует? Все найденные причины выписываются вокруг проблемы и соединяются с ней стрелочками. По поводу каждой причины необходимо опять спросить «почему». Смысл заключается в том, чтобы на каждую появляющуюся на листе надпись задавался вопрос «почему». Повторяющиеся причины записывать не нужно, а соединить стрелками. Задание выполняется в течение 15-20 минут. По истечении времени каждая команда представляет свою «паутину проблемы».

Внимание! Важно обратить внимание, что у разных видов рискованного поведения одни и те же причины, причем люди зачастую рискуют, чтобы получить позитивный результат!

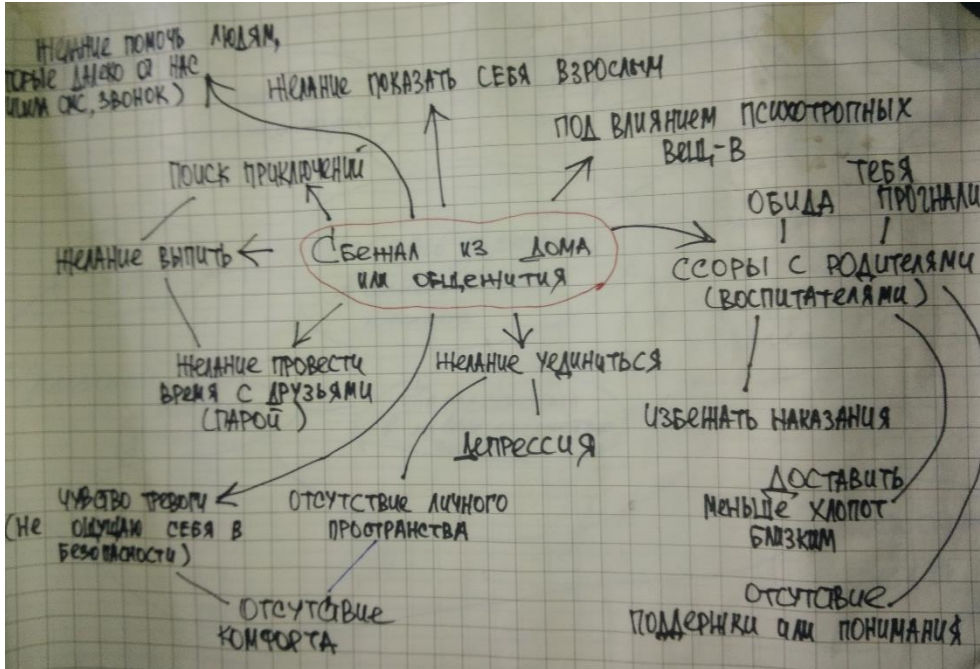
Можно составить общих список причин.

Пример причин рисков, которые называют участники:

— «

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| — Понтанутся» | — Адреналин получить |
| — Снять напряжение | — Достичь цели |
| — Глупость | — Новые ощущения получить |
| — Проспорил, давление компании | — Принуждение, давление компании |
| — Совет друзей, нет своего мнения | — Любовь |
| — Как выход из проблем | — По дури |
| — Пойти на перебор | — Развлечение |
| — Лень | — Снять напряжение |
| — Уход от проблем | — Скука |
| — Снять стресс | — Страх |
| — Получить удовольствие | — Попробовать себя |
| — Заработок | — Взрослые решения |
| — Мода | — Кипишь. приключение |
| — Всё попробовать | — Расслабится |
| — Шантаж, манипуляция | |
| — Всё и сразу сваливается | |
| — Привлечь внимание | |

Например, команда одного из общежитий рассмотрели причины риска «Сбежал из дома или общежития». Проанализировав работы ребят, можно сделать вывод, что причины такого риска далеко не всегда негативные.



Если позволяет время, например, если группа маленькая, и работа ведется над одним риском, то можно сразу выработать советы.

Например, с риском «Сбежал из дома или общежития», были выработаны следующие советы:

- 1) Найти работу (с жильем)
 2) Снять жилье
 3) Взять вещи, которые нужны или срочно обратиться, если нет сил, попал в беду
- Подер из дома или общежития**
- 1) не злей / оцени ситуацию
 - 2) злей, но потом успокойся и верни обратня.
 - 3) злей в без опасное места.
 - 4) сообщити надежным людям.
 - 5) злей в фантазию
 - 6) Взять необходимые вещи или документы, копия паспорта
 - 7) не вливайся к незнакомым.

Завершение. Круг обратной связи. Каждый участник по кругу дает обратную связь. Наводящие вопросы: «Что было важно на тренинге, какие идеи появились? Какие выводы сделали? Что нового узнали?»

3 занятие. ВЫРАБОТКА СООБЩЕНИЙ

Начало занятия – обсуждение, как прошли дни между занятиями, какие идеи появились в связи с темой программы, обсуждали ли ребята вопросы со знакомыми или друзьями.

Вывесить на стены наработки прошлых занятий.

Затем можно провести разминку, например, раскол льда или .

Разминка «Раскол льда»

Цель: Снятие напряжения, раскрепощение участников.

Время проведения – 5 минут.

Проведение: Все участники стоят в кругу. Ведущий хлопает в ладоши, затем передает хлопок соседу справа или слева. Хлопок передается из ладошек в ладошки. Когда участник получит хлопок, он его передает следующему участнику. Таким образом, хлопок обойдет весь круг и вернется к ведущему. Дальше хлопок можно пустить в обратную сторону.

Затем переходим к выработке «полезных советов», самой сложной и важной части программы.

Перед началом работы ведущий повторяет логику программы, просматривает вместе с участниками наработки предыдущих занятий. В случае необходимости, можно добавить или поменять вид рискованного поведения, советы по которому будут разрабатываться.

Работа по группам проводится в тех же группах, в которых участники анализировали причины рисков. Или группы могут поменяться.

Задание группам: Как мы поняли на прошлом занятии, люди порой не могут не рисковать. Они хотят рисковать или делают это под воздействием окружающих или обстоятельств. Если не рисковать невозможно, то необходимо минимизировать вред от этого поведения. Выработайте советы сверстникам, которые помогут им уцелеть. И запишите на листе флипчарта.

Ведущий может привести пример со снижением вреда от переедания, игр на компьютере или курения (курильщики часто советуют друг другу не курить натошак, не курить на ходу, курить реже, курить легкие сигареты, переходить на вейпы и т.д.)

Примеры советов, разработанных группами:

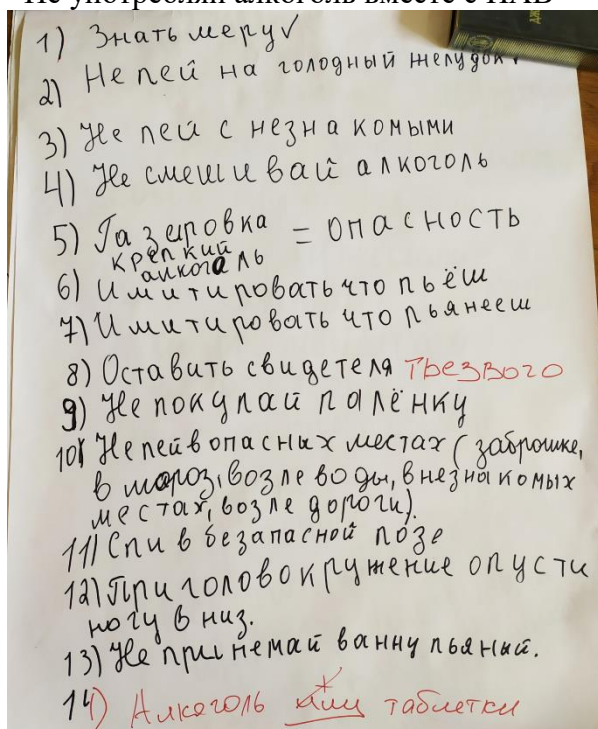
Советы при взаимодействии с полицией

- Спросить документ
- Спросить, что происходит
- Вести себя адекватно
- Если несовершеннолетний, позвонить родителям/опекунам
- Не в коем случае не идти с ним куда-нибудь

- Включить диктофон при разговоре с полицейским
- Не провоцировать сотрудников полиции и не поддаваться на провокации
- Позвонить человеку, который тебе поможет избежать наказания, защитить права

Советы при употреблении алкоголя

- Знать меру
- Не пей на голодный желудок
- Не пей с незнакомыми
- Не смешивай алкоголь
- Газировка + крепкий алкоголь = опасность
- Имитировать что пьянеешь/пьёшь
- Оставить трезвого свидетеля
- Не покупай палёнку
- Не пей в опасных местах (заброшки, в мороз, возле воды, в незнакомых местах, возле дороги)
- Спи в безопасной позе
- При головокружении во время сна, опусти ногу на пол
- Не принимай ванну в опьянении
- Не употребляй алкоголь вместе с ПАВ



После напряженной работы можно провести разминку.

Разминка «Домики и человечки»

Цель: Снятие усталости и напряжения.

Время проведения – 5 минут.

Проведение: Все участники разбиваются на тройки. Два участника из тройки берутся за руки, это «домик», а третий участник встает в «домик», это «житель». Ведущий может подать любую из трех команд:

Житель. Тогда «домик открывает двери» (ребята, которые являются «домиком», поднимают сцепленные руки вверх), а «житель» выбегает и ищет себе новый «домик». Ведущий также может занять пустой «домик», и тот, кому не достанется жилплощади, становится ведущим.

Домик. «Жители» остаются стоять на месте, а «домики» ищут себе новых жильцов, также в качестве жильца «домик» может взять себе ведущего. Тот, кто останется без «домика», становится ведущим.

Землетрясение. Все рушится, создаются новые «домики», появляются новые «жильцы». Тот, кто останется один – становится ведущим.

Это упражнение можно провести как в качестве разминки, в начале, так и в качестве «заминки», в конце тренинга.

Завершение. В ходе обратной связи, кроме обычных вопросов, полезно спросить, кому из друзей они собираются передать информацию.

4 занятие. ЗАВЕРШЕНИЕ, ПЕРЕДАЧА ИНФОРМАЦИИ.

Начало занятия – обсуждение, как прошли дни между занятиями, кому удалось передать информацию, как это происходило, что получилось, что было сложно? Можно записать, сколько человек удалось охватить каждому участнику. Опыт показывает, что в лучшем случае удается охватить 2-3 человека.

Ведущим необходимо с пониманием отнестись к результату, и сообщить, что мы будем обсуждать трудности и учиться распространять информацию на этом занятии. Для развития коммуникативных навыков и обсуждения сложностей с передачей информации проводится следующее упражнение.

Упражнение «Карусель интересных тем»

Цель: Знакомство участников, снятие барьеров в общении с малознакомыми людьми. Актуализация жизненных ценностей.

Время проведения – 30-40 минут.

Проведение: Участники рассчитываются на первый-второй. Первые номера образуют внешний круг, вторые – внутренний, при этом вторые номера поворачиваются лицом к первым и находят себе пару. После того, как все участники найдут свою пару, им предлагается в течение двух минут поговорить на заданную тему. Сначала один участник говорит в течение минуты, а второй его слушает, затем, по сигналу ведущего, ребята в паре меняются ролями, тот, кто говорил, становится слушателем. По истечении двух минут внешний круг делает шаг по часовой стрелке, меняя, таким образом, собеседника. Ведущий задает следующую тему для разговора. Упражнение длится до тех пор, пока участники из внешнего круга не вернутся к первым собеседникам.

Примерные темы для разговора:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> <i>Мой самый первый день в школе.</i> | <input type="checkbox"/> <i>Мой нелюбимый учитель.</i> |
| <input type="checkbox"/> <i>Самые приятные воспоминания, связанные со школой.</i> | <input type="checkbox"/> <i>Мой самый близкий человек.</i> |
| <input type="checkbox"/> <i>Самые неприятные воспоминания, связанные со школой.</i> | <input type="checkbox"/> <i>Мой лучший друг.</i> |
| <input type="checkbox"/> <i>Мой любимый учитель.</i> | <input type="checkbox"/> <i>Часто ли я ссорюсь с друзьями.</i> |
| | <input type="checkbox"/> <i>Существует ли настоящая женская дружба.</i> |

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> □ Какой последний фильм я посмотрел (а). □ Моя любимая книга. □ Из-за чего у меня обычно происходят конфликты с родителями. □ Город моей мечты. □ Страна, в которой я хотел (а) бы жить. | <ul style="list-style-type: none"> □ Чего я хочу добиться в жизни. □ Мой самый лучший подарок. □ Что мне нравится в людях. □ Что мне не нравится в людях. □ Самые важные проблемы современного молодого человека. |
|--|--|

В рефлексии в конце упражнения следует обратить внимание на следующие моменты.

1. Со всеми ли было комфортно говорить и почему (не называя конкретных имен).
2. Кто первым начинал разговор.
3. Как вы слушали собеседника, как слушали вас и что вы при этом испытывали.
4. Были ли темы, которые вызвали затруднение.
5. Оставалось ли время в процессе разговора или, наоборот, его не хватало и почему.

Затем проведите параллель с тем, как ребята общались со сверстниками в реальной жизни, что помогало, что мешало в общении. Результаты беседы целесообразно зафиксировать на большом листе, составить два списка:

Что помогает, что мешает в распространении информации?

Почему заниматься распространением информации выгодно?

В ходе наших занятий были получены следующие списки:

Что мешает передавать информацию:

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Трудно передать на словах • Не поддерживают диалог • Не знала, как начать • С друзьями говорили о другом (было не до того) | <ul style="list-style-type: none"> • Потому что НЕ БОЛИТ (тема не актуальна) • Нет конкретного сообщения • Не хотел (а) • Не актуально |
|---|--|

Какова польза от передачи информации:

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Новые знакомства • Хороший разговор • Сблизится • Поддержать разговор • Заполнить паузу | <ul style="list-style-type: none"> • Опыт, пример коммуникации • Полезная информация • Зарекомендовать себя как интересного собеседника |
|---|--|

Помогите Лидерам, которым трудно было начать проводить беседы или чьи беседы пошли не так хорошо, как бы им хотелось. Посоветуйте лидерам выбрать более неофициальное место для проведения беседы, изменить пути подхода к теме, изменить пути подхода к теме или просто ещё поупражняться в проведении бесед.

Завершение. Проведите обзор всей программы, что удалось понять, в чем разобраться.

Покажите плакаты, которые наработали участники, скажите, что ими можно гордиться.

В ходе обратной связи спросите, что было важно в ходе всех четырех занятий, что можно было бы сделать по-другому?

В конце занятий полезно провести чаепитие и неформально пообщаться.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Форма для пометок в ходе наблюдений, проведенных за популярным лидером

- | | | |
|--|----|-----|
| • Приветствовали ли данного человека
двое или более людей, когда вошел? | да | нет |
| • Является ли он «душой вечеринки»? | да | нет |
| • Называет ли многих по имени? | да | нет |
| • Говорят ли другие с ним уважительно? | да | нет |
| • Общается ли он, в основном,
с членами одной социальной сети? | да | нет |
| • Общается ли он с членами различных
социальных сетей? | да | нет |
| • Проявляют ли другие к нему очевидный интерес? | да | нет |
| • Здоровается ли он со множеством людей? | да | нет |
| • Явно ли, что ему нравится проводить
время в компании с другими? | да | нет |
| • Явно ли, что членам социальной сети
нравится общаться с ним? | да | нет |
| • Интересуются ли члены социальной
сети его мнением? | да | нет |

Опрос по выявлению популярных лидеров

Вы знаете свое сообщество. Мы просим Вас помочь нам выявить тех людей, которые пользуются уважением и доверием других. Этот опрос конфиденциальный. Информация, переданная Вами не будет распространена среди других. Мы просим также Вас не показывать и не обсуждать имена лидеров, которых Вы назовете, с другими. Мы хотим знать Ваше мнение о том, кто пользуется наибольшим уважением и доверием среди членов своей группы. Вначале вспомните, из каких социальных сетей состоит Ваше сообщество (целевая группа). Могли бы Вы назвать одного-двух людей из каждой социальной сети, которые являются популярными лидерами данной группы?

**Имя и первая буква фамилии
Где мы можем найти его(ее)?**

- К кому Вы обращаетесь за советами по самым разным поводам?

- К кому Ваши друзья обращаются за советами?

- Кто является «душой Вашей компании»? _____
- С кем другие разговаривают уважительно? _____
- Кому в Вашей компании все стремятся подражать?

- Кто имеет много знакомых не только в Вашей компании, но и среди других групп людей? _____
- Кого больше всего приветствуют в гостях, во время вечеринок, общественных мероприятий? _____
- Чье мнение значимо для других? _____
- Кто в Вашей компании особенно любит общаться с другими?

Вопросы, которые необходимо задать людям, которые выразили желание участвовать в программе

Имя человека _____

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Считаете ли Вы себя популярным в своей целевой группе? | да | нет |
| 2. Стремятся ли Ваши друзья подражать Вам? | да | нет |
| 3. Советуются ли они с Вами? | да | нет |
| 4. Как Вы узнали об этой программе? | да | нет |

5. Хотели бы Вы знать больше об этой программе?

Если ДА: опишите программу и расскажите, как Вы можете помочь ее претворению в жизнь.

- | | | |
|---|----|-----|
| 6. Как Вы думаете, можете ли Вы стать популярными лидерами? | да | нет |
|---|----|-----|

Если ДА: каким образом?

- | | | |
|---|----|-----|
| 7. Вы хотели бы участвовать в подобной программе? | да | нет |
|---|----|-----|

Если ДА: согласны ли Вы соблюдать принципы конфиденциальности и желаете взять на себя роль пропагандиста?	да	нет
---	----	-----

Список литературы (полезной и использованной):

1. Методическое пособие «Тренинг социального действия» 2008 год, Н.В. Вербовая, В.Е. Осипенко.
2. Методическое пособие по программе «Популярный общественный лидер» Global AIDS Intervention Network 2009 г.
3. Смотри по жизни вперёд: Руководство по работе с подростками. Г. Санкт Петербург, 2001.