

Первинна профілактика ВІЛ/СНІДу, вживання наркотичних речовин та злочинності серед підлітків



“Здійснено в рамках проекту за підтримки Фонду сприяння демократії Посольства США в Україні.
Погляди авторів не обов'язково збігаються з офіційною позицією уряду США.
Supported by the Democracy Grants Program of the U.S. Embassy in Ukraine. The views of the authors
do not necessarily reflect the official position of the U.S. Government.”

Автори:

Людмила Завацька та Валерій Рябуха

Рецензенти:

Скребець Василь Олексійович – доктор психологічних наук

Рень Лариса Василівна – кандидат педагогічних наук

Первинна профілактика ВІЛ/СНІДу, вживання наркотичних речовин та злочинності серед підлітків

Анотація

Цей посібник створений для тих фахівців, які беруть участь у навчанні майбутніх тренерів з профілактики наркоманії, ВІЛ/СНІДу та злочинності серед дітей. Такими фахівцями можуть бути вчителі, батьки, соціальні або медичні працівники, молодіжні лідери. Інші спеціалісти також можуть брати участь у профілактичній роботі та використовувати даний посібник.

За допомогою посібника наставник може зорієнтуватись у:

- розумінні цілей і принципів первинної профілактики;
- базових знаннях про потреби молодих людей;
- базових навичках в розробці та реалізації проектів;
- обізнаності щодо важливості ролі лідерів та волонтерів;
- розумінні: чи настав час звернути увагу на молодих людей для того, щоб їх підтримати.

В той час, як існує багато ідей, моделей і прикладів профілактичної роботи, у посібнику мова йде лише про основні питання первинної профілактики. Метою є не стільки навчання тренерів, скільки забезпечення їх науково обґрунтованою інформацією для подальшої ефективної роботи, стимулювання інноваційного і творчого мислення, а також насаження фахівців з навчання майбутніх тренерів. Цей посібник не варто вважати підручником.

Зміст

Вступ

1. Загальна частина (теорія профілактики):

- 1.1. Основи профілактичної роботи.
- 1.2. Теорії, типи та методи профілактики.
- 1.3. Ефективні технології навчання. Зміст та значення лідерства.
- 1.4. Фактори ризику та захисту.
- 1.5. Стилi засвоєння інформації. Управління процесом навчання.

2. Спеціальна частина (практика проведення профілактичної програми):

- 2.1. Особливості проведення уроку «Альтернатива та вибір».
- 2.2. Особливості проведення уроку «Ризику».
- 2.3. Особливості проведення уроку «Що ми знаємо про наркотики».
- 2.4. Особливості проведення уроку «Обережно – злочин».
- 2.5. Особливості проведення уроку «ВІЛ/СНІД: виклик та подолання».
- 2.6. Особливості проведення уроку «Поведінка в ситуації вибору».
- 2.7. Особливості проведення уроку «Твоє майбутнє. Свідомий вибір».
- 2.8. Особливості проведення уроку «Норми поведінки».
- 2.9. Особливості проведення уроку «Мої наміри та зобов'язання».
- 2.10. Особливості проведення уроку «Святкування».

3. Додатки:

- 3.1. Анкета №1 – оцінка мотивації.
- 3.2. Анкета №2 – оцінка знань теорії профілактики.
- 3.3. Анкета №3 – визначення ефективності проведеного семінару.

Література

Абревіатури

АТІН – алкоголь, тютюн та інші наркотики

ВІЛ – вірус імунодефіциту людини

ВООЗ – Всесвітня організація охорони здоров'я

ЗМІ – засоби масової інформації

ЛЖВ – люди, які живуть з ВІЛ

НР – наркотичні (психоактивні) речовини

СНІД – синдром набутого імунного дефіциту

All Stars - профілактична програма

DARE – Drug Abuse Resistance Education (протидія вживанню наркотиків через освіту) – профілактична програма

DEA – Drug Enforcement Administration (адміністрація з питань протидії наркотикам)

Keepin' It REAL - профілактична програма; REAL – Refuse (відмовся), Explain (поясни), Avoid (уникни), Leave (залиш)

NIDA – Національний інститут (США) з питань зловживань наркотиків

PPP – Power Point Presentation

SAMHSA – Substance Abuse & Mental Health Services Administration (адміністрація з питань зловживання наркотичними речовинами та сервісів щодо психічного здоров'я)

До майбутніх тренерів

Як тренер програми профілактики наркоманії, ВІЛ/СНІДу та злочинності, ви стаєте безпосереднім учасником вирішення найбільш серйозних проблем, що вразили націю – наркоманії, ВІЛ/СНІДу та злочинності, як серед молоді так і по відношенню до неї. Ви сприятимете зростанню і розвитку інших осіб, а також будете беззаперечним прикладом особистої відданості та активної життєвої позиції.

Профілактична програма «Вибір» та супутні матеріали були розроблені з використанням наукових досягнень і опираються на теорії, що покращують прийняття рішень та навички критичного мислення. Роль ефективного наставника є вагомим складовим елементом успіху профілактики.

Ви, по суті, є рольовою моделлю навчального процесу. В якості успішних, люблячих старших сестри чи брата ви будете задавати стандарти, які наслідуватимуть учні. Таким чином, ви несете особливу відповідальність за особисту підготовку, а також поведінку як під час занять, так і поза тренерською роботою.

Ваша нагорода, звичайно, полягатиме в задоволенні і гордості за добре виконану роботу, а також в усвідомленні важливості справи, що допомагає іншим. Як наставник, ви опосередковано впливатимете на сотні дітей та їхні сім'ї.

По завершенню навчання ви отримаєте необхідний мінімум знань та навичок і станете сертифікованим тренером. Втім, це лише початок навчання методикам профілактики.

Метою посібника є допомога наставникам у підготовці тренерів з профілактики в школах. Оскільки завданням є поширення практики профілактичної освіти, тому він містить лише часткову інформацію про саму програму «Вибір».

Вступ

Термін «наркотичні» (психоактивні) речовини стосується будь-якої речовини, яка, в результаті її вживання людиною, може змінювати сприйняття, настрої, здатність до пізнання, поведінку або рухові функції. Ці речовини мають руйнівні наслідки для самої людини, яка їх вживає, а також для родин і громади в цілому.

Вживання наркотичних речовин молодими людьми є серйозною проблемою для їхнього здоров'я та соціальною проблемою для суспільства. Експерименти з наркотичними речовинами, позбавляють підростаюче покоління дитинства і залишають їм мало шансів на здоровий спосіб життя в майбутньому.

Первинна профілактика є універсальним пріоритетом для зміцнення здоров'я молоді і може застосовуватися для профілактики вживання психоактивних речовин. Молоді люди перебувають в особливій групі ризику, оскільки у них такий період життя, коли моделі поведінки лише формуються, і під впливом однолітків і рольових моделей вони можуть бути залучені до використання психоактивних речовин. Таким чином, це важливий період в житті, коли поведінка може зазнати впливу на здоров'я в довгостроковому вимірі. Хоча підлітки та їхні близькі, насамперед, отримують переваги від первинної профілактики, разом з тим, значного позитивного впливу зазнає суспільство та громади.

Причини для вживання молодими людьми психоактивних речовин або експериментів з наркотиками різняться. Одна з вагомих причин тісно пов'язана з розвитком підлітків. Адже саме вони стикаються зі складними емоційними завданнями пошуку власної особистості (розуміння того, хто вони є). Іноді їм бракує людини, з якою можна поговорити про свої проблеми. Молодь дуже схильна до тиску з боку однолітків і часто ігнорує поради батьків. Важливим фактором є соціальне оточення. Дослідження показали, що експерименти з психоактивними речовинами в цей період пов'язані з іншими видами ризикованої поведінки. Молоді люди не лише вразливі до наслідків вживання психоактивних речовин, але і до незахищеного сексу та інших форм ризикованої поведінки. Необхідно знайти шляхи протидії вживанню наркотичних речовин молоддю, а також методи, які допомагатимуть їм розвивати стосунки і соціальні навички для зміцнення здоров'я та соціального прогресу.

Загальна частина (теорія профілактики)

Заняття 1: Основи профілактики

Мета

- Учасники отримають базову інформацію з основ профілактики.
- Учасники та тренери встановлять відносини, що ґрунтуються на повазі та довірі.
- Учасники усвідомлять важливість власного вибору – тренерської роботи.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвилиnach
1.	Знайомство з учасниками	20
2.	Визначення правил гри	5
3.	Попереднє анкетування	5
4.	Вправа-розминка	10
5.	Вступ до основ профілактики	15
6.	Групова робота щодо основ профілактики	10
7.	Основи епідеміології та етіології	15
8.	Опитування та підбиття підсумків	10

Особливості заняття

Даний урок є вступним, тому - дуже важливим, оскільки він закладає фундамент для подальших успіхів. Учасники мають отримати базове розуміння профілактики, відчувати інтерес до семінару та з нетерпінням очікувати наступної зустрічі з тренерами.

Матеріальне забезпечення:

- роздруковані завдання для групової роботи;
- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Знайомство з учасниками – 20 хв.

Завдання:

- вивчити імена учасників;
 - закласти стандарти інтерактивного спілкування.
-

Що робити:

Представити себе учасникам	<ul style="list-style-type: none">- тренери називають власні імена- надають базову біографічну інформацію про себе- передають слово учасникам
Провести гру в імена	<ul style="list-style-type: none">- як варіант, запропонувати учасникам кожному написати власне ім'я на невеличкому аркуші паперу, згорнути аркуші і покласти їх до однієї ємкості (шапка, кубок, тощо); тренер пропонує кожному студентові витягнути один папірець і представити учня, чиє ім'я занотоване на папері, додавши при цьому одну найяскравішу позитивну рису характеру, що притаманна цьому студенту (<i>наприклад: «Знайомтесь з моєю одногрупницею на ім'я Леся. Їй притаманна чесність».</i>)- іншим варіантом (якщо кількість учасників в межах 15 осіб) може бути гра в «Снігову кулю», коли перший учасник називає ім'я та певну ознаку (девіз, захоплення, походження), а кожен наступний учасник має повторювати всю попередню інформацію

Активність 2. Визначення правил гри – 5 хв.

Завдання:

- визначити правила гри;
 - залучити учасників до встановлення правил гри.
-

Що робити:

Пояснити суть правил	<ul style="list-style-type: none">- тренери пояснюють бажаність та доцільність певних правил, адже вони є в кожній спортивній грі та багатьох інших іграх- запрошують учасників запропонувати найбільш важливі правила- як варіант, допомогти учасникам, назвавши стержневі правила<ul style="list-style-type: none">• <i>підніми руку, бо говорити в аудиторії повинна лише одна людина</i>• <i>стався з повагою до оточуючих, насміхання може ранили почуття</i>• <i>спостерігай і використовуй тихий сигнал</i>• <i>розповідаючи історію, не називай прізвища, а кажи «один знайомий»</i>• <i>відповідай лише на ті запитання, що не бентежать тебе, не примушують почуватись ніяково</i>- альтернативним варіантом можуть бути прості за формою та сміливі за змістом правила: <i>повага та участь</i>
Прийняти правила	<ul style="list-style-type: none">- запропонувати учасникам доповнити правила або ж обмежитись запропонованими- прийняти правила шляхом голосування; у випадку незгоди внести корективи та досягти прийняття відкоригованих правил всіма учасниками

Активність 3 . Попереднє анкетування – 5 хв.

Завдання:

- визначити рівень мотивації учасників;
- дізнатись про очікування учасників від семінару.

Що робити:

Провести анкетування	- тренери роздають анкети учасникам та пояснюють мету анкетування
-----------------------------	-------------------------------------------------------------------

	- пропонують учасникам протягом 5 хвилин відповісти на питання анкети і назвати очікування від семінару та побажання
Подякувати	- тренери дякують учасникам та кажуть, що їхні побажання та очікування, за можливості, будуть реалізовані

Активність 4. Вправа-розминка – 10 хв.

(За матеріалами посібника «Тренінг тренерів за принципом рівний-рівному»)

Завдання:

- встановити в групі атмосферу невимушеності та довіри;
- спонукати учасників до висновку, що люди, всупереч наявним знанням, не завжди роблять те, що корисне для їхнього здоров'я.

Що робити:

Пояснити правила	- тренер пояснює вправу: <i>«Учасники мають стати перед своїми стільцями. Зараз я ставитиму певні запитання. Якщо ваша відповідь на них буде «ні», вам доведеться сісти на ваш стілець. До тих пір, поки ви будете відповідати «так», ви будете стояти. А якщо ви вже сіли, то будете продовжувати сидіти, навіть якщо ваша відповідь на наступні запитання буде позитивною. Якщо ви вже сидите, продовжуйте сидіти»</i>
Провести вправу	- тренер прохає учасників встати, потім голосно, чітко та швидко читає речення зі списку, наведеного нижче: <ul style="list-style-type: none"> • Я проходжу регулярне щорічне медичне обстеження • Я проходжу регулярне щорічне обстеження у стоматолога • Я не палю • Я регулярно, щодня, виконую фізичні вправи • Я вживаю здорову їжу • Я ніколи не зловживаю алкоголем <p>- коли всі будуть сидіти, тренер має запитати, що спільного в цих реченнях. Якщо ніхто цього не каже, тренер робить наголос, що все це стосується поведінки, пов'язаної зі здоров'ям. Пояснює, що хоча все це ми добре знаємо, не завжди використовуємо цю</p>

	інформацію належним чином
Запитати учасників	- яким чином дана вправа пов'язана з профілактикою вживання наркотичних речовин?

Активність 5. Вступ до основ профілактики – 15 хв.

Завдання:

- сформуванню розуміння мети профілактики;
- сформуванню розуміння суспільного значення профілактики та ролі школи.

Що робити:

Надати інформацію	- тренери надають інформацію (бажано в режимі презентації з використанням проектора)
-------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

Зловживання алкоголем, тютюнопаління та вживання наркотиків стало однією з основних проблем, що глибоко укорінилися у суспільство. Всі ми відчуваємо ефект цієї проблеми, навіть якщо вона безпосередньо нас не торкається. Алкоголь та наркотики змінюють наші громади і негативно впливають на життя, а через дітей мають вплив і на наше майбутнє. Діти та молодь більш вразливі, ніж будь-яка інша вікова група, до проблем, що асоціюються із вживанням наркотиків.

Багато підходів випробувалось для протидії вказаному виклику. На жаль, більшість з них зазнали невдачі. Розглянемо деякі з основних стратегій, таких, як:

- контроль пропозиції наркотиків через більш суворе законодавство, підсилення впливу правоохоронних органів, обмеження на постачання легалізованих наркотичних речовин;
- лікування наркотичної залежності;
- реалізація програм профілактики.

У багатьох країнах здійснюються послідовні дії щодо контролю пропозиції наркотиків. Впроваджуються суворі антинаркотичні закони, вилучаються великі партії наркотиків, значна кількість наркоторговців притягується до кримінальної відповідальності та відбуває покарання у в'язницях. Ці заходи є важливими і необхідними. Без них проблема наркоманії була б ще гострішою. Разом з тим, вказані заходи не привели до бажаного результату – усунення проблеми вживання наркотиків.

Більш суворе законодавство не вирішує наркотичної проблеми, бо воно не може контролювати попит на наркотики. А на великому ринку з високим попитом воно навіть не в силі суттєво впливати на ціну наркотиків, щоб зробити їх недоступно дорогими. На таких ринках чисельність постачальників та торговців стає настільки високою, що ціни залишаються відносно низькими. З 1986 по 1989 рік в США федеральні витрати на заходи з протидії наркотикам зросли більш ніж вдвічі. В той же час, вулична ціна на кокаїн впала зі 100 до 75 доларів за грам, відповідно до даних Агенції США з протидії наркотикам (DEA – Drug Enforcement Administration).

У 1984 році в результаті масштабного дослідження наркотиків у США вчені (Polich, Elickson, Reuter, & Kahan, 1984) дійшли висновку, що пропозиція наркотиків не може бути ліквідована, доки

попит є високим. Автори зазначали: якщо попит на наркотики є великим, то ні пропозиція, ні ціна на не зазнають значних змін. Якщо одних постачальників усувають з ринку, інші займають їхні місця та заповнюють створений вакуум. Навіть подвоєння зусиль правоохоронців мало впливає на ціну наркотиків.

Заходи, що вживались в США з 1919 по 1933 роки щодо обмеження постачання алкоголю через його заборону, виявились неієвими. Сьогодні алкоголь здебільшого є дозволенним для дорослих та забороненим для неповнолітніх. Але ми не в змозі реалізувати навіть цю заборону. Більшість підлітків без проблем може придбати алкоголь.

Чи можемо ми зменшити попит? Законодавці та політики все більше розуміють, що успіх залежить саме від цього.

Лікування є стратегією щодо зменшення попиту серед тих, хто має найбільш серйозні проблеми, пов'язані зі вживанням алкоголю та інших наркотиків. Але до моменту лікування вони вже завдають значної шкоди собі та суспільству. Хоча дослідження свідчать, що практично всі залежні від наркотиків при бажанні можуть припинити їх вживати, більшість з них так і не позбувається цієї біди. Майже дві третини пацієнтів після лікування повертаються до вживання наркотиків протягом одного року (U.S. Surgeon General, 1988). Лікування необхідне та важливе, але воно, як правило, розпочинається в той період, коли шкода вже завдана підлітку, його близьким та суспільству.

Яким чином ми можемо зменшити попит на алкоголь та інші наркотики до того часу, коли проблема розвинеться і завдасть великої шкоди особі, сім'ї, суспільству? Протягом останніх десятиріч в школах почали використовуватись **програми профілактики наркоманії**. Вони інформували дітей про небезпеку наркотичних речовин, ставили за мету переконати підлітків у необхідності утриматись від вживання наркотиків. Вчені, у результаті проведених досліджень, дійшли до ряду висновків:

- інформація про небезпеку алкоголю та інших наркотиків сама по собі не має значного ефекту;
- короткотермінові підходи, разові презентації щодо шкоди алкоголю та інших наркотиків є неефективними. Учні потребують послідовних та розширених програм профілактики;
- дієві програми профілактики дають молоді навички протидії наркотикам, формують стійкі норми проти цього. Але навіть ефект від цих програм зникає через два-три роки;
- програми, які проводяться на шкільній базі та мають тривалий ефект, включають або допоміжні сесії, або долучають батьків, громаду, медійні засоби до формування норм проти вживання наркотиків.

Ефективні програми профілактики враховують зазначені висновки та рекомендації досліджень. При цьому вони спираються на наступні **принципи**:

1. У центрі уваги має бути зменшення відомих факторів ризику та посилення факторів захисту.
2. Вплив на фактори ризику у відповідний момент, коли вони проявляють ознаки негативного впливу.
3. Інтервенція має відбуватись до початку вживання наркотиків.
4. Вразливі категорії дітей мають бути в центрі уваги.
5. Реагування одразу на ряд факторів ризику та викликів є стратегією програм.

Чи повинні школи відігравати ключову роль в профілактиці?

- школа - основний освітній полігон;
- школа - основне місце соціальної комунікації дітей;

- школа добре оснащена для проведення програм профілактики;
- школа може бути ефективною в попередженні вживання наркотиків та іншої ризикованої поведінки;
- шкільні профілактичні програми можуть бути підтримані органами влади;
- профілактичні програми роблять школи кращим місцем навчання.

Дослідження свідчать, що активна участь в шкільному житті зменшує ризик вживання наркотиків. Школи є також місцем, де формуються соціальні зв'язки, що зменшує ризик вживання наркотиків та протиправної поведінки.

Мета профілактики

Метою профілактики є попередження або ж відтермінування початку вживання наркотичних речовин на максимально можливий період.

Чи можливо ліквідувати вживання наркотиків повністю? Утримання або ж цілковита нетерпимість - мета ряду програм та практик. Зазвичай, програми профілактики вважаються успішними в разі, коли питома вага молоді, що вживає наркотики, менша, ніж в контрольній групі. Наразі відсутня інформація про програми, які б досягли мети повного утримання від наркотиків.

Чи є важливою профілактика вживання наркотиків?

Дослідження показують, що ризик вживання наркотиків є найвищим серед тих, хто починає експериментувати з наркотиками до п'ятнадцятирічного віку (Брай, 1993). Поза всяким сумнівом, чим раніше молоді люди починають вживати тютюн, алкоголь чи інші наркотики, тим вища ймовірність і подальшого вживання цих речовин. А вживання алкоголю підлітками у віці до 15 років збільшує ризик подальшої залежності у чотири рази, порівняно з людьми, що вперше спробували спиртне після 21 року. Також у 12 разів підвищується вірогідність стати жертвами дорожньо-транспортних пригод. Ризик алкогольної залежності зменшується на 8% кожного відтермінованого року.

Програми профілактики наркоманії в основному обирають цільовою групою дітей 13 – 14 років через важливість відстрочення вживання наркотичних речовин щонайменше до повноліття.

Активність 6. Групова робота щодо основ профілактики – 10 хв.

Завдання:

- закріпити розуміння пройденого матеріалу;
 - зацікавити учасників до розгляду подальших тем.
-

Що робити:

Сформувати групи	- поділити аудиторію на чотири групи
Поставити завдання	- групи мають на ватмані або дошці упродовж трьох хвилин записати тезами: <ul style="list-style-type: none">• основні стратегії протидії вживанню наркотичних речовин• принципи профілактичних програм• роль школи в профілактиці• мета та значення профілактичних програм
Заслухати відповіді	- тренери пропонують групам презентувати результати роботи - узагальнюють доповіді та дякують учасникам за роботу та розуміння

Активність 7. Основи епідеміології та етіології – 15 хв.

Завдання:

- надати учасникам базові знання про основи епідеміології;
 - надати учасникам базові знання про основи етіології.
-

Що робити:

Надати інформацію	- тренери надають інформацію (бажано в режимі презентації з використанням проектора)
--------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

Що таке епідеміологія?

Епідеміологія відповідає на питання, як багато людей вражені хворобою чи проблемою.

Поширеність – це чисельність існуючих випадків хвороби чи проблеми.

Частота – це чисельність випадків захворювань чи проблем протягом певного часового періоду. Поширеність наркотиків зазвичай визначається шляхом опитування людей стосовно вживання наркотиків протягом останніх 30 днів. Частота, як правило, визначається шляхом опитування, чи вживали респонденти наркотики протягом певного періоду.

Серед інших питань епідеміологія дає відповідь на питання:

- які наркотики є найбільш поширеними?
- коли стався інцидент?

Чому є важливим розуміння епідеміології та її складових?

Існує кілька причин, чому розуміння поширеності та частоти вживання наркотиків є важливими:

1. Може бути найбільш важливою протидія найпоширенішому наркотику.
2. Може бути економічно обґрунтованою протидія найпоширенішому наркотику.
3. Може бути доцільним спрямувати зусилля на вікову групу, в якій розпочинаються експерименти з наркотиками, аби цьому запобігти.
4. Інформація щодо змін в поширеності через певний проміжок часу може допомогти зрозуміти, чи працює обрана стратегія.

Розуміння епідеміології вживання наркотиків сприяє розробці ефективних програм профілактики та допомагає фахівцям з профілактики зрозуміти, що вони можуть очікувати від учнів.

Що таке етіологія?

Етіологія – це наука, яка вивчає причини хвороби чи проблеми. Дослідники, що вивчають етіологію вживання наркотиків прагнуть відповісти на два запитання:

- чому молодь експериментує з наркотиками?
- що допомагає молоді уникати наркотиків?

Ті дослідники, котрі вивчають ці питання, зазвичай намагаються визначити чинники в молодіжному середовищі, які збільшують ризик або забезпечують захист. Дослідження етіології вживання наркотиків фокусується на факторах ризику та захисту.

- Фактори ризику – ті фактори, що впливають на зростання вірогідності вживання наркотиків молоддю людиною.
- Фактори захисту – ті фактори, що впливають на зменшення вірогідності вживання наркотиків молоддю людиною.
- Медіатори – це фактори ризику та захисту, що обираються профілактичною програмою в якості мети для зміни (коригування, впливу).

Чому фактори ризику та захисту є важливими?

Розуміння факторів ризику та захисту є стержнем профілактики. Чому саме?

- Розуміння факторів ризику та захисту може допомогти зрозуміти, чому молодь експериментує з наркотиками або ж не робить цього.
- Розуміння факторів ризику та захисту дає ключі до вирішення проблеми, а саме вказує, що має бути змінено для попередження вживання наркотиків.
- Важливо розрізняти ті фактори, які люди вважають такими, що ведуть до вживання наркотиків від тих, що насправді є такими відповідно до даних науки.
- Фактори ризику та захисту можуть бути використані для визначення потреб громад та осіб в профілактичних програмах.

Розробники профілактичних програм прагнуть зменшити фактори ризику та посилити фактори захисту. Фактори ризику та захисту, які ми обираємо для впливу, стають «медіаторами» (посередниками).

Активність 8. Опитування та підведення підсумків – 10 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників), що таке: <ul style="list-style-type: none">• епідеміологія• етіологія• фактори ризику• фактори захисту• медіатори• інші визначення щодо теми заняття
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію та підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 2: Теорії, типи та методи профілактики

Мета

- Учасники отримають базову інформацію щодо теорій профілактики.
- Учасники зрозуміють на чому базуються профілактичні програми.
- Учасники в тренерській роботі опиратимуться на теорію профілактики.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	10
2.	Вправа-розминка: рольова гра «Як сказати «ні»	10
3.	Теорії профілактики	15
4.	Групові презентації теорій профілактики	20
5.	Типи профілактики	10

6.	Методи профілактики	10
7.	Опитування та підбиття підсумків	15

Особливості заняття

Оскільки під час даного заняття мова йде про «суху» теорію, то тренерам доцільно підготувати додаткові інструменти психологічного розвантаження учасників: жарти, вправи, приклади, тощо.

Матеріальне забезпечення:

- роздруковані завдання для групової роботи;
- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку – 10 хв.

Завдання:

- створити приязну атмосферу в групі;
- повторити та засвоїти попередній матеріал.

Що робити:

Представити себе	<ul style="list-style-type: none"> - тренери вітають учасників та нагадують власні імена - пропонують учасникам назвати ім'я сусіда чи сусідки праворуч та назвати одну позитивну рису цієї людини
Надати слово	<ul style="list-style-type: none"> - передають слово учасникам для виконання завдання - учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Катя. Моя сусідка праворуч – Світлана. Їй притаманне почуття гумору»

Повторити правила	<ul style="list-style-type: none"> - тренери пропонують учасникам назвати правила гри, прийняті на попередньому занятті - правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	<ul style="list-style-type: none"> - тренери, залучаючи всіх, опитують учасників та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. Вправа-розминка: рольова гра «Як сказати «ні» – 10 хв

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
- згуртувати команди;
- надати навички впевненої відмови.

Що робити:

Визначити команди	<ul style="list-style-type: none"> - тренери ділять групу на команди по 3-5 учасників у кожній
Визначити ситуації	<ul style="list-style-type: none"> - тренери пропонують командам пригадати або придумати кризові ситуації, де необхідно сказати «ні» (наприклад, коли пропонують випити склянку горілки) - пропонують командам через рольову гру продемонструвати кризові ситуації та варіант сказати «ні» шляхом: <ul style="list-style-type: none"> • ввічливої відмови • пояснення причини відмови (не вибачення) • залишення місця події • пропозицію альтернативи...
Програти ситуацію	<ul style="list-style-type: none"> - команди по черзі (з залучення всіх членів команди) демонструють свій варіант сказати «ні» - тренери роблять акцент на позитивних моментах виконання

Активність 3. Теорії профілактики – 15 хв.

Завдання:

- пояснити роль теорій профілактики;
 - пояснити основні теорії профілактики.
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо теорій профілактики (бажано з використанням презентації Power Point)
---------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Навіщо турбуватись про теорію?

Кожна людина має власне бачення, чому молоді люди експериментують з алкоголем, спиртним чи іншими наркотиками, або - чому вони утримуються від експериментів.

Курт Левін зазначив: «Немає нічого більш практичного, ніж гарна теорія». Теорії є практичними тому, що вони допомагають нам зрозуміти, як діяти.

Розуміння теорії може допомогти зрозуміти профілактичні програми та якісно їх втілювати в життя.

Теорії відрізняються концептуально, але можуть співпадати по певних позиціях. Важливо, щоб обрана теорія відповідала результатам, до яких прагнуть автори.

Теорія моделі віри в здоров'я

Модель віри в здоров'я була систематизована Ірвіном Розенстоком. В центрі її уваги – поведінка, яка підтримує загальне здоров'я людини. Відповідно до даної теорії, люди можуть заохочуватись до здорового способу життя та уникнення поведінки, що шкодить здоров'ю.

Самооцінка ризику захворювання

Якщо люди усвідомлюють небезпеку, то прагнуть уникнути її. Більшість людей сприймають небезпеку як таке явище, що має їх оминати. Тому, коли молода людина починає палити тютюн, вона не думає, що може померти від раку легень чи серцевого нападу. Саме тому розробники, що використовують дану теорію, наводять інформацію про більш ймовірні та швидкі наслідки. Такі наслідки, як неприємний запах з рота, підвищена частота роботи серця, використовуються авторами програм профілактики.

Усвідомлена серйозність

Люди звертають увагу на питання, які вважають серйозними. Безпосередні та соціальні наслідки можуть бути суттєвими для підлітків, тому це береться до уваги авторами програм.

Усвідомлені переваги дій

Коли людина бачить ризик, на який наражається, вона має усвідомлювати і переваги

бажаної поведінки. При профілактиці варто розуміти переваги відмови від тютюну, спиртного та наркотиків.

Теорія соціального навчання

Теорія соціального навчання розроблена Альбертом Бандурою. Вона фокусується на тому, як люди навчаються і включає дві складові:

- компенсаторне підсилення (*vicarious reinforcement*);
- самодостатність (*self-efficacy*).

Компенсаторне підсилення (*vicarious reinforcement*)

А. Бандура вважав, що люди навчаються через спостереження та імітацію. Люди, яких ми поважаємо, виступають нашими рольовими моделями. Такими моделями для дітей є батьки, однолітки, брати з сестрами та медіа-зірки. Підлітки особливо цікавляться однолітками та децю старшими молодими людьми, котрі отримали певний соціальний статус. При цьому звертається увага не лише на поведінку рольових моделей, а й на винагороди, які ті отримують.

Самодостатність (*self-efficacy*)

А. Бандура теоретизував, що для реалізації певної поведінки особа повинна вірити в те, що вона зможе так себе вести.

Автори програм прагнуть, щоб підлітки засвоювали навички відмови від пропозицій щодо спроби наркотиків. Ряд профілактичних програм включають формування подібних навичок через рольову гру, де практикуються способи сказати «ні».

Теорія обґрунтованої поведінки

Теорія обґрунтованої поведінки розроблена Айсеком Айзенем та Мартіном Фішбейном. Вони шукали відповідь на питання щодо поведінки людей, які перебували в добровільному стані контролю без примусу зі сторони інших осіб. Їх теорія включає ряд факторів ймовірного впливу на поведінку людей.

Намір поведінки

Цей фактор ґрунтується на тому, що поведінка є прямим наслідком намірів. Люди діють свідомо, відповідно до попередньої уяви майбутньої поведінки. Поведінка є запланованою, а не випадковою. Автори програм використовують цю концепцію для заохочення учасників до особистих зобов'язань уникати вживання наркотиків або захищати себе у разі нав'язування наркотиків.

Позиція

Відповідно до теорії обґрунтованої поведінки фактор позиції людини визначає намір поведінки. Позиція також визначає цінності людини, які можуть заохочувати чи стримувати певну поведінку. Ряд програм профілактики роблять акцент на негативній позиції (ставленні) до вживання наркотиків. Більшість учнів поділяють цю позицію і завдання авторів полягає в тому, щоб заохотити учнів до публічного декларування зазначеної позиції.

Суб'єктивні норми

Відповідно до даного фактору кожен з нас формує власне розуміння стосовно того, що очікується та сприймається іншими людьми навколо нас.

Суб'єктивні норми також визначають наміри. Суб'єктивні норми включають дві складові. Перша – це те, що ми вважаємо певну поведінку загальноприйнятною чи винятковою та розуміння того, як вона буде оцінена іншими: або похвально чи з осудом, якщо ми візьмемо в цьому участь. Це можна висловити двома запитаннями:

- 1) що є нормальним?
- 2) що є прийнятним?

Зазвичай поведінка, що вважається за нормальну, сприймається однолітками й за прийнятну.

Друга складова суб'єктивних норм – це той рівень, мотивом якого є згода з очікуваннями інших людей. Підлітки є дуже мотивованими до того, щоб погоджуватись з однолітками. Отже, якщо вони вважають, що їхні однолітки сприймають вживання наркотиків нормальним та прийнятним, то вірогідність експериментів з наркотиками буде дуже високою.

Цікавий факт - дослідження свідчать, що підлітки часто роблять помилкові судження щодо того, що їхні однолітки думають та роблять. Характерною помилкою є перебільшення того, наскільки нормальним та прийнятним вважається вживання наркотиків у їхній віковій групі.

Програми профілактики, що звертаються до суб'єктивних норм, розкривають учням зміст того, наскільки неприйнятним є вживання наркотиків у реальному житті.

Теорія проблемної поведінки

Теорія проблемної поведінки розроблена Річардом Джессором. Дана теорія робить акцент на взаємозв'язку певних видів поведінки: пропуски занять, відставання в навчанні, вживання наркотиків, сексуальна активність, правопорушення.

Таким чином, молоді люди, що палять тютюн, є схильними до вживання спиртного та інших наркотиків. Крім того, молодь, котра вживає наркотики, схильна до сексуальної активності у більш ранньому віці.

Теорія проблемної поведінки стверджує, що всі види ризикованої поведінки мають у своїй основі спільні фактори ризику. Три з них визначені:

1. Оточуюче середовище. Перебування серед оточення, де поведінка не контролюється і однолітки беруть участь в ризикованій поведінці, наражає молодих людей на ризик.
2. Брак особистих навичок. Відсутність навичок контролю за імпульсивною поведінкою наражає молодь на ризик.
3. Усвідомлена практика ризикованої поведінки. Відповідно до цієї теорії, підлітки схиляються до ризикованої поведінки тому, що вважають її функціональною (доцільною). Така поведінка може допомогти в досягненні певних цілей чи задовольнити ряд потреб.

Участь у ризикованій поведінці може стати перепусткою до певної групи однолітків або до сприйняття такою групою. Ті підлітки, котрі не бачать альтернативних шляхів до поставлених цілей, перебувають під великим ризиком. Тому слід навчати учнів навичкам визначення цілей та постановці бажаних життєвих орієнтирів, щоб продемонструвати, що проблемна поведінка суперечить життєвим цілям. Також варто навчати навичкам, як поводити себе в кризовій ситуації (ситуації надмірного хвилювання).

Теорія цінностей

Теорія цінностей розроблена Мілтоном Рокичем. Ця теорія стверджує, що поведінка людей узгоджується з їхніми цінностями. Рокич розрізняє два типи цінностей.

Критичні (базові) цінності

Ці цінності визначають основні цілі на нашому життєвому шляху. Вони включають 18 базових (інструментальних) цінностей, таких, як: безпека сім'ї, свобода, самоповага та самооцінка, життєві досягнення, соціальне визнання та ін.

Інструментальні цінності

Ці цінності визначають нашу щоденну поведінку. Це види оптимальної (зручної для нас) поведінки, яку ми обираємо. Серед 18 інструментальних цінностей є такі: як бути амбітним, життєрадісним, чесним, ввічливим, відповідальним.

Рокич вважає, що люди, як правило, погоджуються з перерахованими вище цінностями, але надають їм різну значимість. Він також стверджує, що люди прагнуть бути послідовними. Той, хто обирає самоповагу в якості найбільш значимої базової цінності, буде також вважати чесність в якості проміжної цінності. Певна складність виникає в тому, що молодь могла ще не замислюватись над цінностями. Розробники профілактичних програм, які базуються на теорії цінностей, пропонують учням назвати їхні цінності та визначити види поведінки, котрі будуть перешкодою в житті та ті, що допомагатимуть.

Теорія соціального контролю – Хірські (Hirschi)

Теорія соціального контролю розроблена Травісом Хірські. Вона не набула широкого розповсюдження, але посіла вагоме місце у розробників профілактичних програм. Основна ідея теорії полягає в тому, що при наявності різних варіантів поведінки люди обирають стандартну для себе поведінку, до якої вони більш пристосовані. Втім потрібно знати стандарти зручної поведінки. Особа буде дотримуватись зазначених стандартів у разі існування тісних зв'язків з іншими людьми чи організаціями, до яких вона належить. Коли люди формують зв'язки з оточенням, вони добровільно дозволяють соціальним нормам впливати на власну поведінку.

Дослідники, котрі беруть на озброєння теорію соціального контролю, роблять акцент на важливості створення можливостей для молоді бути орієнтованою на позитивні рольові моделі. Це можуть бути як дорослі, так і підлітки, що дотримуються позитивних соціальних норм. Молодь також може бути відданою певним організаціям та спільнотам, що відкрито підтримують позитивні стандарти. Такими організаціями можуть виступати церква чи молодіжні групи.

Активність 4. Групові презентації теорій профілактики – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок групової роботи.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) доцільно створити шість команд відповідно до кількості розглянутих теорій
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 5 хвилин підготувати презентацію (до 3 хвилин) щодо однієї з теорій профілактики - зробити акцент на використанні прикладів та залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	- тренери та учасники представляють презентації - тренери роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	- тренери узагальнюють інформацію, акцентуючи увагу на тому, що теорії відповідають на питання «що робити?». Розробники програм зазвичай опираються на одну з теорій, втім це не означає, що вони в усьому дотримуються однієї теорії. Вони можуть використовувати одразу кілька теорій

Активність 5. Типи профілактики – 10 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок групової роботи.
-

Що робити:

Запитати учасників	- тренери запитують, що таке профілактика - які вони знають типи профілактики
Надати інформацію	- інститут медицини США визначив наступні стратегії (типи) програм профілактики: <ul style="list-style-type: none">• Первинна (загальна, універсальна) – спрямована на загальне населення• Вторинна (вибіркова, селективна) – спрямована на категорії підвищеного ризику• Персональна (індикативна) – спрямована на осіб, які перебувають під підвищеним ризиком - ВООЗ також класифікує загальну та вибірккову профілактики як первинну та вторинну. Позиція ВООЗ в питаннях профілактики є ідентичною поглядам, що сповідують американські фахівці з NIDA (Національний інститут з питань зловживань наркотиків)
Виконати PPP	- використовуючи проектор, тренери надають інформацію щодо типів профілактики

Універсальні стратегії профілактики (первинна профілактика):

- звертаються до загального населення на рівні суспільства, громади, школи, мікрорайону з інформацією та програмами, що спрямовані на попередження або відтермінування на більш пізній вік вживання алкоголю, тютюну та інших наркотиків;
- місія полягає в тому, щоб через надання інформації та формування навичок утримати дітей від початку вживання наркотиків та попередити проблему;
- проводяться з великими групами молоді без попереднього вивчення ризиків щодо вживання наркотиків. Все населення вважається схильним до ризику вживання наркотиків.

Селективні стратегії профілактики (вторинна профілактика):

- звертаються до груп найвищого ризику щодо вживання наркотиків (приклад: діти алкоголіків; учні, які зазнають невдач у навчанні або відмовляються від навчання взагалі);
- охоплюють всю групу, незалежно від рівня індивідуального ризику;
- індивідуальний ступінь ризику не оцінюється.

Індикативні стратегії профілактики (персональна профілактика):

- звертаються до осіб, котрі демонструють ранні симптоми вживання наркотиків;
- розраховані на проведення профілактики серед осіб, які не є залежними від наркотиків, але демонструють тривожні сигнали, такі, як вживання алкоголю чи нелегальних наркотиків, а також невдачі в навчанні;
- місія полягає у виявленні осіб, що демонструють ранні ознаки вживання наркотиків та проблемної поведінки, яка асоціюється із вживанням наркотиків; а також в проведенні зі вказаними особами профілактичної роботи.

Активність 6. Методи профілактики – 10 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками ефективних та неефективних методів профілактики;
 - знайомство з науково обґрунтованим підходом у профілактиці.
-

Що робити:

Запитати учасників	<ul style="list-style-type: none">- які вони знають методи профілактики- які методи, на їх думку, є ефективними, а які примарними
Надати інформацію	<ul style="list-style-type: none">- тренери узагальнюють відповіді учасників та дякують їм- з використанням проектора надають наступну інформацію (див. нижче)

Профілактика вживання наркотиків - методи, що працюють:

- допомога учням в усвідомленні внутрішнього та зовнішнього тиску, що спонукає їх до вживання тютюну, алкоголю та інших наркотиків;
- формування особистих, соціальних навичок та навичок відмови для протидії вказаному тиску;
- навчання тому, що вживання наркотиків, тютюну та алкоголю не є загальним правилом серед підлітків, навіть якщо учні вважають, що «всі це роблять»;
- проведення профілактичних заходів відповідно до віку учнів та забезпечення матеріалами, що роз'яснюють близькі та перспективні наслідки вживання наркотиків;
- включення до програми профілактики щонайменше десяти сесій (уроків) протягом року, з підкріплюючими сесіями (від трьох до п'яти) протягом наступних двох років;
- використання інтерактивних методів навчання;
- активне залучення сім'ї та громади;
- підготовка та подальша підтримка тренерів у їхній роботі;
- розробка матеріалів, які легко зрозумілі тренерам та доречні для учасників.

Методи та програми профілактики наркоманії і насилля, які є сумнівними чи можуть бути шкідливими:

- методи, розраховані на залякування, з демонстрацією картинок та фільмів, де демонструється насилля;
- виокремлення учнів антисоціальної поведінки до окремої групи;
- навчальні програми, які є занадто короткими та такими, що не підтримуються адміністрацією школи;
- програми, що фокусуються виключно на самооцінці;
- програми, що надають лише дидактичну інформацію без формування в учнів навичок, які є необхідними для уникнення конфліктів та їх вирішення.

Метод п'яти кроків у плануванні та оцінці програм профілактики:
(відповідно до матеріалів "The Strategic Prevention Framework")

1. Визначення потреб

Під час визначення потреб збирається та вивчається інформація щодо:

- потреб населення;
- наявних ресурсів;
- готовності громади до профілактичних заходів;
- наркотиків, поширених в громаді та середовищі;
- криміногенного стану;
- факторів ризику і захисту.

2. Мобілізація та створення ресурсів

Мобілізація наявних та створення нових ресурсів, відповідно до поставленої мети і завдань, включає наступні складові:

- кадрові ресурси;
- організаційні ресурси;
- фінансові ресурси;
- виховання та навчання.

3. Планування

Планування профілактичних заходів має відповідати визначеним потребам та включати:

- детальний план заходів;
- мету;
- завдання;
- методи;
- обрані профілактичні програми.

Мета передбачає індикатори змін відносно вживання наркотиків та насилля впродовж тривалого періоду.

Завдання передбачають зміни впродовж короткого періоду та мають підтримувати мету.

Профілактичні програми - обрані для досягнення поставленої мети і завдань програми, які ґрунтуються на результатах наукових досліджень та продемонстрували ефективність.

4. Реалізація

Реалізація профілактичних заходів включає:

- виконання компонентів плану;
- визначення та подолання потенційних перешкод.

5. Оцінювання

Процес оцінювання проведених профілактичних програм допомагає зрозуміти, що вдалось і, що потребує вдосконалення та включає:

- визначення впливу програм та методів;
- визначення вразливих місць програм та методів.

Оцінювання значно впливає на майбутнє планування. Результати проведених профілактичних програм та прогрес в досягненні поставленої мети мають доповідатись громаді для забезпечення подальшої підтримки та стабільності профілактики.

Результати оцінювання також мають використовуватись для вдосконалення та посилення профілактичних заходів.

Активність 7. Опитування та підведення підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
 - підбиття підсумків заняття.
-

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (за участі всіх учасників): <ul style="list-style-type: none">• які є типи профілактики• особливості первинної профілактики• особливості вторинної профілактики• особливості персональної профілактики• складові методу п'яти кроків• інші визначення щодо теми заняття
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію та підбивають підсумки активності

Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь у семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару
-----------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------

Заняття 3: Ефективні технології навчання. Лідерство

Мета

- Учасники зрозуміють важливість та ефективність інтерактивних методів навчання.
- Учасники отримають інформацію про спектр та особливості інтерактивних методів.
- Учасники використовуватимуть інтерактивні методи в профілактиці.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	10
2.	Вправа-розминка: гра «Що нас об'єднує»	10
3.	Методи інтерактивного навчання	15
4.	Групові презентації методів інтерактивного навчання	20
5.	Інтерактивні методи та роль наставника	10
6.	Лідерство	10
7.	Опитування та підбиття підсумків	15

Особливості заняття

Тренерам варто зробити акцент не лише на ефективності інтерактивних методів, а й на їхній доцільності в ході профілактики. Також тренерам доцільно підготувати додаткові інструменти психологічного розвантаження учасників: жарти, вправи, приклади, тощо.

Матеріальне забезпечення:

- роздруковані завдання для групової роботи;
- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;

- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. *Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку – 10 хв.*

Завдання:

- створити приязну атмосферу в групі;
 - повторити та засвоїти попередній матеріал.
-

Що робити:

Представити себе	- тренери вітають учасників - пропонують учасникам назвати власне ім'я та одну нематеріальну річ, якою вони пишаються, наприклад: «Добрий день, мене звать Ілля, я пишаюсь працею на благо суспільства»
Провести вправу	- тренерам доцільно цю вправу розпочати з себе - учасники виконують вправу
Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, прийняті на попередньому занятті - правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. *Вправа-розминка: гра «Що нас об'єднує» – 10 хв.*

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
 - згуртувати колектив.
-

Що робити:

Назвати активність	- тренери оголошують активність
Визначити правила	- тренери визначають порядок та правила гри: <ul style="list-style-type: none">• учасники розміщуються на стільцях, розставлених по колу• ведучий стоїть в центрі кола і звертається до учасників, наприклад: «Нехай встануть ті, хто вірить в профілактику»• той, хто встав та ведучий мають зайняти нові місця, а людина, яка залишилась без стільця стає ведучою
Провести гру	- проводиться гра - тренери дякують учасникам за участь та пропонують перейти до основної теми заняття

Активність 3. Методи інтерактивного навчання – 15 хв.

Завдання:

- пояснити суть інтерактивних методів навчання;
 - пояснити переваги основних інтерактивних методів навчання;
 - переконати учасників в доцільності використання інтерактивних методів на практиці.
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо інтерактивних методів навчання (бажано з використанням презентації Power Point)
---------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Інтерактивними є методи, які забезпечують максимальну участь учасників (учнів) в навчальному процесі і тим самим підвищують рівень засвоєння бажаної інформації та навичок. Ряд інтерактивних методів навчання використовується в програмах профілактики наркоманії, серед них:

- мозковий штурм;
- обговорення;
- ігри;
- кооперативне навчання;
- рольова гра та репетиція;

- громадський сервіс (робота);
- залучення учнів.

Мозковий штурм

Метою мозкового штурму є складання списку (заходів, елементів, варіантів тощо).
Цінність мозкового штурму полягає в наступному:

- активне залучення учнів як учасників;
- отримання вчителем інформації про те, що учні знають;
- отримання вчителем інформації про хибні припущення учнів;
- швидкий темп.

Часто мозковий штурм використовується разом з обговоренням або як частина рольової гри та репетиції.

При мозковому штурмі доцільно:

1. По можливості, розділити клас на невеликі групи.
2. Пояснити учням очікуваний результат.
3. Встановити обмежений часовий ресурс.
4. Пояснити (нагадати) правила мозкового штурму:
 - кожен повинен внести щонайменше одну ідею (пропозицію);
 - кожна ідея (пропозиція) заслуговує на повагу;
 - під час мозкового штурму тренер може попросити уточнити, але не може виключити запропоновану ідею чи критикувати.
5. Отримати звіт від кожної групи.
6. Вести записи коментарів учнів.
7. Якщо ви вважаєте, що певна ідея залишилась незазначеною – ставте прямі запитання, щоб отримати відповіді від учнів.
8. Якщо ніхто не пропонує бажаної ідеї, включіть її до списку після закінчення мозкового штурму.

При роботі з групою тренеру бажано не давати коментарі на пропозиції учнів, а лише долучати ідеї до списку, оскільки, навіть позитивний коментар може бути сприйнятий учнями як оцінювання та зашкодити творчому мисленню.

Обговорення

Одним з найбільш вживаних інтерактивних методів є обговорення, що відбувається в класі. У середньому, профілактичні програми приділяють обговоренню 40% часу.
Обговорення має наступні переваги:

- обговорення має потенціал захоплення та утримання уваги аудиторії;
- обговорення допускає висловлення думок таким чином, що вони матимуть сильний вплив на аудиторію;
- обговорення дозволяє висловлення різноманітних думок, які стимулюють учасників до мислення в більшій мірі ніж звичайний інструктаж;
- учні отримують задоволення від участі в обговоренні;
- учні з нетерпінням очікують на зустріч з учителем, котрий вміло організовує обговорення і дозволяє висловлювати учням їхні думки.

Загальні правила обговорення

Ставте відкриті запитання. Відкриті запитання часто розпочинаються словами «що, який/яка/яке/які, як, чому» (наприклад: чому деякі підлітки схильні до ризикованої поведінки?). По можливості, уникайте закритих запитань (наприклад: ви вважаєте, що вживати наркотики це круто?).

Надайте учням достатньо часу для формулювання відповіді. Не «тушуйте», якщо ніхто не відповідає. Вчіться почуватись комфортно з тишею. Формулювання відповіді може зайняти 20-30 секунд.

Не говоріть самі, в той час, як учні думають. Практикуйте ставити питання та чекати щонайменше 10 секунд на відповідь. За необхідності, переривайте паузу лише більш легким запитанням.

Максимально долучайте учасників до обговорення. Уникайте звернень лише до тих учасників, які піднімають руки або бажають відповідати. Ви можете використати такий метод, як визначення людини, яка відповідає за допомогою папірців з іменами, перемішаних в шапці. Саме ці учні мають дати повну відповідь. Лише після цього можна долучити інших. У випадках обговорення ключових моментів залучайте лідерів, які мають позитивний авторитет.

Ігри

Ігри можуть бути засобом розваги при організації обговорення та засвоєнні нових навичок. Вони дають можливість перетворити роботу в задоволення. Учні будуть очікувати на заняття з використанням гри.

Під час ігор часто використовується змагання, що робить їх захоплюючими. Разом з тим, фахівці, які прагнуть до атмосфери співробітництва серед учнів, уникають елементів змагання в навчальній аудиторії. Тому бажано, щоб ігри були організовані таким чином, щоб учні отримували більше балів за допомогу іншим в досягненні мети.

Варто приділити увагу тому, щоб ігри, які ви використовуєте, відповідали філософії та стилю, що ви сповідуєте в навчальному процесі.

Як використовувати ігри

Метою проведення гри в ході профілактичних програм є максимальне залучення учнів. Якщо ви бажаєте створити змагання, то розподіліть учасників на дві чи більше команди. Змагання виникне автоматично, навіть якщо результат повністю залежить від везіння. Якщо результат залежить від навичок, доцільно надати учням можливість тренування. Результат має бути справедливим, але варто створити умови для переможених - зберегти гідність.

Важливо під час організації та проведення гри пам'ятати про завдання, яке ви бажаєте виконати. Інколи ви можете призупинити гру і провести «розбір» ситуації аби переконатись, що учні засвоїли поставлене завдання.

Використання знайомої гри з новими елементами – це легкий шлях зробити гру більш цікавою. Подумайте над завданням в межах профілактичної програми, яке можна перетворити в гру.

Етапи організації та проведення гри:

- записати завдання;
- встановити правила гри;
- провести гру;
- підбити підсумки.

Кооперативне (групове) навчання

Метою кооперативного навчання є заохочення учасників до більш інтенсивного навчання через створення умов, коли учні можуть вчитись один в одного. Кожна особа має власні таланти та сильні сторони. Кооперативне навчання базується на командній роботі та співпраці через об'єднання учнів в невеликі групи і визначення завдань. Кожен учасник групи має зробити внесок на виконання поставленого завдання. Якість виконаної роботи визначається не на індивідуальному, а на командному рівні, що створює позитивну атмосферу та мотивацію.

Організація кооперативного навчання

Основним методом організації кооперативного навчання є формування невеликих груп, які мають виконати поставлене завдання. Групи повинні бути збалансованими, щоб кожна з них мала рівні активи (таланти). Також у кожній групі повинен бути лідер. Решта учасників може виконувати інші завдання в межах групи: проведення невеликих досліджень, фіксування та доповідь результатів перед класом.

Громадський сервіс (робота)

Громадський сервіс та навчання можуть допомогти сформувати позитивні норми та надати можливість практики персональних і соціальних навичок. Учні, виконуючи позитивну для суспільства роботу, діляться своїми цінностями та цілями, а також знаходять нових друзів.

Чому громадський сервіс є важливим для програм профілактики

Проекти з громадського сервісу – це шлях до активного залучення учнів. Це сприяє усвідомленню приналежності до громади. Громадський сервіс може дати учням визнання та оцінку з боку інших. Він розвиває відповідальність та інші якості, що не є характерними для споживачів наркотиків та прихильників інших видів ризикованої поведінки.

Громадський сервіс пропонує важливий шлях до формування позитивних груп однолітків, розвитку почуття приналежності до громади; заснування норм, які сприяють соціально-корисній поведінці та допомагають учням отримувати нові навички.

Роль дорослих лідерів

Вчитель чи інша доросла людина мають виконати роль лідера та забезпечити успішну реалізацію ініціативи. Якщо ви прагнете до формування лідерських якостей у ваших учнів, то все одно потрібно вести адміністративний супровід і контроль. Зверніть увагу на наступні поради:

- практикуйте «ти це можеш» підхід;
- намагайтесь передбачити види проектів, які можуть бути успішно реалізовані; перелік ймовірних проектів може бути складений учнями шляхом мозкового штурму;
- продумайте наперед організаційні особливості проекту; чи мають там бути менші групи, які також потребують лідерів; як буде складений перелік завдань, вестиметься координація та моніторинг; учні найкраще працюють в малих групах від 4 до 8 осіб;
- подумайте над необхідними ресурсами та як їх можна отримати.

Приклади проектів громадського сервісу

- прибирання вільної території для створення громадського саду;
- наставництво над молодшими дітьми в читанні чи математиці;
- організація виставки здоров'я для просвіти громади чи школярів стосовно питань здоров'я;
- організація виставки-змагання плакатів на тему протидії палінню, вживанню спиртного та інших наркотиків;
- створення в дозволених місцях графіті з позитивними посланнями на тему здоров'я, дружби та ін.;
- збір коштів для допомоги дітям з обмеженими можливостями.

Залучення учнів

Ефективність програм профілактики

Найкращий індикатор успішно проведених програм - наскільки цікавими вони були та яку максимальну кількість учнів залучали. Дослідження чітко говорять: ефективність програми профілактики залежить від кількості залучених учнів. Незалежно від того, чи намагаєтесь ви мотивувати учнів, чи навчати їх соціальним навичкам, а чи розвивати їхні особисті навички, вони мають бути долучені до всіх цих заходів.

Зробити програми більш інтерактивними

Деякі програми забезпечують вчителів матеріалами для інтерактивного навчання. Такі матеріали включають: групові завдання, ігри, рольові ігри та інші види заходів. Певні програми залучають учнів через запропоновані питання для обговорення. Це значно допомагає вчителю.

Потрібні педагогічні навички, щоб знати, як долучати учасників. Ваш успіх залежатиме від розуміння, відчуття програми та особистого досвіду. Інші люди можуть вам допомогти отримати досвід. До вашої уваги пропонуються певні поради:

- не стійте перед класом; спілкуйтесь з учнями, ви можете рухатись чи стояти в проходах аудиторії;
- не приділяйте занадто багато уваги посібнику під час заняття, краще попередньо ознайомтесь з програмою та її особливостями, і увага учнів вам забезпечена;
- не викликайте одних і тих же учнів; прагніть до максимального залучення класу тим чи іншим способом;
- не реагуйте надміру, якщо учень висловлює протилежне вашому судження, подивіться на цього учня і скажіть: «Дуже цікаво» та продовжуйте урок;
- переміщайте стільці, парти та учнів; інколи, все, що потрібно для залучення

підлітків – це зміна конфігурації в аудиторії;

- *зробіть використання інтерактивних методів вашою звичкою; якщо ви відчуваєте дискомфорт з дуже активною групою учнів,робіть менші та прості кроки до використання інтерактивних методів.*

Активність 4. Групові презентації методів інтерактивного навчання – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок групової роботи.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) - доцільно створити сім команд, відповідно до кількості розглянутих інтерактивних методів
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 5 хвилин підготувати презентацію (до 2-3 хвилин) по одному з інтерактивних методів - зробити акцент на використанні прикладів та залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	- тренери та учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	- тренери узагальнюють інформацію, кажучи, що інтерактивні методи є запорукою засвоєння учнями бажаного матеріалу, тому їх доцільно широко використовувати.

Активність 5. Інтерактивні методи та роль наставника – 10 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками значення інтерактивних методів;
 - розуміння ролі вчителя (наставника) в профілактиці.
-

Що робити:

Запитати учасників	<ul style="list-style-type: none">- тренери запитують, що таке інтерактивні методи навчання- які вони знають інтерактивні методи
Надати інформацію (з використанням РРР)	<ul style="list-style-type: none">- дослідники Тоблер (Tobler) та Страттон (Stratton) після аналізу 120 програм профілактики в 1997 році дійшли висновку, що програми є більш ефективними при використанні інтерактивних методів навчання. Для зміни поведінки чи світогляду особи вимагається інтерактивне спілкування в учнівських групах, щоб був виклик нормам та практика навичок- в той же час повчаючі презентації (навчальні методи) виявились неефективними, незважаючи на їхній зміст
Пояснити роль	<ul style="list-style-type: none">- тренери пояснюють роль вчителя в якості координатора та тренера- <i>як координатори, вчителі:</i><ul style="list-style-type: none">• направляють обговорення в класі• запитують бажану інформацію від учнів• підтримують в класі атмосферу, комфортну для участі всіх учнів- <i>як тренери, вчителі:</i><ul style="list-style-type: none">• інструктують учнів, як застосовувати нові навички• демонструють нові навички через рольову гру чи демонстрацію• пропонують учням ситуації для практики• роблять відгуки та підсилення інформації

Активність 6. Лідерство – 10 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками ролі лідерства;
 - здійснення учасниками вибору на користь лідерства.
-

Що робити:

Запитати учасників	- що вони знають про лідерство - в чому, на їхню думку, полягає різниця між лідером та боссом
Надати інформацію (з використанням РРР)	- тренери узагальнюють відповіді учасників та дякують їм - з використанням проектора надають наступну інформацію (див. нижче)

Босс керує учасниками групи. Лідер навчає їх.
Босс залежить від влади; лідер – від доброї волі.
Босс вселяє страх; лідер – ентузіазм.
Босс каже «я»; лідер каже «ми».
Босс ставить завдання; лідер визначає місце та роль.
Босс каже: «Будьте там вчасно»; лідер прибуває заздалегідь.
Босс знає, як потрібно робити; лідер – показує, як потрібно робити.
Босс перетворює роботу на жак; лідер – на гру.
Босс каже: «Вперед, до виконання»; лідер: «Давайте зробимо разом».

Активність 7. Опитування та підбиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
 - підбиття підсумків заняття.
-

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): <ul style="list-style-type: none">• що таке інтерактивні методи навчання• які є інтерактивні методи• особливості мозкового штурму• особливості проведення обговорення• особливості кооперативного навчання• інші визначення щодо теми заняття
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію та підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 4: Фактори ризику та захисту

Мета

- Учасники зрозуміють суть факторів ризику та захисту.
- Учасники отримають інформацію про фактори ризику та захисту відповідно до сфер життєдіяльності.
- Учасники використовуватимуть інформацію щодо факторів ризику і захисту при оцінці потреб та плануванні відповіді на виклики.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	10
2.	Вправа-розминка: гра «Передай хлопок»	5
3.	Фактори ризику та захисту і розподіл їх за сферами	20
4.	Групові презентації щодо факторів ризику та захисту	20
5.	Профілактика, що фокусується на факторах ризику	5
6.	Висновки досліджень факторів ризику та захисту	15
7.	Опитування та підбиття підсумків	15

Особливості заняття

Тренерам доцільно акцентувати увагу учасників на факторах ризику та захисту як основі профілактичної теорії.

Матеріальне забезпечення

- роздруковані завдання для групової роботи;
- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. *Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку – 10 хв.*

Завдання:

- створити приязну атмосферу в групі;
 - повторити та засвоїти попередній матеріал.
-

Що робити:

Привітати	- тренери вітають учасників - пропонують учасникам назвати власне ім'я та ситуацію, коли вони відчувають себе щасливими, наприклад: «Добрий день, мене звать Анастасія, я відчуваюсь щасливою, коли вдається реалізувати задумане»
Провести вправу	- тренерам доцільно цю вправу розпочати з себе - учасники виконують вправу
Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, прийняті на попередньому занятті - правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх, опитують учасників та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. *Вправа-розминка: гра «Передай хлопок» – 5 хв.*

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
 - згуртувати колектив.
-

Що робити:

Назвати активність	- тренери оголошують активність
Пояснити правила	- тренери доводять порядок та правила гри:
Провести гру	- проводиться гра - тренери дякують учасникам за участь та

Всі учасники стають в коло. Для пояснення вправи скажіть наступне: «Я повернусь обличчям до людини ліворуч від мене та подивлюсь їй в очі. В цей самий момент ми повинні зробити хлопок руками (покажіть). Після чого він чи вона повертається ліворуч та одночасно з тим хто стоїть ліворуч, робить хлопок. Таким чином, ми передамо хлопок-ритм по колу. Давайте, спробуємо зробити це зараз, та пам'ятайте, ви повинні дивитися в очі один одному та робити хлопок одночасно».

Виробляється певний ритм, і викладач може говорити «швидше» чи «повільніше» для того, щоб збільшити швидкість передачі хлопка по колу. Після того, як хлопок буде передано по колу, скажіть: «А тепер ми спробуємо передати хлопок ще швидше».

Починається передача хлопка по колу, від людини до людини. І нагадайте учасникам, що вони повинні продовжувати гру, навіть якщо вона припиняється на певний час, коли хтось пропускає хлопок. Після успішного завершення першого раунду передачі хлопків, починайте новий раунд. Коли група готова, додайте ще кілька хлопків, так щоб три чи чотири хлопки передавалися по колу. Часто це приводить до дуже веселого, активного хаосу в групі, сміху.

Коротко спитайте, чи сподобалася учасникам гра. Нагадайте, що ми – група, тому, намагаючись досягти певних результатів, певним чином, залежимо один від одного.

Активність 3. Фактори ризику та захисту і розподіл їх за сферами – 20 хв.

Завдання:

- розуміння факторів ризику;
- розуміння факторів захисту;
- усвідомлення спільності вказаних факторів для багатьох викликів.

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо факторів ризику та захисту (бажано з використанням презентації Power Point)
--------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Фактори ризику – це передумови для групи або особи чи певної території, що збільшують вірогідність вживання наркотичних речовин, ВІЛ-інфікування чи іншої проблеми.

Фактори захисту – це передумови, що створюють стійкість до ризику вживання наркотичних речовин та інших проблем, а також захищають від негативного впливу

існуючих ризиків.

Дослідження свідчать, що:

- чим більше молодь зазнає впливу факторів ризику, тим більша вірогідність вживання ними наркотичних речовин (Bry & Krinsley, 1990; Newcomb & Felix-Ortiz, 1992);
- фактори ризику включають такі біологічні, психологічні, поведінкові, соціальні та середовищні характеристики, як сімейна історія наркотичних речовин, депресія, антисоціальний розлад особистості або проживання в мікрорайонах, де наркотики толеруються громадою. Ризики, що зазнає дитина, можуть бути зменшені, а сама дитина – менш вразливою. (Hawkings, Catalano, & Miller, 1992);
- фактори захисту, такі як міцні сімейні зв'язки та можливості для успіхів в школі, допомагають охороняти дитину від вживання наркотичних речовин;
- наявність навіть значної кількості факторів ризику не обов'язково призводить до поведінкових проблем з причини наявності факторів захисту (Hawkings, Catalano, & Miller, 1992).

Фактори ризику та захисту існують на кожному рівні суспільного життя. Ми можемо їх розмежувати за основними сферами життєдіяльності.

Ключові фактори ризику та захисту за сферами:

Сфера життєдіяльності	Фактор захисту	Фактор ризику
<i>Особиста сфера</i>	<ul style="list-style-type: none"> • позитивні особисті риси, що включають соціальні навички та соціальну відповідальність, готовність до співпраці, емоційну стабільність, позитивну самооцінку, гнучкість, вміння вирішувати проблеми • приналежність до соціальних установ та сповідування соціальних цінностей, включаючи зв'язок з батьками та іншими членами родини; відданість школі, стійкий зв'язок з релігійними громадами та установами, віра в соціальні цінності • соціальна та емоційна компетенція, включаючи гарні комунікативні навички, відповідальність, 	<ul style="list-style-type: none"> • неадекватні життєві навички • брак самоконтролю, впевненості та навичок відмови одноліткам • низька самооцінка • недостатня впевненість в собі • емоційні та психологічні проблеми • прихильне ставлення до вживання наркотиків • відторгнення загальноприйнятих цінностей та релігій • шкільні невдачі • брак зв'язків зі школою

	<p><i>співчуття, турботу, почуття гумору, схильність до соціально-позитивної поведінки, навиків у вирішенні проблем, почуття незалежності, цілеспрямованість, самодисципліна</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>рання антисоціальна поведінка, така як скоєння крадіжок, схильність до обману і агресії (особливо у хлопців), що досить часто поєднується з надмірною скромністю або ж надмірною активністю</i>
Сімейна сфера	<ul style="list-style-type: none"> • <i>позитивні зв'язки з сім'єю</i> • <i>батьківська турбота, що включає душевне тепло та відсутність жорсткої критики, довіру, батьківський професіоналізм, послідовні очікування, участь дітей в прийнятті сімейних рішень та розподілі обов'язків</i> • <i>емоційно сприятливе сімейне оточення, включаючи батьківську увагу до інтересів дітей, впорядковані відносини між батьками та дітьми, батьківська участь у виконанні домашніх завдань та шкільних заходах</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>сімейні конфлікти та побутове насилля</i> • <i>неорганізованість сім'ї</i> • <i>брак сімейної єдності</i> • <i>соціальна ізоляція сім'ї</i> • <i>прихильне ставлення до вживання наркотиків</i> • <i>невизначені правила та покарання стосовно вживання наркотиків</i> • <i>недостатній контроль за дітьми</i> • <i>нереалістичні очікування щодо розвитку дітей</i>
Сфера однолітків	<ul style="list-style-type: none"> • <i>контакти з однолітками, які долучені до школи, активного дозвілля, громадської діяльності, релігійних та інших видів позитивної активності</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>контакти з однолітками, які схильні до девіантної поведінки та вживання наркотиків</i> • <i>контакти з однолітками, які саботують заходи, що організовані для молоді</i> • <i>перебування за межами контролю</i>
Сфера школи	<ul style="list-style-type: none"> • <i>турбота та підтримка, відчуття спільноти в класі та школі</i> • <i>високі очікування зі сторони персоналу школи</i> • <i>чіткі та стандартні</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>двозначна, нечітка або непослідовна політика стосовно вживання наркотиків та учнівської поведінки</i> • <i>байдуже ставлення персоналу та учнів до</i>

	<p><i>правила прийнятної поведінки</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • участь молоді в процесі управління та прийняття рішень у школі 	<p><i>вживання наркотиків</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • занадто сувора або вибіркова практика в шкільному управлінні • доступність наркотиків на території школи • недостатній зв'язок зі школою
<i>Сфера громади</i>	<ul style="list-style-type: none"> • турбота та підтримка • високі очікування щодо молоді • можливості для участі молоді в громадських проектах 	<ul style="list-style-type: none"> • неорганізована громада • брак зв'язків з громадою • брак гордості за культурну приналежність • обмаль компетенції щодо культури більшості • терпиме ставлення громади до вживання наркотиків • легкий доступ до наркотиків • недостатність заходів та можливостей для соціального залучення молоді
<i>Сфера суспільства (оточуюче середовище)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • розуміння природи ЗМІ (засобів масової інформації) • зменшена доступність наркотиків • збільшені через оподаткування ціни на легалізовані наркотики • підвищений вік дозволу на придбання та дозволеного вживання • більш суворе законодавство щодо керування транспортом під впливом наркотиків 	<ul style="list-style-type: none"> • Збідніння • безробіття та недостатня зайнятість • дискримінація • сприяюча наркотикам реклама та повідомлення в ЗМІ

Активність 4. *Групові презентації щодо факторів ризику та захисту – 20 хв.*

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок групової роботи.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) - доцільно створити шість команд відповідно до кількості розглянутих сфер
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 5 хвилин підготувати презентацію (до 2-3 хвилин) по одній зі сфер життєдіяльності - зробити акцент на використанні прикладів та залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	- тренери та учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	- тренери узагальнюють інформацію, кажучи, що теорія щодо факторів ризику та захисту є квінтесенцією профілактики, тому доцільно ці знання широко використовувати

Активність 5. *Профілактика, що фокусується на факторах ризику – 10 хв.*

Завдання:

- розуміння учасниками ролі факторів ризику;
 - бачення учасниками шляхів протидії ризикам.
-

Що робити:

Запитати учасників	<ul style="list-style-type: none">- тренери запитують що таке фактори ризику та захисту- яке місце ці фактори посідають у профілактиці
Надати інформацію	<ul style="list-style-type: none">- тренери надають інформацію про принципи профілактики, що фокусується на факторах ризику:<ul style="list-style-type: none">1) фокус на зменшенні відомих факторів ризику; знати, які фактори перебувають у центрі уваги профілактики та як програма може на них вплинути2) послаблюючи ризики, посилити фактори захисту3) впливати на ризики в певний період розвитку дитини4) звертати увагу на ряд факторів ризику5) співпрацювати з іншими людьми та організаціями в протидії ризикам6) у першу чергу, акцентувати зусилля на найбільш небезпечні ризики
Пояснити інформацію	<ul style="list-style-type: none">- тренери пояснюють вказані принципи профілактики- залучають учасників до обговорення принципів профілактики, що фокусується на факторах ризику

Активність 6. *Висновки досліджень факторів ризику та захисту* – 15 хв.

Завдання:

- знайомство учасників з ключовими висновками досліджень;
 - використання висновків у профілактиці.
-

Що робити:

Запитати учасників	- які висновки досліджень вони вже знають - у чому, на їх думку, полягає корисність подібних досліджень
Надати інформацію (з використанням РРР)	- тренери узагальнюють відповіді учасників та дякують їм; - з використанням проектора надають наступну інформацію (див. нижче)

У результаті досліджень з'являються нові дані щодо факторів ризику та захисту. Інколи вони суперечать загальноприйнятій суспільній уяві. Розглянемо ряд з них, відповідно до визначених сфер.

В особистій сфері:

- вірогідність вживання алкоголю та нелегальних наркотиків у курців в десять разів вища, ніж у тих, хто не палить тютюн;
- молодь шкільного віку, котра палить тютюн або експериментує - більш схильна до проблемної поведінки, ніж їхні однолітки, які не палять;
- молодим людям більш притаманно перейматись близькими наслідками вживання наркотиків, ніж тими, що настануть у далекій перспективі;
- тютюнопаління, вживання алкоголю та нелегальних наркотиків у підлітковому віці досить часто поєднується з проблемами зі сном;
- пошук сенсації, нового досвіду, ситуації ризику часто поєднується зі вживанням наркотиків;
- неконтрольовані емоції злості та агресії збільшують вірогідність девіантної поведінки молоді; проблемна поведінка, надмірне збудження та агресія можуть бути передвісниками вживання наркотиків;
- підлітки, які перебувають під найбільшим ризиком не лише системно вживають тютюн та спиртне, а й схильні до експериментів з іншими наркотиками; також існує висока вірогідність наявності у них проблем, пов'язаних з соціальним функціонуванням, кримінальною діяльністю, психологічним та фізичним здоров'ям, ВІЛ, залежністю від наркотиків;
- щодо ризику ВІЛ-інфікування - молоді жінки більш схильні ніж чоловіки до обміну шприцами та до сексуальних контактів в обмін на наркотики чи гроші, в тому числі з ВІЛ-позитивними партнерами та зі споживачами ін'єкційних наркотиків;
- симптоми депресії є типовими для підлітків, які вживають наркотики; особливо це характерно для хлопців, що вживають алкоголь та марихуану;
- вживання наркотиків асоціюється з незахищеними сексуальними контактами;
- молодь, яка не впевнена у власній сексуальній орієнтації наражається на додатковий ризик щодо вживання наркотиків;
- агресивна та зухвала поведінка в класі (особливо серед хлопців) є передвісником вживання наркотиків;
- релігійність – є фактором захисту щодо вживання наркотиків;
- у гендерному вимірі:
 - хлопцям-підліткам, які вживають наркотики, більш притаманна ніж дівчатам: менша сімейна підтримка та прогулювання шкільних занять;

- для дівчат більш типовими є: депресія, навмисне завдання шкоди власному тілу, схильність до суїцидів та рання сексуальна активність;

- підлітки, які мають особисті цінності, є менш схильними до вживання наркотиків, ніж ті, які цінують академічні досягнення вище від незалежності;
- соціальна компетенція, навика прийняття рішень, особиста самодостатність та розуміння соціальних переваг відмови від паління - важливі в попередженні вживання тютюну;
- молодь, яка схильна до бунтарства, схильна й до паління, це стосується як хлопців, так і дівчат;
- молодь, яка вживає наркотики, більш схильна до сексуально-ризикованої поведінки, ніж їх однолітки, що не вживають наркотики.

У сфері сім'ї:

- брак батьківських навичок щодо виховання дітей може бути передумовою для вживання наркотиків; якщо батьки володіють технікою організації дисципліни, що включає встановлення певних меж та послідовних нагород за позитивну поведінку, це зменшує ризик вживання наркотиків;
- в сім'ях, де батьки вживають наркотики, діти також перебувають під високим ризиком вживання; старші брати та сестри впливають на молодших ще більше ніж батьки;
- слабкі зв'язки між батьками та дітьми підвищують ризик вживання наркотиків;
- жінки, які вживають наркотики, більш вразливі жертви побутового насилля;
- батьківський нагляд за дітьми, контроль за їхнім дозвіллям та зв'язками захищає від вживання наркотиків;
- навчання батьків навичкам функціонування сім'ї та комунікації з дітьми сприяє утриманню дітей від вживання марихуани.

У шкільній сфері:

- низькі результати в навчанні, байдужість до навчального процесу - передумови прогулів занять та вживання наркотиків; на противагу цьому, гарні шкільні результати, залучення до шкільних активностей, спортивних заходів - зменшують ризик вживання наркотиків;
- прив'язаність до школи зменшує ризик вживання наркотиків та нахили до іншої проблемної поведінки;
- шкільні і сімейні конфлікти та особисті проблеми збільшують ризик проблемної поведінки;
- усвідомлення вчителями та учнями твердих і ясних правил поведінки в школі зменшує ризик проблемної поведінки;
- надмірний відрив від віку однокласників збільшує ризик вживання наркотиків.

У сфері однолітків:

- вживання наркотиків однолітками, які перебувають поруч, є найсильнішою ознакою ризику; разом з тим, молодь схильна перебільшувати факти вживання наркотиків однолітками;
- тиск з боку однолітків та прагнення до відповідності груповій поведінці - яскраві ознаки майбутньої ризикованої поведінки;
- системне залучення учнів до позакласних заходів зменшує ризик вживання

- наркотиків;
- зв'язок з однолітками девіантної поведінки можна розцінювати як сигнал ризику раннього вживання наркотиків;
- неприйняття зі сторони однолітків збільшує ризик шкільних проблем та скоєння правопорушень, що, у свою чергу, провокує вживання наркотиків;
- молодь, яка надміру зорієнтована на однолітків та піддається зовнішньому впливу і контролю, вразлива до вживання наркотиків та іншої протиправної поведінки;
- підлітки, які мають високий рівень соціальної підтримки, ймовірніше - утримуються від експериментів з наркотиками;
- залучення однолітків до програм профілактики є критичним для успіху цих програм;
- тиск зі сторони однолітків, попередні експерименти з цигарками та паління тютюну членами родини – асоціюються в молодіжному середовищі з тютюнопалінням.

У сфері громади:

- доступність тютюну, алкоголю та нелегальних наркотиків збільшує вірогідність залучення молоді до наркотиків;
- грошова винагорода зваблює підлітків до участі в громадських заходах проти паління, але не впливає на їхні бажання щодо цієї згубної звички;
- діти вулиці наражаються на підвищений ризик вживання наркотиків;
- економічні та соціальні проблеми в громаді значно підвищують вірогідність вживання наркотиків підлітками.

У сфері суспільства:

- здатність придбати алкоголь поєднується з його вживанням та проблемною поведінкою;
- аналіз політики, що стосується вживання алкоголю, свідчить, що найбільш ефективними методами зменшення вживання спиртного підлітками є:
 - підвищення податків та ціни на спиртні напої;
 - підвищення мінімального віку щодо вживання алкоголю;
 - політика нетерпимості спиртного;
- вірогідність вживання тютюну збільшується серед підлітків, які бажать палити цигарки заради власного іміджу; якщо подібна потреба відпадає, то відповідно зменшується і ініціація паління тютюну;
- громадські ініціативи проти наркотиків можуть допомогти викрити нелегальних торговців, зменшити гостроту проблеми наркотиків та злочинності;
- дані установ виконання покарань свідчать про негативний вплив певних телевізійних програм на вживання наркотиків; батькам доцільно обмежити кількість та слідкувати за якістю телепрограм, які дивляться діти, особливо тих програм, які рекламують вживання наркотиків;
- підвищення мінімального віку для придбання алкоголю зменшує вживання спиртного молоддю, а також зменшує кількість ДТП, що пов'язані зі вживанням алкоголю.

Активність 7. Опитування та підбиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): <ul style="list-style-type: none">• що таке фактори ризику• що таке фактори захисту за яким сферами можливо об'єднати фактори ризику та захисту• які ви знаєте принципи профілактики, що фокусуються на факторах ризику• інші визначення щодо теми заняття
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють, доповнюють наведену учасниками інформацію та підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують всім за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 5: Управління процесом навчання

Мета

- Учасники зрозуміють стилі засвоєння інформації.
- Учасники свідомо оберуть сприяючий стиль навчання на протиположний лекційному.
- Учасники отримають та використовуватимуть знання щодо управління процесом навчання.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	10
2.	Вправа-розминка: гра «Принцеса, лицар та дракон»	15
3.	Стилi засвоєння інформації	10
4.	Сприяючий та лекційний типи навчання. Спільне викладання	15
5.	Групові презентації щодо стилів засвоєння інформації та типів навчання	15

6.	Управління процесом навчання	15
7.	Опитування та підбиття підсумків	10

Особливості заняття

Тренерам доцільно акцентувати увагу учасників на подальшому використанні різних стилів передачі інформації, а також на методах контролю за дисципліною, при збереженні дружніх відносин з учнями.

Матеріальне забезпечення:

- роздруковані завдання для групової роботи;
- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку – 10 хв.

Завдання:

- створити приязну атмосферу в групі;
- повторити та засвоїти попередній матеріал.

Що робити:

Привітати	- тренери вітають учасників - пропонують учасникам назвати власне ім'я та висловити побажання групі на сьогоднішній день, наприклад: «Добрий день, мене звать Оля, я бажаю всім бути сьогодні щасливими»
Виконати вправу	- тренерам доцільно цю вправу розпочати з себе - учасники виконують вправу
Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, прийняті на попередньому занятті - правила записують на дошці чи фліп-чарті

Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку
---------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------

Активність 2. *Вправа-розминка: гра «Принцеса, лицар та дракон» – 15 хв.*

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
 - згуртувати колектив.
-

Що робити:

Назвати активність	- тренери оголошують активність
Пояснити правила	- тренери доводять порядок та правила гри
Провести гру	- проводиться гра - тренери дякують учасникам за участь та пропонують перейти до основної теми заняття

Всі учасники діляться на рівні дві або три групи. Одночасно грають дві команди, які шикуються у шеренги. Шеренги стоять на відстані 2-3 метри, спинами до суперників. Завдання: команди мають таємно від суперників обрати свій персонаж (принцесу, лицаря або дракона) та за сигналом від тренера (наприклад, на рахунок 1, 2, 3 – повернутись обличчям до суперників і показати обраний персонаж (принцесу – через реверанс, лицаря – через замах мечем, дракона – через агресивну позу). Виграє команда сильнішого персонажа (принцеса перемагає лицаря, лицар – дракона, дракон – принцесу). Після цього команда-переможець грає проти іншого суперника. Можна проводити по кілька «боїв».

Команда-переможець отримує приз – цукерки, аплодисменти, тощо.

Активність 3. *Стилї засвоєння інформації – 10 хв.*

Завдання:

- розуміння учасниками основних стилів засвоєння інформації;
 - розуміння необхідності використання аудіо, відео та кінетичних компонентів під час тренерської роботи.
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо стилів засвоєння інформації (бажано з використанням презентації Power Point)
--------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Існують три основних шляхи засвоєння інформації людиною:

- *візуальний (зоровий) - через очі та мозок;*
- *аудіо (слуховий) - через вуха;*
- *кінетичний (руховий) - через рухи.*

Для візуального сприйняття інформації використовуються:

- *графічні схеми, таблиці, зображення;*
- *демонстрації;*
- *відеофільми,;*
- *слайди;*
- *дошка та презентаційні блокноти.*

Для слухового сприйняття інформації використовуються:

- *чіткий та достатньо гучний голос;*
- *описові характеристики;*
- *статистика та факти;*
- *ентузіазм тренера в процесі викладання.*

Для кінетичного сприйняття інформації використовуються:

- *фізичні вправи;*
- *час для запитань;*
- *групова робота;*
- *залучення учасників.*

Шляхи засвоєння інформації:

- *візуальний – майже 30% людей;*
- *аудіо - майже 25% людей;*
- *кінетичний – майже 15% людей;*

Понад 30% людей мають змішаний тип сприйняття інформації. З віком шляхи засвоєння інформації змішуються більше ніж в молодості.

Яким чином тренер може ефективно передати інформацію учасникам:

- *примусити їх думати;*
- *зацікавити;*

- залучити;
- не мати при цьому критичних проблем з дисципліною.

Активність 4. *Сприяючий та лекційний типи навчання. Спільне викладання – 15 хв.*

Завдання:

- розуміння учасниками різних типів та методів викладання;
 - свідомий вибір на користь сприяючого типу навчання.
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо типів навчання(бажано з використанням презентації Power Point)
--------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Сприяння (фасилітація) чи інструктаж (лекційний тип)?

Інструктаж – передбачає отримання попередньо визначеної інформації для виконання вправи чи академічного завдання.

Сприяння (фасилітація) – передбачає отримання студентом попередньо визначеної інформації та навичок шляхом використання критичного мислення, щоб використовувати вказані інформацію та навички для власних ситуацій чи ідей.

Інструктаж:

- виконується вчителем (лідером);
- вчитель (лідер) направляє інформацію до попередньо визначених висновків.

Сприяння (фасилітація):

- заохочує учасників до мислення;
- супроводжує,направляє, але не веде;
- використовуються запитання для активації мислення.

Що слід, а що не слід робити під час спільного викладання

(відповідно до матеріалів посібника ООН «Тренінг тренерів за принципом рівний-рівному»)

- *Перш ніж ви прийдете на семінар, вирішіть зі своїм партнером, що кожен з вас робитиме. Вирішіть, хто що робить, та які часові рамки.*
- *Не спізнуйтеся. Приходьте вчасно. Приходьте раніше, щоб вирішити з вашим партнером, як ви б хотіли організувати класну кімнату.*

- Слідкуйте за своїм часом самі. Не просіть партнера слідкувати за часом та подавати вам сигнал, коли час скінчиться. Носіть годинник, перевіряйте, скільки часу у вас залишилося.
- Починайте вчасно та закінчуйте вчасно. Не перевищуйте часових рамок, узгоджених з учасниками чи з партнером, якщо у вас скінчився час, а ви не охопили все, що планували, спиніться там, де ви є, а наступного разу краще сплануйте час. Нагадайте, що учасники можуть завжди залишитися та поговорити з вами після закінчення семінару.
- Допомагайте вашому партнеру. Не перебивайте його і не ставте в скрутне становище. Чекайте, коли партнер надасть вам слово. Ви завжди можете поговорити з учасниками пізніше, дати їм правильну інформацію, ви можете додати те, що ви знаєте про предмет пізніше, коли прийде ваша черга.
- Запросіть партнера взяти слово, коли вам буде потрібна допомога. Не думайте, що він прийде вам на допомогу сам. Скажіть: «Ігор, у вас є що додати!» чи «Катя, ви знаєте відповідь на це запитання?»
- Сядьте осторонь, коли ваш партнер представляє презентацію. Не сидіть поряд з ним, та на місці, де він не зможе вас бачити, між вами має бути зоровий контакт.
- Акцентуйте увагу на тому, що говорить ваш партнер. Не виконуйте в цей час іншу роботу (не читайте газету та ін.). Якщо ви представляєте презентацію після партнера, намагайтесь посилатися на те, що він казав. Якщо ви звертатимете увагу на те, що говорив партнер, він також буде це робити.
- Доповнюйте вашого партнера. Не принижуйте його. Позитивне ставлення до партнера створить сприятливе середовище для учасників. **Стосунки між тренерами мають першочергове значення для процесу навчання групи.**

Активність 5. Групові презентації щодо стилів засвоєння інформації та типів навчання – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок групової роботи.
-

Що робити:

Створити групи	<ul style="list-style-type: none">- тренери створюють групи (команди)- доцільно створити три команди відповідно до кількості розглянутих підпитань
-----------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Дають завдання командам	<ul style="list-style-type: none"> - тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 5 хвилин підготувати презентацію (до 2-3 хвилин) по питанням: <ul style="list-style-type: none"> • стилі засвоєння інформації • типи навчання • особливості спільного викладання - зробити акцент на використанні прикладів та залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	<ul style="list-style-type: none"> - тренери та учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	<ul style="list-style-type: none"> - тренери узагальнюють інформацію, виказуючи радість, що учасники зробили свідомий вибір на користь сприяючого типу навчання та зрозуміли необхідність використання різних методів для донесення інформації до людей з різними стилями її засвоєння

Активність 6. Управління процесом навчання – 15 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками типів управління;
- оснащення учасників арсеналом корисних порад.

Що робити:

Запитати учасників:	<ul style="list-style-type: none"> - тренери запитують, що таке управління процесом навчання та які є типи управління - чому ми розглядаємо дане запитання
Надати інформацію	<ul style="list-style-type: none"> - тренери надають інформацію про управління процесом навчання (<i>див. нижче</i>)
Пояснити інформацію	<ul style="list-style-type: none"> - тренери пояснюють переваги та недоліки типів навчання - залучають учасників до обговорення філософії вчителя (<i>див. нижче</i>)

Управління процесом навчання

Існує два типи управління процесом навчання:

- **реактивний** – чекати, поки не настане проблема, а потім спробувати її вирішити;
- **проактивний** – превентивний, позитивний та практичний.

Реактивний тип управління:

- дослідження Гарвардського університету показали, що дитина чує «ні» у середньому 400 разів на добу;
- будьте обережні з припущеннями;
- намагайтесь реагувати не на зовнішні прояви поведінки, а на внутрішній світ дитини.

Проактивний тип управління:

- подумайте, що ви маєте зробити, щоб проблема не настала;
- найкраща форма управління – **бути підготовленим**;
- встановлюйте наперед правила та будьте послідовними; поцікавайтесь у вчителя (класного керівника) існуючими в класі правилами;
- уникайте протистояння;
- чітко поясніть, що в класі є неприпустимим;
- рухайтесь по класу в процесі викладання;
- залучайте класного керівника.

Складові успішного управління:

- планування;
- рух;
- бути поруч з дітьми;
- особиста дисципліна.

Вчитель може підсилити навчальний процес через позитивні очікування від учасників, а також завдяки:

- використанню імен;
- використанню слів ввічливості (будь ласка, прошу, дякую, ціную...);
- посмішці;
- любові.

Філософія вчителя

«Я зробив жахаючий висновок про свою вирішальну роль для атмосфери в класній кімнаті. Моє особисте ставлення створює клімат. Мій щоденний настрій «робить погоду». Як вчитель, я маю надзвичайну владу, щоб зробити життя дитини жалюгідним або радісним. Я можу бути зняряддям тортур або інструментом натхнення. Я можу принизити або пожартувати, завдати болю або зілвити. В будь-якій ситуації саме моя відповідь буде головною для вирішення чи загострення кризи, а також, чи буде дитина гуманізована або навпаки».

Активність 7. Опитування та підведення підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників) <ul style="list-style-type: none">• що таке реактивний тип управління• що таке проактивний тип управління• які є складові успішного управління• як вчитель може підсилити навчальний процес• чи поділяєте ви «Філософію вчителя»
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію та підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь у семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

2. Спеціальна частина (практика проведення профілактичної програми)

Заняття 6: Особливості проведення уроку «Альтернатива та вибір»

Мета

- Учасники отримають базову інформацію щодо програми «Вибір».
- Учасники зрозуміють особливості проведення першого уроку програми.
- Учасники усвідомлять важливість свідомого вибору.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: рольова гра «День народження»	5

3.	Програма «Вибір»	10
4.	Групові презентації-модельовання першого уроку програми «Вибір»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити розумінню учасниками мети та суті програми «Вибір», а також практичній реалізації знань, отриманих під час попередніх занять.

Матеріальне забезпечення:

- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
- налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.

Що робити:

Представити себе	<ul style="list-style-type: none"> - тренери вітають учасників та нагадують власні імена - пропонують учасникам назвати власне ім'я та одну з мрій на нинішній рік
Надати слово	<ul style="list-style-type: none"> - передають слово учасникам для виконання завдання - учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Яна. Моя мрія в цьому році - підтягнути англійську до розмовного рівня»

Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях - правила записують на дошці чи фліп-чарті.
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. *Вправа-розминка: рольова гра «День народження» – 5 хв.*

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
- згуртувати колектив.

Що робити:

Запропонувати учасникам	- тренери пропонують в якості розминки виконати цікаву та корисну вправу
Оголосити завдання	- учасники мають послідовно вишикуватись в одну шеренгу, залежно від числа та місяця народження: на правому фланзі розташовується людина, яка народилась найближче від 1 січня, а на лівому – до 31 грудня
Програти вправу	- учасники, з'ясовуючи дати народження, шикуються в шеренгу - тренери пропонують учасникам, починаючи з правого флангу, назвати день та місяць народження і таким чином перевіряють виконання завдання - тренери хвалять учасників та роблять акцент на позитивних моментах виконання вправи

Активність 3. *Програма «Вибір» – 10 хв.*

Завдання:

- пояснити мету програми;
- розкрити суть програми;
- розповісти історію виникнення програми.

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо мети, суті та історії профілактичної програми (бажано з використанням презентації Power Point)
--------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

«Вибір» - програма профілактики наркоманії, ВІЛ/СНІДу та злочинності серед підлітків.

Особлива мета програми полягає в попередженні вживання нелегальних та легалізованих наркотичних речовин, а також ризикованої поведінки, що може призвести до ВІЛ-інфікування чи скоєння правопорушення. В ширшому розумінні дана програма ставить за мету позитивний розвиток молоді, підсилення тих рис характеру, що допоможуть молодим людям бути успішними та самодостатніми на життєвому шляху, робити внесок в розвиток суспільства.

Програма «Вибір» розрахована на проведення профілактики серед підлітків (13-14 років). Серед потенційних тренерів програми вбачаються вчителі, психологи, соціальні працівники, учасники та інші зацікавлені у вищевказаній профілактиці представники суспільства.

Наукові дослідження стверджують, що старші брати та сестри підлітків мають на них навіть більший вплив ніж батьки. З цієї причини, за можливості, доцільно залучати до тренерської роботи саме учасників (курсантів), котрі були б позитивними рольовими моделями для підлітків, саме в якості люблячих старших «брата та сестри».

Одне з ключових завдань програми – підготувати підлітків (через навчання та формування навичок) до прийняття свідомого життєвого вибору у їхніх власних інтересах.

«Вибір» робить акцент на профілактиці одразу трьох викликів (суспільних проблем) – вживанні наркотичних речовин, ВІЛ/СНІДі, злочинності. Оскільки, згідно з висновками наукових досліджень, вказані виклики мають спільні фактори ризику, то й їх профілактика може бути спільною.

Історія створення програми «Вибір»

У 2001 році з'явилась на світ профілактична програма «Освіта проти наркотиків», яка по 2010 рік впроваджувалась в школах Чернігова. Програма включала шість уроків. Хоча вона й отримала позитивні відгуки від вчителів, шкільної адміністрації, учнів, втім, їй бракувало доказів дієвості та наукового підходу. Саме тому в 2010 році була створена програма науково обгрунтованої профілактики - «Вибір». Вона включила в себе як елементи програми «Освіта проти наркотиків», так і складові (ідеї, підходи, практики) з таких профілактичних програм, як «All Stars», «Keepin' It REAL» та «DARE».

У «Виборі» враховані рекомендації, які прийняті за результатами наукових досліджень, що проводились у Великобританії, Росії, США та Україні. В тому числі, це стосується обсягу та компонентів програми. Разом з тим, це лише початок організації системної первинної профілактики в школах Чернігова та області.

Активність 4. Групові презентації-моделювання першого уроку програми «Вибір» – 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей першого уроку програми «Вибір»;
 - отримання практичних навичок в проведенні уроку.
-

Що робити:

Створити групи	<ul style="list-style-type: none">- тренери створюють групи (команди)- доцільно створити три команди
Дають завдання командам	<ul style="list-style-type: none">- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин, опираючись на матеріал тренерського посібника «Вибір», підготувати презентацію-моделювання першого уроку програми і показати стислу модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом:<ul style="list-style-type: none">• перша група – на активності 1 та 2• друга група – на активності 3 та 4• третя група – на активності 5 та 6- зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	<ul style="list-style-type: none">- учасники представляють презентації- тренери роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	<ul style="list-style-type: none">- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що в реальних умовах буде дещо складніше проводити урок, оскільки дітям важко сприймати матеріал на сьомому уроці (як правило), тому слід максимально насичувати урок прикладами, жартами, ігровими елементами

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок критичного аналізу.
-

Що робити:

Запитати учасників	<ul style="list-style-type: none">- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій- які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів
Заслухати учасників	<ul style="list-style-type: none">- тренери запрошують кожного із учасників надати відгуки та побажання
Зробити підсумок	<ul style="list-style-type: none">- тренери висловлюють власні відгуки та побажання- тренери узагальнюють відгуки та побажання і дякують всім учасникам

Активність 6. Опитування та підбиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
 - підбиття підсумків заняття.
-

Що робити:

Опитати учасників	<ul style="list-style-type: none">- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників):<ul style="list-style-type: none">• що таке програма «Вибір»• чому програма має подібну назву• яка мета програми «Вибір»• яка вікова група є цільовою аудиторією програми• чому програма робить акцент на профілактиці одразу трьох викликів (вживання НР, ВІЛ/СНІДу, злочинність)• в чому полягає особливість першого уроку програми• інші питання щодо теми
Підбити підсумки:	<ul style="list-style-type: none">- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію та підбивають підсумки активності

Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару
-----------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------

Заняття 7: Особливості проведення уроку «Ризики»

Мета

- Учасники розумітимуть природу ризиків.
- Учасники розумітимуть особливості проведення уроку щодо ризиків.
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: рольова гра «Годинник»	5
3.	Ризики та наслідки	10
4.	Групові презентації-моделювання уроку «Ризики»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити розкриттю природи ризиків та їх ймовірних наслідків на долю людини.

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. *Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.*

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
 - налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.
-

Що робити:

Представити себе	<ul style="list-style-type: none">- тренери вітають учасників та нагадують власні імена- пропонують учасникам назвати власне ім'я та сказати чому вони вирішили стати тренерами профілактичної програми
Надати слово	<ul style="list-style-type: none">- передають слово учасникам для виконання завдання- учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Оля. Я хочу стати тренером, щоб допомагати людям уникнути великої біди»
Повторити правила	<ul style="list-style-type: none">- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях- правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	<ul style="list-style-type: none">- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. *Вправа-розминка: рольова гра «Годинник» – 5 хв.*

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
 - згуртувати колектив.
-

Що робити:

Запропонувати учасникам	- тренери пропонують, в якості розминки, виконати цікаву вправу
Оголосити завдання	- 12 учасників мають стати по колу; кожному з них присвоюється номер від 1 до 12. Тренер називає час, наприклад 17 годин 45 хвилин. Студент з номером «5», імітуючи годинну стрілку має плеснути в долоні. Студент, який має число «9», має після цього також плеснути в долоні та сказати «бом». Якщо необхідно, показати точний час (без хвилин, тоді лише один учасник плескає двічі та каже «бом»
Виконати вправу	- по команді тренера учасники виконують вправу - тренери хвалять учасників та роблять акцент злагодженості годинника. Саме так має сьогодні працювати група

Активність 3. Ризики та наслідки – 10 хв.

Завдання:

- пояснити суть ризиків та наслідків;
 - розкрити мету та зміст гри «Відгадай».
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо ризиків (бажано з використанням презентації Power Point)
---------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Ризик – це розрахунок на шанс, це – небезпека, невпевненість, азартна гра. Ризик криє в собі можливість невдачі, програшу, виходу ситуації з-під контролю. Вибір може містити в собі ризики.

Ризик може бути як дрібним, так і дуже серйозним. Поведінка чи вибір можуть бути ризикованими, якщо вони містять в собі потенційні негативні наслідки.

Проблема з усвідомленим ризикованим вибором полягає в тому, що ми не можемо повною мірою контролювати ситуацію та передбачити ймовірні наслідки. Ризикуючи - ми

втрачаємо контроль над власним життям.

Тренери пропонують учасникам навести приклади ситуацій з наявним ризиком. Тренер, допомагаючи учням, наводить приклади, на зразок: «Якщо людина йде по нічному парку або темним безлюдним місцем, то існує ризик стати жертвою пограбування».

Чому розуміння та передбачення ризиків може бути корисним? Здатність визначати ризики може допомогти уникнути небезпеки та негативних наслідків. Навести приклад: «Хтось може вважати, що спробувати наркотики є безпечним, але, насправді, існує суттєвий ризик».

Тренери пропонують учням обговорити ситуації, що містять в собі певні ризики:

- 1) який ризик, якщо ви відмовляєтесь робити те, що пропонують ваші друзі?*
- 2) який ризик в тому, що ви прогуляєте заняття?*
- 3) який ризик в тому, щоб запросити когось, хто вам подобається, на побачення?*

Тренери пояснюють учасникам мету гри «Відгадай»:

- *засвоєння учнями матеріалу щодо ризиків;*
- *усвідомлення учнями потенційного впливу ризиків на повсякденне життя;*
- *засвоєння через гру важливої інформації щодо наркотичних речовин.*

Активність 4. Групові презентації-моделювання уроку «Ризики» – 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «Ризики»;
 - отримання практичних навичок у проведенні уроку.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) - доцільно в командах мати по 2-3 учасника
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин підготувати презентацію-моделювання другого уроку програми і показати стисло модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом: <ul style="list-style-type: none">• перша група – на активності 1 та 2• друга група – на активності 3• третя група – на активності 4 та 5 - решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку

	- зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	- учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що тема ризиків насамперед стосується ризикованої поведінки, такої як вживання НР, але ми не кажемо про це прямо, а намагаємось в ігровій формі забезпечити учнів інформацією, на ґрунті якої вони зроблять свідомий вибір

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок критичного аналізу.
-

Що робити:

Запитати учасників	- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій - які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів
Заслухати учасників	- тренери запрошують кожного з учасників надати відгуки та побажання
Зробити підсумок	- тренери висловлюють власні відгуки та побажання - тренери узагальнюють відгуки і побажання учасників та дякують їм

Активність 6. Опитування та підбиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): <ul style="list-style-type: none"> • що таке ризику? • який зв'язок між ризиками та наслідками? • яка мета гри «Відгадай»? • які повідомлення ми прагнемо донести до учнів під час гри «Відгадай»? • інші питання щодо теми
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію і підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 8: Особливості проведення уроку «Що ми знаємо про наркотики»

Мета

- Учасники розумітимуть вплив наркотиків на людину.
- Учасники розумітимуть особливості проведення уроку.
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: гра «Колір волосся»	5
3.	Наркотичні речовини та людина	10
4.	Групові презентації-моделювання уроку «Що ми знаємо про наркотики»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити розкриттю природи наркотичних речовин та зробити акцент на тому, що залякування не є ефективним методом профілактики, натомість, слід примусити підлітків думати та приймати рішення у власних інтересах.

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
 - налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.
-

Що робити:

Представити себе	- тренери вітають учасників та нагадують власні імена - пропонують учасникам назвати власне ім'я та сказати про одну зі своїх мрій
Надати слово	- передають слово учасникам для виконання завдання - учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Таня. Я мрію про навчання в Великобританії».
Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях - правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. *Вправа-розминка: рольова гра «Колір волосся» – 5 хв.*

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
 - згуртувати колектив.
-

Що робити:

Запропонувати учасникам	<ul style="list-style-type: none">- тренери пропонують, в якості розминки, виконати цікаву вправу- колектив (учасники та тренери) має бути поділений на дві рівні групи
Оголосити завдання	<ul style="list-style-type: none">- за командою тренера групи мають вишикуватись в шеренги (обличчями до іншої шеренги); на правому фланзі має знаходитись учасник з найтемнішим волоссям, а на лівому – з найсвітлішим; кольоровий перехід має бути послідовним- якість виконання завдання перевіряють суперники- перемагає група, яка першою виконала завдання
Виконати вправу	<ul style="list-style-type: none">- за командою тренера учасники виконують вправу- тренери хвалять учасників та роблять акцент на тому, що різнобарвність світу є однією з його переваг

Активність 3. *Наркотичні речовини та людина – 10 хв.*

Завдання:

- пояснити природу наркотичних речовин;
 - пояснити фізіологічний та соціальний вплив наркотиків на людину;
 - пояснити, чому тютюн та алкоголь є легалізованими наркотиками.
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо наркотичних речовин (бажано з використанням презентації Power Point)
--------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Тренери роблять вступ до теми, акцентуючи увагу на тому, що навіть багато дорослих не в повній мірі розуміють природу наркотичних речовин та їхню небезпеку. Наркотичні речовини можуть бути легалізованими (повністю або частково дозволеними для використання) та нелегальними (здебільшого їх називають наркотиками). Причина легалізації НР – фінансовий, політичний та соціальний тиск зі сторони виробників та споживачів наркотичних речовин.

Дають визначення наркотиків «Наркотики – це нехарчові речовини, які при вживанні змінюють роботу головного мозку та викликають залежність».

Наголошують на тому, що за стандартами ВООЗ (Всесвітньої Організації Охорони Здоров'я) тютюн та алкоголь підпадають під категорію легалізованих наркотичних речовин.

Щоб уникнути небезпеки, пов'язаної з наркотиками, важливо знати, як вони можуть виглядати: цигарки, ін'єкційні рідини, пігулки, порошки, змащені рідинами папірці тощо.

Наркотики негативно впливають на людину, її оточення, суспільство загалом. Через вживання наркотиків і звикання до них розвивається наркоманія — захворювання, за якого психічний і фізичний стан людини, її самопочуття та настрої цілком залежать від наявності в організмі наркотику. За його відсутності розвивається синдром відміни (абстиненція) — дуже важкий стан, що супроводжується судомою, сильним болем у м'язах і внутрішніх органах.

Досить умовно НР розділяють на так звані легкі та важкі. В основі такого розділу — вплив різних НР на організм. Умовність такого поділу полягає в тому, що ніхто в конкретній ситуації не може сказати точно, важкими чи легкими будуть негативні наслідки вживання будь-якої НР для певної людини (багато залежить від особливостей організму, можливих реакцій тощо).

Наркотики особливо небезпечні тим, що навіть одноразове їх вживання може призвести до наркотичної залежності. У зв'язку з фізіологічними особливостями організму у підлітків дуже швидко розвивається наркотична залежність (значно швидше, ніж у дорослих). Відомі випадки, коли перші експерименти з наркотиками закінчувалися смертю.

Люди, які вживають наркотики, ризикують отримати ВІЛ-інфекцію, оскільки вірус передається через кров (під час використання одного шприца для ін'єкції кількома людьми). А наркотики призводять до втрати контролю над поведінкою,

адже вони сильно впливають на роботу головного мозку, нервову систему, та самоконтроль.

Під дією наркотиків нервові клітини просто згорають. Різко знижується захисна реакція організму. Багаторазове проколювання вен може призводити до утворення тромбів і рубців. Коли тромби відриваються й потрапляють до системи кровообігу, а відтак до серця та легенів, може настати смерть — тромб закриває доступ крові до життєво важливих органів. Бактерії, потрапляючи з нестерильної голки до системи кровообігу, циркулюють по всьому організму та відкладаються на серцевих клапанах, призводячи до серйозного захворювання — «бактеріального ендокардиту», для якого характерні такі симптоми, як жар, слабкість, серцева недостатність. Мікроби з нестерильної голки можуть призвести також до абсцесу мозку, симптоми якого: сильний жар і конвульсії. У цих випадках настає кома або смерть.

Вживання дурманних токсичних речовин (тобто легких речовин, що використовують у побутовій хімії, бензині тощо) може пригнічувати функції дихання (можлива навіть зупинка дихання), порушення серцевої діяльності, а часом — непритомність і навіть смерть.

Під час вживання наркотиків різко погіршується пам'ять, здатність до логічного мислення, засвоювання нової інформації, зосередження. Глибоко деформується особистість людини, розвиваються серйозні психічні захворювання. Процес деградації особистості дуже швидкий. У 30 - 40 років наркомани виглядають, почуваються і поводяться, як старі люди.

Чим небезпечні наркотики? Вони змінюють свідомість людини і руйнують її пам'ять, інтелект, пригнічують відчуття й емоції, також викликають сильну психологічну та фізичну залежність, їх вживання пов'язане зі смертельними наслідками. Крім того, вживання ін'єкційних наркотиків значно підвищує ризик ВІЛ-інфікування.

Як заохочують людей, щоб ті почали вживати наркотики? Які міфи найпоширеніші? Люди, які розповсюджують наркотики, діють, як справжні рекламні агенти і переконують своїх потенційних клієнтів у привабливості наркотиків:

- будеш довго танцювати, не відчуючи втоми;
- відчуєш «кайф», «подивишся мультики»;
- це вирішить твої проблеми, зменшить тривожність;
- вживання наркотиків — твоя власна справа;
- у житті все треба спробувати...

Але вони безсоромно обдурюють вас, а можливо, і себе! Тому що насправді:

- втому ти відчуєш вранці, коли не зможеш підвестися з ліжка, а почуватимешся, як побитий пес;
- так званий «кайф» відчують не з першого, а часто — навіть не з

другого разу, оскільки цьому стану початківця мають навчити «досвідчені» друзі. Але не встигне він «покайфувати», як виникає залежність, і наркотик уже потрібен лише для того, щоб нормально прокинутися і нічого не боліло;

- вживання наркотику не вирішує проблем, це просто дезертирство від справжнього життя, коли треба на свіжу голову мобілізувати себе та вирішити проблему без дурману;
- це лише здається, що вживання наркотиків — твоя особиста справа: важко собі уявити, скільки клопоту ти спричиниш рідним і друзям.

У житті є багато можливостей відчутти і побачити цікаве і нове, але для тих, хто спробував наркотики, на цьому всі відчуття і закінчуються.

Активність 4. Групові презентації-модельовання уроку «Що ми знаємо про наркотики» - 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «Що ми знаємо про наркотики»;
- отримання практичних навичок у проведенні уроку.

Що робити:

Створити групи	<ul style="list-style-type: none"> - тренери створюють групи (команди) - доцільно в командах мати по 2-3 учасника
Дають завдання командам	<ul style="list-style-type: none"> - тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин підготувати презентацію-модельовання третього уроку програми і показати стисло модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом: <ul style="list-style-type: none"> • перша група – на активності 1 та 2 • друга група – на активності 3 • третя група – на активності 4 та 5 - решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку - зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	<ul style="list-style-type: none"> - учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій

Узагальнити інформацію	<ul style="list-style-type: none">- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що наркотики є дуже складним викликом суспільству; серед основних стратегій протидії:<ul style="list-style-type: none">• контроль пропозиції наркотиків (через правоохоронні органи, законодавство)• лікування• профілактика- всі ці стратегії є важливими; профілактика - найбільш прагматична стратегія, оскільки вона є більш ефективною та менш затратною; разом з тим, профілактика має бути науково обґрунтованою
-------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок критичного аналізу.
-

Що робити:

Запитати учасників	<ul style="list-style-type: none">- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій- які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів
Заслухати учасників	<ul style="list-style-type: none">- тренери запрошують кожного зі учасників надати відгуки та побажання
Зробити підсумок	<ul style="list-style-type: none">- тренери висловлюють власні відгуки та побажання- тренери узагальнюють відгуки та побажання учасників та дякують їм

Активність 6. Опитування та підбиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): <ul style="list-style-type: none"> • що таке наркотики? • чому ряд наркотичних речовин є легалізованими? • яка позиція ВООЗ щодо тютюну та алкоголю? • яка НР є найбільш небезпечною для людства? • інші питання щодо теми
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію та підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь у семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 9: Особливості проведення уроку «Обережно - злочин»

Мета

- Учасники розумітимуть поняття злочину та його юридичні і соціальні наслідки.
- Учасники розумітимуть особливості проведення уроку.
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: гра «Міжнародне привітання»	5
3.	Поняття та види злочинів. Кримінальна відповідальність	10
4.	Групові презентації-моделювання уроку «Обережно - злочин»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити розкриттю наслідків злочину не лише для жертви, а й для суспільства та злочинця. Важливо застосовувати документальні або ймовірні приклади ситуацій необхідної оборони та крайньої необхідності.

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
 - налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.
-

Що робити:

Представити себе	<ul style="list-style-type: none">- тренери вітають учасників та нагадують власні імена- пропонують учасникам назвати власне ім'я та рису характеру, яку вони найбільше цінують в людях
Надати слово	<ul style="list-style-type: none">- передають слово учасникам для виконання завдання- учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Максим. Я найбільше ціную в людях почуття гумору».
Повторити правила	<ul style="list-style-type: none">- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях- правила записують на дошці чи фліп-чарті

Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку
---------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------

Активність 2. *Вправа-розминка: гра «Міжнародне привітання» – 5 хв.*

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
 - згуртувати колектив.
-

Що робити:

Запропонувати учасникам	- тренери пропонують, в якості розминки, виконати цікаву вправу
Оголосити завдання	- колектив (учасники та тренери) має стати по колу, обличчям до центру; учасники по одному виходять до центру кола та вітаються з присутніми; наступні учасники повинні не повторювати попередників та привітатись іншим чином
Виконати вправу	- за командою тренера учасники виконують вправу - тренери хвалять учасників та роблять акцент на тому, що при бажанні привітання, як і інші важливі повідомлення, можуть бути зрозумілі будь-якою мовою

Активність 3. *Поняття та види злочинів. Кримінальна відповідальність – 10 хв.*

Завдання:

- пояснити поняття злочину та його види;
 - пояснити юридичний та соціальний вплив злочинів на людину;
 - пояснити суть необхідної оборони та крайньої необхідності.
-

Що робити:

Назвати тему:	- тренери називають тему заняття; - надають інформацію щодо злочинів та кримінальної відповідальності (бажано з використанням презентації Power Point):
----------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Злочин - це протиправна дія або бездіяння, відповідальність за які передбачена кримінальним кодексом.

Які є види злочинів: крадіжка, грабіж, розбій, хуліганство, звалтування, нанесення тілесних ушкоджень, вбивство...

Які бувають покарання за скоєні злочини: штраф, громадські роботи, позбавлення волі...

Який вік кримінальної відповідальності: загальний - 16 років, за такі злочини як крадіжка, грабіж, розбій, звалтування, хуліганство, вбивство та ряд інших - з 14 років.

Пояснити учням:

Крайня необхідність - відповідно до ст. 39 Кримінального кодексу України це умисне заподіяння шкоди правоохоронюваним інтересам, якщо така шкода є більш значною, ніж відвернена шкода. Таким чином, крайня необхідність - це вимушене заподіяння шкоди правоохоронюваним інтересам з метою усунення загрожуючої небезпеки, якщо вона в даній обстановці не могла бути усунена іншими засобами і якщо заподіяна шкода є рівнозначною а менш значною, ніж шкода відвернена.

Необхідна оборона - відповідно до ст. 36 Кримінального кодексу України необхідною обороною визнаються дії, вчинені з метою захисту охоронюваних законом прав та інтересів особи, яка захищається, або іншої особи, а також суспільних інтересів та інтересів держави від суспільно небезпечного посягання шляхом заподіяння тому, хто посягає, шкоди, необхідної і достатньої в даній обстановці для негайного відвернення чи припинення посягання, якщо при цьому не було допущено перевищення меж необхідної оборони. Звідси випливає, що необхідна оборона - це правомірний захист правоохоронюваних інтересів особи, суспільства або держави від суспільно небезпечного посягання, викликаний необхідністю його негайного відвернення чи припинення шляхом заподіяння тому, хто посягає, шкоди, що відповідає небезпечності посягання і обстановці захисту.

Крайня необхідність та необхідна самооборона передбачені не лише Кримінальним кодексом України, а й Кодексом України про адміністративні порушення.

Навести приклади:

Приклади крайньої необхідності:

- Водій, щоб уникнути аварії порушує правила дорожнього руху;
- під час пожежі зносять будову, через яку може розповсюджуватись вогонь.

Приклади необхідної оборони:

- застосування насильства до нетверезого водія, який створює аварійну обстановку;
- застосування насильства до матері, яка відмовляється годувати свою новонароджену дитину.

Необхідною обороною можуть вважатись лише дії в момент загрози і, ні в якому разі, коли загроза минула, бо це буде розцінюватись як помста.

Активність 4. Групові презентації-моделювання уроку « Обережно - злочин» - 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «Обережно – злочин»;
 - отримання практичних навичок в проведенні уроку.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) - доцільно в командах мати по 2-3 учасника
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин підготувати презентацію-моделювання четвертого уроку програми і показати стисло модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом: <ul style="list-style-type: none">• перша група – на активності 1 та 2• друга група – на активності 3• третя група – на активності 4 та 5 - решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку - зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	- учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що злочин криє в собі загрозу не лише для жертви, але й для суспільства та самого злочинця; дуже важливо орієнтуватись в основних юридичних поняттях, що стосуються злочину

Активність 5. *Критичний аналіз презентацій* – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок критичного аналізу.
-

Що робити:

Запитати учасників	- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій - які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів
Заслухати учасників	- тренери запрошують кожного з учасників надати відгуки та побажання
Зробити підсумок	- тренери висловлюють власні відгуки та побажання - тренери узагальнюють відгуки та побажання учасників і дякують їм

Активність 6. *Опитування та підведення підсумків* – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
 - підбиття підсумків заняття.
-

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): <ul style="list-style-type: none">• що таке злочин?• які є види злочинів?• яким є вік кримінальної відповідальності?• що таке крайня необхідність?• що таке необхідна оборона?• інші питання щодо теми
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію і підбивають підсумки активності

Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь у семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару
-----------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------

Заняття 10: Особливості проведення уроку «ВІЛ/СНІД: виклик та подолання»

Мета

- Учасники розумітимуть природу та особливості ВІЛ/СНІДу.
- Учасники розумітимуть шляхи розповсюдження ВІЛ та профілактику ВІЛ-інфекції.
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: гра « Атоми - молекули»	5
3.	ВІЛ/СНІД та його особливості	10
4.	Групові презентації-модельювання уроку «ВІЛ/СНІД: виклик та подолання»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити безпечній поведінці та толерантному ставленню до ВІЛ-позитивних людей.

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;

- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
 - налаштувати учасників на практичну реалізації засвоєної теорії.
-

Що робити:

Представити себе	- тренери вітають учасників та нагадують власні імена - пропонують учасникам назвати власне ім'я та країну їхньої мрії
Надати слово	- передають слово учасникам для виконання завдання - учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Іра. Я найбільше хочу побувати в Австралії, бо це дивовижна країна»
Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях - правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. Вправа-розминка: гра «Атоми – молекули» – 5 хв.

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
 - згуртувати колектив.
-

Що робити:

Запропонувати учасникам	- у якості розминки тренери пропонують виконати цікаву вправу
Оголосити завдання	- колектив (учасники та тренери) має стати по колу, обличчям до центру; кожен учасник є «атомом»; за командою тренера атоми об'єднуються по-трьох, по-п'ятеро і т.д.; учасник, котрий не зміг вчасно доєднатись до молекули вибуває
Виконати вправу	- за командою тренера учасники виконують вправу - тренери хвалять учасників та роблять акцент на тому, що ця вправа була розрахована на уважність та комунікабельність

Активність 3. ВІЛ/СНІД та його особливості – 10 хв.

Завдання:

- пояснити що таке ВІЛ та СНІД;
 - пояснити шляхи передачі ВІЛ;
 - пояснити особливості запобігання інфікуванню;
 - розкрити значення толерантного ставлення до ЛЖВ.
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо особливостей ВІЛ/СНІДу (бажано з використанням презентації Power Point)
---------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Що таке СНІД та ВІЛ?

Синдром набутого імунного дефіциту - це комплекс симптомів, який свідчить про те, що людина інфікована вірусом, котрий руйнує імунну (захисну систему) тіла. СНІД спричиняється ВІЛ (вірусом імунodefіциту людини). ВІЛ атакує імунну систему, особливо клітини, які допомагають протидіяти інфекціям.

Які є шляхи передачі ВІЛ?

Наразі точно визначені три можливі шляхи передачі ВІЛ:

- *через кров - це відбувається, як правило, при повторному використанні без відповідної обробки інструментів для ін'єкцій (шприци, голки), інструментів для*

гоління, при татуажі, а також при переливанні неперевіреної донорської крові;

- статевий шлях - при незахищеному (без презерватива) статевому акті (оральному, вагінальному, анальному) з людиною, яка живе з ВІЛ;
- від матері, яка заражена ВІЛ - дитині під час вагітності, пологів та годуванні груддю.

Як уникнути зараження на ВІЛ/СНІД?

Для того, щоб уникнути зараження ВІЛ, необхідно:

- не користуватись загальними голками і шприцями для введення лікарських або наркотичних речовин;
- мати статеві контакти лише з одним постійним партнером, адже спостерігається пряма залежність ймовірності зараження від кількості сексуальних партнерів;
- при кожному статевому контакті використовувати презерватив;
- уникати потрапляння біологічних рідини інших людей (кров, статеві виділення) на вашу шкіру чи слизові оболонки.

Чи можливо вилікувати ВІЛ/СНІД?

Поки що - ні. Хоча, лікарі можуть подовжити стадію ВІЛ на десятки років за умови відповідної поведінки ЛЖВ (людей, які живуть з ВІЛ).

Чому важливо толерантно ставитись до ЛЖВ?

- 1) толерантність - ознака людяності та прояв людської гідності;
- 2) важливо забезпечити можливість для ЛЖВ повноцінного існування в суспільстві (працювати, навчатись, створювати сім'ю, та ін.) і служити суспільству.

Які основні правила безпечної поведінки в контексті ВІЛ/СНІДу?

- 1) не вживати наркотики;
- 2) не використовувати одноразові голки повторно;
- 3) не вступати в незахищені статеві контакти.

Активність 4. Групові презентації-моделювання уроку «ВІЛ/СНІД: виклик та подолання» - 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «ВІЛ/СНІД: виклик та подолання»;
 - отримання практичних навичок у проведенні уроку.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) доцільно в командах мати по 2-3 учасника
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин підготувати презентацію-модельовання п'ятого уроку програми і показати стислу модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом: <ul style="list-style-type: none"> • перша група – на активності 1 та 2 • друга група – на активності 3 • третя група – на активності 4 та 5 <p>- решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку</p> <p>- зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації</p>
Заслухати презентації	- учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що ВІЛ/СНІД – це серйозна загроза суспільству; ті країни, де існують високі стандарти дотримання прав людини, успішно долають цей виклик

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
- отримання навичок критичного аналізу.

Що робити:

Запитати учасників	- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій - які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів
Заслухати учасників	- тренери запрошують кожного з учасників надати

	відгуки та побажання
Зробити підсумок	- тренери висловлюють власні відгуки та побажання - тренери узагальнюють відгуки та побажання учасників і дякують їм

Активність 6. Опитування та підведення підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): <ul style="list-style-type: none"> • що таке ВІЛ? • що таке СНІД? • які шляхи передачі ВІЛ? • як запобігти ВІЛ-інфікуванню? • чому є важливим толерантне ставлення до ЛЖВ? інші питання щодо теми
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію і підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 11: Особливості проведення уроку «Поведінка в ситуаціях вибору»

Мета

- Учасники розумітимуть види поведінки в кризових ситуаціях.
- Учасники розумітимуть оптимальну поведінку в кризовій ситуації. □
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: гра «Побажання»	5
3.	Поведінка в кризовій ситуації	10
4.	Групові презентації-модельювання уроку «Поведінка в ситуаціях вибору»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити свідомому вибору учасників на користь оптимальної (впевненої) поведінки в кризовій ситуації (ситуації вибору).

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. *Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.*

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
 - налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.
-

Що робити:

Представити себе	- тренери вітають учасників та нагадують власні імена - пропонують учасникам назвати власне ім'я та мету участі у тренінгу
Надати слово	- передають слово учасникам для виконання завдання - учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Інна. Я беру участь у тренінгу, оскільки мрію стати кваліфікованим тренером з профілактики»
Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях - правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. Вправа-розминка: гра «Побажання» – 5 хв.

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
- згуртувати колектив.

Що робити:

Запропонувати учасникам	- тренери пропонують, в якості розминки, виконати цікаву вправу
Оголосити завдання	- колектив (учасники та тренери) має стати по колу, обличчям до центру; тренер по черзі потискає руку кожному і висловлює побажання (не більше 2-х слів: добра, здоров'я, щастя, гарних результатів, тощо); після цього всі учасники по-одному виконують ту ж процедуру, але з власними побажаннями колегам
Виконати вправу	- за командою тренера учасники виконують вправу

	- тренери хвалять учасників та роблять акцент на тому, що ця вправа була розрахована на створення позитивної атмосфери в групі
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Активність 3. Поведінка в кризовій ситуації – 10 хв.

Завдання:

- пояснити різновиди поведінки в ситуації вибору;
 - пояснити, чому впевнена поведінка є оптимальною в кризовій ситуації;
 - навчити техніці впевненої поведінки.
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо поведінки в кризовій ситуації (бажано з використанням презентації Power Point)
---------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Тренери пояснюють учасникам, що ситуація вибору (кризова ситуація) - це життєва ситуація, коли необхідно швидко приймати рішення, яке матиме значимі наслідки; також пояснюють, що підліткам буває важко сказати «ні» через:

- 1) тиск з боку рівні (однолітків);
- 2) бажання подобатись друзям та отримувати їхнє схвалення;
- 3) те, що інколи друзі просять нас про те, чого ми не хочемо робити або вважаємо неправильним.

У кризовій ситуації поведінка може бути пасивною, впевненою та агресивною.

Ознаки пасивної поведінки:

- знервованій, пригнічений вигляд;
- не казати іншим про свої права;
- робити те, що вимагають чи бажають інші;
- не реагувати на вчинки інших;
- уникнення контакту очима.

Ознаки агресивної (вимогливої) поведінки:

- зневага до прав оточуючих;
- пригнічення інших людей;
- ігнорування своїх обов'язків щодо оточуючих;
- говорити занадто голосно;
- висловлюватись саркастично, злитися;
- напружене тіло;
- нахилитись вперед;

- *пильно дивитись на інших;*
- *трясти кулаком чи тупати ногою*

Ознаки впевненої поведінки:

- *заявити про свої права;*
- *говорити ясно;*
- *висловлюватись впевнено та спокійно;*
- *поважати права оточуючих;*
- *не дозволяти іншим примушувати тебе робити те, чого ти не хочеш;*
- *триматись рівно;*
- *дивитись в очі;*
- *бути впевненим у собі.*

Техніка впевненої поведінки є знаряддям, яке щоденно допомагає нам впевнено спілкуватись. Існує чотири основних методи (інструмента), які можуть нам допомогти в ситуації, коли потрібно впевнено сказати «ні» (висловити незгоду):

- 1) **вербальні (словесні) знаки** (сигнали, вирази): сказати «ні», «не вийде», «дякую, ні»...;
- 2) **невербальні сигнали:**

- *похитати головою на знак «ні»;*
- *говорити голосніше, швидше та ясніше;*
- *по можливості, зробити голос глибшим;*
- *під час розмови дивитись прямо на співрозмовника;*

3) **підтвердження та продовження:** підтвердити, що розумієте співрозмовника та його пропозицію, але не змінювати поведінку, яка відповідає вашому рішення;

4) **повторення:** повторюйте «ні» знову і знову, якщо вам продовжують пропонувати.

Активність 4. Групові презентації-модельювання уроку «Поведінка в ситуаціях вибору» - 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «Поведінка в ситуаціях вибору»;
 - отримання практичних навичок у проведенні уроку.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) - доцільно в командах мати по 2-3 учасника
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин підготувати презентацію-модельювання шостого

	<p>уроку програми і показати стислу модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • перша група – на активності 1 та 2 □ • друга група – на активності 3 та 4 □ • третя група – на активності 5 та 6 <p>- решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку</p> <p>- зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації</p>
Заслухати презентації	<p>- учасники представляють презентації;</p> <p>- тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій</p>
Узагальнити інформацію	<p>- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що знання та навички, отримані дітьми під час даного уроку, стануть їм у пригоді в багатьох життєвих ситуаціях, тому важливо, щоб впевнена поведінка була саме їхнім прагматичним вибором</p>

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми; □
- отримання навичок критичного аналізу.

Що робити:

Запитати учасників	<p>- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій</p> <p>- які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів</p>
Заслухати учасників	<p>- тренери запрошують кожного з учасників надати відгуки та побажання</p>
Зробити підсумок	<p>- тренери висловлюють власні відгуки та побажання</p> <p>- тренери узагальнюють відгуки і побажання учасників та дякують їм</p>

Активність 6. Опитування та підбиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): - що таке кризова ситуація? <input type="checkbox"/> - які є види поведінки в кризовій ситуації? <input type="checkbox"/> - яка поведінка є оптимальною? <input type="checkbox"/> - які ознаки впевненої поведінки? <input type="checkbox"/> - які є методи сказати «ні»? <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> інші питання щодо теми
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію і підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 12: Особливості проведення уроку «Твоє майбутнє. Свідомий вибір»

Мета:

- Учасники розумітимуть життєві перспективи (мрії, орієнтири).
- Учасники розумітимуть потенційні перешкоди на шляху до мрій.
- Учасники розумітимуть зв'язок між сьогоdnішнім вибором та власним майбутнім.
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвилиnach
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: гра «Спільні та унікальні риси»	5
3.	Твоє майбутнє. Активи та пасиви на шляху до мрії	10

4.	Групові презентації-модельювання уроку «Твоє майбутнє. Свідомий вибір»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно зробити акцент на тому, що шлях до далеких мрій розпочинається вже сьогодні.

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
- налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.

Що робити:

Представити себе	- тренери вітають учасників та нагадують власні імена - пропонують учасникам назвати власне ім'я та три найбільші життєві цінності
Надати слово	- передають слово учасникам для виконання завдання - учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Артем. Я найбільше ціную свободу, любов та вірність»

Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила
	гри, ухвалені на попередніх заняттях - правила записують на дошці чи фліп- чарті
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. Вправа-розминка: гра «Спільні та унікальні риси» – 5 хв.

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
- згуртувати колектив.

Що робити:

Запропонувати учасникам	- тренери пропонують, в якості розминки, виконати цікаву вправу
Оголосити завдання	- колектив (учасники та тренери) має згуртуватись по три особи; потрібно протягом 3-х хвилин визначити від 1 до 3 спільних рис та по одній рисі, які є унікальними для кожного з учасників
Виконати вправу	- за командою тренера учасники виконують вправу - від кожної з трійок делегований представник називає риси, які є спільними для всіх та по одній унікальній рисі щодо кожного з учасників трійки, наприклад: «Привіт, нас звать Яна, Ілля та Інна. Ми всі любимо спілкування. Унікальним для Яни є те, що вона гарно малює, Ілля – вміє керувати трактором, а я, тобто Інна, пишу вірші - тренери хвалять учасників та роблять акцент на тому, що ця вправа була розрахована на створення позитивної атмосфери в групі

Активність 3. Твоє майбутнє. Активи та пасиви на шляху до мрії – 10 хв.

Завдання:

- пояснити зв'язок між мріями, сьогоденням та майбутнім;

- пояснити активи та пасиви на шляху до мрії; □
 - навчити передбачати наслідки нашого вибору для власного майбутнього.
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо нашого майбутнього, активів та пасивів на шляху до мрії (бажано з використанням презентації Power Point)
--------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

У вступному слові тренери наголошують, що наші мрії (цілі) є образом бажаного майбутнього. Але для того, щоб це майбутнє настало нам слід розуміти, що існують речі, цінності, риси характеру, які можуть бути нашими союзниками в досягненні зазначених цілей; але є й те, що може стати на заваді.

На власному прикладі тренери демонструють, що їм допомогло бути успішними, а також - що заважало або могло б завадити.

Приклади активів та пасивів:

1) активи

(плюси):

- здобуті знання;
- набуті навчальні та практичні навички;
- володіння іноземною мовою;
- добре здоров'я;
- гарні фізичні (спортивні) кондиції;
- батьківська підтримка;
- позитивна попередня біографія;
- тощо.

2) пасиви

(мінуси):

- зіпсована біографія (судимість, перебування на обліку в міліції тощо);
- зв'язок із наркотиками;
- зловживання алкоголем;
- слабке здоров'я;
- неналежна фізична форма;
- слабкі знання;
- відсутність бажаних навичок;
- тощо.

Активність 4. Групові презентації-моделювання уроку «Твоє майбутнє. Свідомий вибір» - 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «Твоє майбутнє. Свідомий вибір»; □
 - отримання практичних навичок у проведенні уроку.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) -доцільно в командах мати по 2-3 учасника.
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин підготувати презентацію- моделювання сьомого уроку програми і показати стислу модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом: <ul style="list-style-type: none"> • перша група – на активності 1 та 2 <input type="checkbox"/> • друга група – на активності 3 <input type="checkbox"/> • третя група – на активності 4 та 5 <input type="checkbox"/> - решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку - зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	- учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вданих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що знання та навички, отримані дітьми під час даного уроку, стануть їм у пригоді на шляху до здійснення мрій

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
- отримання навичок критичного аналізу.

Що робити:

Запитати учасників	- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій - які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів
Заслухати учасників	- тренери запрошують кожного з учасників надати відгуки та побажання

Зробити підсумок	- тренери висловлюють власні відгуки та побажання - тренери узагальнюють відгуки та побажання учасників і дякують всім учасникам
-------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Активність 6. Опитування та підбиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
 - підбиття підсумків заняття.
-

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників) - що таке мрія? <input type="checkbox"/> - як співвідносяться мрії з метою та цілями? <input type="checkbox"/> - що таке активи на шляху до мрії? <input type="checkbox"/> - які можуть бути пасиви (перешкоди) на шляху до мрії? <input type="checkbox"/> - інші питання щодо теми
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють і доповнюють наведену учасниками інформацію та підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь у семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 13: Особливості проведення уроку «Норми поведінки»

Мета

- Учасники розумітимуть поняття та сутність норм.
- Учасники усвідомлюватимуть, як норми інших людей можуть впливати на їхній власний вибір та долю.
- Учасники розумітимуть важливість прийняття рішень у власних інтересах.
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: гра «Повітря, земля, вода»	5
3.	Норми поведінки	10
4.	Групові презентації-модельовання уроку «Норми поведінки»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити розкриттю різновидів тиску з боку інших людей та навичкам протидії тиску.

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. *Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.*

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
- налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.

Що робити:

Представити себе	<ul style="list-style-type: none"> - тренери вітають учасників та нагадують власні імена - пропонують учасникам назвати власне ім'я та
------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	ключову (на їхній погляд) норму (правило поведінки) у суспільстві
Надати слово	<ul style="list-style-type: none"> - передають слово учасникам для виконання завдання - учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Євген. Я вважаю, що ключовим правилом поведінки в суспільстві чи групі людей є прояв поваги»
Повторити правила	<ul style="list-style-type: none"> - тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях - правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. Вправа-розминка: гра «Повітря, земля, вода» – 5 хв.

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу; □
- згуртувати колектив.

Що робити:

Запропонувати учасникам	- тренери пропонують в якості розминки, виконати цікаву гру
Оголосити завдання	<ul style="list-style-type: none"> - колектив (учасники та тренери) має стати по колу, обличчям до центру; - тренер кидає м'яч одному з учасників, кажучи одне зі слів: «повітря», «земля», або «вода»; - завдання того, хто отримав м'яч назвати, відповідно: птаха, тварину, або рибу
Виконати вправу	<ul style="list-style-type: none"> - за командою тренера учасники виконують вправу - тренер слідкує, щоб учасники не повторювали назви птахів, тварин та риб - тренери хвалять учасників та роблять акцент на тому, що ця вправа була розрахована на уважність та швидкість прийняття рішення

Активність 3. Норми поведінки – 10 хв.

Завдання:

- пояснити суть норм поведінки;
 - пояснити різновиди норм;
 - пояснити, що норми інших людей часто суперечать нашим особистим інтересам.
-

Що робити:

Назвати тему	<ul style="list-style-type: none">- тренери називають тему заняття- надають інформацію щодо норм поведінки (бажано з використанням презентації Power Point)
---------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Норма поведінки - це певна поведінка, яка схвалена суспільством або певною соціальною групою. Існують різновиди норм поведінки:

*1) **норми права** (це правила поведінки, що визначені законодавством (нормативно-правовими актами) і діють відповідно до діючої системи права; як правило, передбачається юридична відповідальність за їх порушення);*

*2) **норми моралі** (це правила поведінки, які встановлені та підтримуються суспільством та, які не регламентовані системою права, отже не передбачають юридичної відповідальності);*

*3) **норми релігії** (це правила поведінки, які встановлюються та контролюються релігійними громадами; за їх порушення може настати відповідальність, що передбачена звичаями та правилами вказаних громад).*

Юридична відповідальність

– це встановлена державою відповідальність за порушення норм права (законодавства).

Види юридичної відповідальності:

- кримінальна (приклад: позбавлення судом волі після скоєного пограбування);
- адміністративна (приклад: штраф за перевищення швидкості);
- матеріальна (приклад: кратна грошова компенсація за ненавмисне пошкодження або втрату державного майна);
- дисциплінарна (приклад: догана за запізнення на роботу).

Відповідальність неповнолітніх та їх законних представників за скоєні порушення (кримінальна – з 14 років, інші види відповідальності – з 16 років; батьки можуть нести адміністративну та матеріальну відповідальність за порушення, скоєні їх неповнолітніми дітьми).

Норми (правила поведінки) можуть бути суспільними (правові, моральні, релігійні) та особистими – тобто тими, що сповідають та реалізують в житті люди. Особисті норми можуть співпадати, тоді таким людям комфортно бути разом. Важливо усвідомлювати, коли саме вам нав'язують чи примушують до поведінки, яка шкодить вашому майбутньому. Може здаватись, що більшість людей вживають наркотичні речовини, а отже учні можуть помилково сприймати це за норму. Інколи однолітки можуть тиснути на них заради спільної групової поведінки, це стосується і вживання наркотиків. Факт полягає в тому, що більшість їхніх однолітків не вживає наркотичні речовини.

Тренери пояснюють, що підлітки мають зважати на думку рідних та близьких людей, коли приймають рішення. Учні мають відстоювати власний вибір та робити його в інтересах свого майбутнього.

Активність 4. Групові презентації-модельювання уроку «Норми поведінки» - 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «Норми поведінки»; □
- отримання практичних навичок у проведенні уроку.

Що робити:

Створити групи	<ul style="list-style-type: none">- тренери створюють групи (команди)- доцільно в командах мати по 2-3 учасника
Дають завдання командам	<ul style="list-style-type: none">- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин підготувати презентацію-модельювання восьмого уроку програми і показати стисло модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом:<ul style="list-style-type: none">• перша група – на активності 1 та 2 □• друга група – на активності 3 □• третя група – на активності 4 та 5- решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку- зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	<ul style="list-style-type: none">- учасники представляють презентації- тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	<ul style="list-style-type: none">- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що знання та навички, отримані дітьми під час даного уроку, стануть їм у

	пригоді при виборі особистих норм поведінки та критичній оцінці норм інших людей
--	----------------------------------------------------------------------------------

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
- отримання навичок критичного аналізу.

Що робити:

Запитати учасників	<ul style="list-style-type: none">- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій- які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів
Заслухати учасників	<ul style="list-style-type: none">- тренери запрошують кожного з учасників надати відгуки та побажання
Зробити підсумок	<ul style="list-style-type: none">- тренери висловлюють власні відгуки та побажання- тренери узагальнюють відгуки і побажання учасників та дякують їм

Активність 6. Опитування та підбиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	<ul style="list-style-type: none">- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників):- що таке норми поведінки? <input type="checkbox"/>- що таке норми права? <input type="checkbox"/>- що таке норми моралі? <input type="checkbox"/>- що таке норми релігії? <input type="checkbox"/>- інші питання щодо теми
Підбити підсумки	<ul style="list-style-type: none">- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію і підбивають підсумки

	активності
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 14: Особливості проведення уроку «Мої наміри та зобов'язання»

Мета

- Учасники розумітимуть сутність зобов'язань.
- Учасники розумітимуть значення зобов'язань у профілактиці.
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвиликах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа-розминка: гра «Мій девіз»	5
3.	Наміри та зобов'язання	10
4.	Групові презентації-модельювання уроку «Мої наміри та зобов'язання»	45
5.	Критичний аналіз презентацій	20
6.	Опитування та підбиття підсумків	5

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити розкриттю значення зобов'язань в житті людини, а також тому, що зобов'язання, які учні братимуть на себе, мають бути логічним продовженням матеріалу програми «Вибір».

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учні мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. *Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.*

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал; □
 - налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.
-

Що робити:

Представити себе	<ul style="list-style-type: none">- тренери вітають учасників та нагадують власні імена- пропонують учасникам назвати власне ім'я та ким вони можуть працювати, окрім професії, за якою навчаються
Надати слово	<ul style="list-style-type: none">- передають слово учасникам для виконання завдання- учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Марія. Я можу працювати кухарем, бо вмію смачно готувати»
Повторити правила	<ul style="list-style-type: none">- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях- правила записують на дошці чи фліп-чарті
Повторити матеріал	<ul style="list-style-type: none">- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. *Вправа-розминка: гра «Мій девіз» – 5 хв.*

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу; □
 - згуртувати колектив.
-

Що робити:

Запропонувати учасникам	<ul style="list-style-type: none">- тренери пропонують в якості розминки, виконати гру
--------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------

Оголосити завдання	- колектив (учасники та тренери) стає по колу, обличчям до центру; тренер кидає м'яч одному з учасників, пропонуючи назвати девіз, під яким має проводитись програма «Вибір»; після цього м'яч кидають іншому учаснику з аналогічним завданням
Виконати вправу	- за командою тренера учасники виконують вправу - тренер слідкує, щоб девізів не повторювався - тренери хвалять учасників та разом з колективом визначають найкращий девіз

Активність 3. Наміри та зобов'язання – 10 хв.

Завдання:

- пояснити суть намірів;
- пояснити суть зобов'язань;
- пояснити, як наші зобов'язання можуть впливати на нашу поведінку.

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо зобов'язань (бажано з використанням презентації Power Point) <i>Визначення щодо намірів та зобов'язань:</i>
Бажання	- прагнення отримати матеріальні чи нематеріальні цінності.
Намір	- усвідомлена мета, суть бажання або дії; задум.
Зобов'язання	- це публічно задекларований намір.

Намір є складовою зобов'язання; як правило, зобов'язання передбачають юридичну або ж моральну відповідальність.

Приклади намірів та зобов'язань: «Я хочу мати гарну роботу (бажання), тому буду добре вчитись (намір) і беру на себе зобов'язання вступити до коледжу та успішно його закінчити»; або ж: «Я хочу мати добре здоров'я та гарну сім'ю (бажання), тому буду

займатись спортом (намір) і беру на себе зобов'язання ніколи не вживати алкоголь і не палити».

Оскільки темою уроку передбачена відео - фіксація зобов'язань, то учасники мають пам'ятати, що робити це слід лише з дозволу учнів та їхніх батьків або адміністрації школи. Вся зафіксована інформація в аналогічному порядку має отримати схвалення щодо використання.

Закон України «Про інформацію»

Стаття 11.

Інформація про фізичну особу:

1. Не допускаються збирання, зберігання, використання та поширення **конфіденційної інформації про особу без її згоди**, крім випадків, визначених законом, і лише в інтересах національної безпеки, економічного добробуту та захисту прав людини. До конфіденційної інформації про фізичну особу належать, зокрема, дані про її національність, освіту, сімейний стан, релігійні переконання, стан здоров'я, а також адреса, дата і місце народження.

Стаття 21

Інформація з обмеженим доступом

2. **Конфіденційною є інформація** про фізичну особу, а також інформація, доступ до якої обмежено фізичною або юридичною особою, крім суб'єктів владних повноважень. Конфіденційна інформація може поширюватися за бажанням (згодою) відповідної особи у визначеному нею порядку відповідно до передбачених нею умов, а також в інших випадках, визначених законом.

Активність 4. Групові презентації-модельовання уроку «Мої наміри та зобов'язання» - 45 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «Мої наміри та зобов'язання»; □
 - отримання практичних навичок у проведенні уроку.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) - доцільно в командах мати по 2-3 учасника
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 15 хвилин підготувати презентацію-модельовання дев'ятого уроку програми і показати стисло модель уроку (тривалістю 10 хвилин) з акцентом: перша група – на активності 1 та 2 □

	<ul style="list-style-type: none"> • друга група – на активності 3 □ • третя група – на активності 4 та 5 <p>- решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку</p> <p>- зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації</p>
Заслухати презентації	<p>- учасники представляють презентації</p> <p>- тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій</p>
Узагальнити інформацію	<p>- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що знання та навички, отримані дітьми під час даного уроку, стануть їм у пригоді при визначення та реалізації життєвих цілей</p>

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 20 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми; □
- отримання навичок критичного аналізу.

Що робити:

Запитати учасників	<p>- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій</p> <p>- які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів</p>
Заслухати учасників	<p>- тренери запрошують кожного з учасників надати відгуки та побажання</p>
Зробити підсумок	<p>- тренери висловлюють власні відгуки та побажання</p> <p>- тренери узагальнюють відгуки та побажання учасників і дякують їм</p>

Активність 6. Опитування та пібиття підсумків – 15 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
- підбиття підсумків заняття.

Що робити:

Опитати учасників	<ul style="list-style-type: none"> - тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): - що таке намір? <input type="checkbox"/> - що таке зобов'язання? <input type="checkbox"/> - яка різниця між наміром та зобов'язанням? <input type="checkbox"/> - які приклади зобов'язань вони можуть надати? <input type="checkbox"/> - інші питання щодо теми
Підбити підсумки	<ul style="list-style-type: none"> - тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками інформацію і підбивають підсумки активності
Подякувати учасникам	<ul style="list-style-type: none"> - тренери дякують учасникам за участь в семінарі - оголошують тему та дату наступного заняття семінару

Заняття 15: Особливості проведення уроку «Святкування»

Мета

- Учасники розумітимуть процес організації уроку.
- Учасники розумітимуть значення публічного звершення програми.
- Учасники застосовуватимуть отримані навички в тренерській роботі.

Структура уроку (90 хв.)

№	Назва активності	Час у хвилинах
1.	Привітання. Повтор матеріалу попереднього уроку	5
2.	Вправа - гра «Суд над наркотиком»	30
3.	Організація завершального уроку	10
4.	Групові презентації-моделювання уроку «Святкування»	25
5.	Критичний аналіз вправи та презентацій	10
6.	Опитування та підбиття підсумків	10

Особливості заняття

Тренерам доцільно особливу увагу приділити розкриттю важливості завершального уроку для учнів та їх розумінню взятих публічних зобов'язань.

Матеріальне забезпечення:

- мультимедійний проектор;
- дошка та крейда;
- ватман та маркери;
- фотоапарат (використовувати з дозволу учасників);
- блокноти або зошити для учасників;
- тренерський посібник «Вибір»;
- дрібні призи для учасників.

Підготовка до уроку:

- підготувати аудиторію для заохочення інтерактивного спілкування; за можливості учасники мають розміщуватись по колу, аби бачити один одного;
- переглянути план та мету уроку.

Активність 1. Привітання. Повтор матеріалу попереднього заняття – 5 хв.

Завдання:

- повторити та засвоїти попередній матеріал;
 - налаштувати учасників на практичну реалізацію засвоєної теорії.
-

Що робити:

Представити себе	- тренери вітають учасників та нагадують власні імена - пропонують учасникам назвати власне ім'я та захоплення (хобі) існуюче або ж бажане
Надати слово	- передають слово учасникам для виконання завдання - учасники виконують завдання на зразок: «Привіт, я Катрін. Я захоплююсь художньою гімнастикою. Мрію вивчити англійську та побачити світ»
Повторити правила	- тренери пропонують учасникам назвати правила гри, ухвалені на попередніх заняттях - правила записують на дошці чи фліп-чарті.
Повторити матеріал	- тренери, залучаючи всіх учасників, опитують їх та повторюють матеріал попереднього уроку

Активність 2. Вправа-розминка: гра «Суд над наркотиком» – 30 хв.

Завдання:

- підготувати учасників до вивчення нового матеріалу;
- продемонструвати приклад донесення до дітей важливої інформації в ігровій формі.

Що робити:

Запропонувати учасникам	- у якості розминки тренери пропонують виконати цікаву вправу-гру
Оголосити завдання	<ul style="list-style-type: none">- колектив має бути розділений на три групи та підсудного:<ul style="list-style-type: none">• судді (3 учасника)• прокурори• адвокати (кількість адвокатів має дорівнювати кількості прокурорів)• підсудний наркотик (цю роль бажано виконувати одному з тренерів)- прокурори (після короткої підготовки в 1-2 хвилини) обирають наркотик (це може бути тютюн, алкоголь чи інший наркотик) та висовують йому обвинувачення перед судом та адвокатами- сторони протягом 5-7 хвилин готують аргументи «за» та «проти» обвинувачення- прокурори виголошують аргументи на користь обвинувачення підсудного наркотику- адвокати надають аргументи на захист підсудного- суд заслуховує підсудного наркотику, у процесі чого адвокати та прокурори можуть ставити питання підсудному- підсудному надається останнє слово- суд виносить вирок по справі
Виконати вправу	<ul style="list-style-type: none">- за командою тренера учасники виконують вправу- тренер слідкує, щоб учасники дотримувались правил гри- тренери підсумовують результати гри

Активність 3. Організація завершального уроку – 10 хв.

Завдання:

- пояснити особливості демонстрації фільму;
 - пояснити порядок вручення дипломів про завершення програми «Вибір»;
 - пояснити важливість присутності представників адміністрації школи та батьківського комітету .
-

Що робити:

Назвати тему	- тренери називають тему заняття - надають інформацію щодо значення та особливостей проведення останнього уроку програми
--------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Аудиторія (класна кімната) в якій проводиться урок «Святкування» має відповідати темі святкування. Важливо подбати також про належного рівня оснащення (екран, проектор, стільці для гостей).

При перегляді фільму тренерам доцільно бути серед учнів і не допустити глузування чи інших дій, які можуть завдати шкоди присутнім.

Після завершення демонстрації фільму тренери мають зробити акцент, що взяті зобов'язання – це лише перша, але дуже важлива сходинка до життєвих успіхів. Вона вказує на потенціал та можливості для подальшого сходження на особистий «Еверест».

Доцільно, щоб дипломи вручав директор школи або представник шкільної адміністрації.

Після завершення процедури вручення дипломів доцільно зробити колективний пам'ятний знімок (за згоди учнів та представника шкільної адміністрації).

Вітаючи учнів, тренери мають сказати, що вони знають у чийх інтересах варто робити життєвий вибір – в інтересах власного майбутнього.

Активність 4. Групові презентації-модельювання уроку «Святкування» - 25 хв.

Завдання:

- розуміння учасниками особливостей уроку «Святкування»;
 - отримання практичних навичок в проведенні уроку.
-

Що робити:

Створити групи	- тренери створюють групи (команди) - доцільно в командах мати по 2-3 учасника
Дають завдання командам	- тренери роздають групам роздруковані завдання та пропонують їм протягом 10 хвилин підготувати презентацію-моделювання десятого уроку програми і показати стисло модель уроку (тривалістю 5 хвилин) з акцентом: • перша група – на активності 1 та 2 • друга група – на активності 3 • третя група – на активності 4 та 5 - решта груп слідкує за виконанням і готова запропонувати альтернативне виконання епізоду чи всього уроку - зробити наголос на залученні всіх учасників команди до презентації
Заслухати презентації	- учасники представляють презентації - тренери хвалять виконавців та роблять акцент на вдалих частинах презентацій
Узагальнити інформацію	- тренери узагальнюють інформацію, наголошуючи, що урок «Святкування» має бути важливою подією в житті дітей

Активність 5. Критичний аналіз презентацій – 10 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками матеріалу теми;
 - отримання навичок критичного аналізу.
-

Що робити:

Запитати учасників	- які позитивні моменти вони побачили під час презентацій - які побажання вони можуть надати колегам щодо вдосконалення навчання учнів
---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Заслухати учасників	- тренери запрошують кожного з учасників надати відгуки та побажання
Зробити підсумок	- тренери висловлюють власні відгуки та побажання - тренери узагальнюють відгуки та побажання учасників і дякують їм

Активність 6. Опитування та підбиття підсумків – 10 хв.

Завдання:

- засвоєння учасниками пройденого матеріалу;
 - підбиття підсумків заняття.
-

Що робити:

Опитати учасників	- тренери запитують (з забезпеченням участі всіх учасників): <ul style="list-style-type: none">• які є особливості уроку «Святкування»?• як краще організувати перегляд відеофільму?• як організувати вручення дипломів?• інші питання щодо теми
Провести анкетування	- учасники заповнюють анкету №3
Підбити підсумки	- тренери узагальнюють та доповнюють наведену учасниками під час опитування інформацію і підбивають підсумки активності, заняття та семінару
Подякувати учасникам	- тренери дякують учасникам за участь у семінарі

3. Додатки

3.1. Анкета №1

Оцінка мотивації та очікувань учасників
(заповнюється на початку Заняття 1)

1. Вкажіть, будь ласка, Ваше прізвище та ім'я _____

2. Ваш рід занять та приналежність _____

3. Ваш освітній рівень _____

4. Чому Ви вирішили стати тренером з профілактики _____

5. Як Ви ставитесь до волонтерства:

- позитивно
- байдуже
- негативно

6. Ваші очікування від семінару _____

3.2. Анкета №2

Оцінка знань з теорії профілактики
(заповнюється в кінці Заняття 5)

1. Основні стратегії протидії наркотичним речовинам в суспільстві:

2. Мета профілактики вживання наркотичних речовин:

3. Назвіть кілька дієвих методів профілактики:

4. Які Ви знаєте інтерактивні методи навчання:

5. Що Ви знаєте про фактори ризику та захисту:

6. Які є стилі (шляхи) засвоєння інформації:

7. Складові ефективної передачі інформації від тренера учням:

8. Засоби підсилення навчального процесу:

9. Складові успішного управління дисципліною в класі:

3.3. Анкета №3
Визначення ефективності проведеного семінару
(заповнюється в кінці Заняття 15)

Оцініть, будь ласка, обсяг інформації отриманий під час семінару:

- дуже малий;
- малий;
- середній;
- великий;
- дуже великий.

Оцініть, будь ласка, новизну інформації, отриманої під час семінару:

- дуже мала;
- мала;
- середня;
- велика;
- дуже велика.

Оцініть, будь ласка корисність інформації отриманої під час семінару:

- дуже низька;
- низька;
- середня;
- висока;
- дуже висока.

Оцініть, будь ласка, рівень організації навчання:

- дуже низький;
- низький;
- середній;
- високий;
- дуже високий.

Оцініть, будь ласка, рівень задоволення від семінару:

- дуже низький;
- низький;
- середній;
- високий;
- дуже високий.

6. Напишіть, будь ласка, Вашу думку, пропозиції та коментарі щодо подібних занять

Дякуємо за Вашу увагу!

Література

1. **Лещук Н.О., Сивоградова З.А., Савич Ж.В.** Вирішувати нам – відповідати нам: Навч.-метод. посіб. – К.: Наш час, 2007. – 270 с.
2. **Міжвідомча група ООН з питань охорони здоров'я, розвитку та захисту молоді в Європі та Центральній Азії.** Тренінг тренерів за принципом рівний-рівному, 2003. – 160 с.
3. **Герман Е.В., Лапшина В.А., Чуприна Е.В. и др.** Шаг за шагом. тренинговый модуль по подготовке волонтеров из числа осужденных: Методическое пособие. К.: Международный Альянс по ВИЧ/СПИДу в Украине, 2011. – 224 с.
4. **Грецов А.Г.** Тренинг общения для подростков. – СПб.: Питер, 2009.–160 с.
5. **Гурвич И.Н., Русакова М.М., Левина О.С., и др.** Планирование, осуществление и оценка эффективности программ профилактики ВИЧ-инфицирования среди учащихся учреждений системы начального и среднего профессионального образования: Научно-методическое пособие – СП.: А-принт, 2008. – 178 с.
6. **Емельянова Е.В.** Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. – СПб.: Речь, 2008. – 336 с.
7. **Леванова Е.А., Волошина А.Г., Плешаков В.А., Соболева А.Н., Телегина Н.О.** Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. 2-е изд.- СПб: Питер, 2009.- 208 с.
8. **Пузиков В.Г.** Технология ведения тренинга. – СПб.: Издательство «Речь», 2010. – 224 с.
9. **Скрипюк И.И.** 111 баек для тренеров: истории, анекдоты, мифы, Сказки. – СПб.: Питер, 2011. – 176 с.
10. **Смид Р.** Групповая работа с детьми и подростками / Пер. с англ.; - М.: Генезис, 1999–272с.
11. **Hawkins, J.D. and Catalano, R.F.** *Community that Care: Action for Drug Abuse Prevention.* San Francisco, CA: Jossey-Bass, 1992
12. **Atkinson, A.J.** *Planning for Results.* Richmond, VA: Greystone Publishers, 2003
13. **Robertson, E.B., David, S.L. and Rao, S.A.** *Preventing Drug Use among Children and Adolescents.* National Institute on Drug Abuse, USA, 2003
14. **Dusenbury, L. and Hansen, W.B.** *Prevention ABC: best practices for high quality educators.* www.preventionabcs.com
15. **Substance Abuse & Mental Health Services Administration.** *The Strategic Prevention Framework.* www.samhsa.gov
16. **World Health Organization.** Primary Prevention of Substance Abuse. A Facilitator Guide, 2000
17. **World Health Organization.** Primary Prevention of Substance Abuse. A Workbook for Project Operators, 2000

