Тренинговое занятие «Живи и дай жить другим»

Цель занятия:

- профилактика распространения ВИЧ\СПИД в образовательной среде.

Задачи:

1. Предоставить краткую научно-обоснованную информацию о ВИЧ/СПИДе,
2. Создать дружескую, психологически комфортную обстановку в группе;
3. Способствовать формированию навыка оценивать свои модели поведения;
4. Способствовать формированию навыков ответственного поведения в отношении собственного здоровья.

Материально-техническое оснащение:

плакат с содержанием правил проведения, банковские резинки, карточки для игры «Жизнь с болезнью», карточки на каждого обучающегося для ролевого моделирования «Как заражаются ВИЧ» (на трех карточках написана маленькая буква «п», на одной карточке крестик, на трех карточках написано: «Не участвуй в игре. Ни с кем не разговаривай. Не подписывай ничьих карточек и не давай другим подписывать твою карточку»)

Структура мероприятия:

I. Организационная часть

Вступительное слово

Разминка-знакомство «Снежный ком»

Игра «Эхо»

II. Основная часть.

Игра с банковскими резинками

Игра «Жизнь с болезнью»

Ролевое моделирование «Как заражаются ВИЧ»

Групповая дискуссия.

III. Заключительная часть.

Подведение итогов (рефлексия).

Ход занятия:

Вступительная речь: добрый день, дорогие ребята, мы сегодня собрались, чтобы обсудить проблему ВИЧ/СПИДа. Я надеюсь, что в результате этого занятия вы получите новую и полезную информацию, научитесь оценивать свои модели поведения, станете более внимательными по отношению к себе и окружающим.

Вопросы участникам: Что такое ВИЧ? Что такое СПИД? Выслушиваются ответы детей.

Слова психолога: Инфекция, вызываемая вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ) – ВИЧ-инфекция, в финале которой развивается смертельный синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) является одним из инфекционных заболеваний человека. Главная особенность ВИЧ-инфекции, определяющая ее социальное значение, - высокий уровень смертности инфицированных без лечения в среднем через 10-11 лет после заражения.

ВИЧ-инфицированный человек в течение многих лет остается источником инфекции (чаще всего нераспознанным) и только потом заболевает и погибает от СПИДа. Распространение ВИЧ/СПИДа: В настоящее время у эпидемии ВИЧ в России определились свои особенности. Во-первых, подавляющее большинство ВИЧ-инфицированных - это молодежь. Во-вторых, половой путь распространения инфекции приобретает все большее значение.

По прогнозам специалистов, в ближайшие годы количество ВИЧ-инфицированных в России может достигнуть миллиона человек и даже больше.

В настоящее время СПИД занимает третье место в мире в группе смертельных исходов. По данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), за 20 лет эпидемии от СПИДа умерло 30 миллионов человек, более 40 миллионов инфицированы ВИЧ. В

Вопросы участникам: Вспомните, пожалуйста, что вы читали или слышали о больных ВИЧ/СПИДом и ответьте, как эти люди заразились?

Слова психолога: Существует всего 3 пути передачи ВИЧ/СПИД:

• Через кровь (при переливаниях крови и ее компонентов, при использовании одного шприца наркоманами, татуировках, пирсинге, использовании бритвенного станка, хирургических и стоматологических вмешательствах)

• При половых контактах (в особенности при частой смене партнеров)

• В период беременности от матери плоду; в период родов; в период грудного вскармливания)

Итак, что нужно делать, чтобы избежать заражения СПИДом:

- Избегать случайных сексуальных связей
- Не использовать нестерильные шприцы при внутривенном ведении лекарственных средств
- Не пользоваться чужими средствами личной гигиены
- Не делать татуировки и пирсинг в случайных салонах
- Помнить о том, что СПИД есть

Слова психолога: А теперь мы с вами ознакомимся с правилами поведения на тренинговом занятии:

Правила поведения:

- Активность (участвуют все, все высказываются и все слушают)
- Взаимное уважение (все имеют равные права, отсутствие какой-либо критики)
- Правило поднятой руки
- Здесь и сейчас
- Конфиденциальность
- Правило «Стоп»
- Нет «мобилкам»

Разминка-знакомство «Снежный ком»

Обучаемые сидят полукругом. Первый участник называет своё имя и любое слово-ассоциацию (существительное, прилагательное, глагол) на первую

букву своего имени (например, Марина – море); второй – имя первого и свою ассоциацию, затем свое имя и свою ассоциацию, третий – имена и ассоциации первого и второго, потом свои и т.д., пока круг не замкнется
Я предлагаю всем встать в форме круга, так чтобы всем нам было комфортно и удобно.

Следующая игра называется «Эхо».

Каждый делает один шаг вперёд, называет своё имя, сопровождая его жестом или движением всего тела, затем возвращается на своё место, а группа, как эхо, повторяет это всё за ним (хором повторяют имя и движение). Молодцы!
Следующую игру проведём с банковскими резинками.
Наденьте резинку на большой палец руки, с тыльной стороны перекрутите её один раз и оденьте на мизинец. Установка – наденьте резинку подальше, чтобы не упала.
Ваша задача снять резинку без помощи второй руки.
Вывод: данная игра наглядно нам показывает, что в жизни возникает множество внештатных ситуаций или проблем. Каждый из нас пытается самостоятельно решить их (в данной ситуации – снять резинку) у каждого способ свой. Кто-то начинает трясти рукой, снимает резинку зубами и т.д. Существует множество способов, но есть самый элементарный выход – попросить соседа. Порой бывает так, что самостоятельно решить свою проблему очень трудно, и поэтому не бойтесь просить о помощи. Следующая игра поможет нам сделать правильный выбор, а какой – решите вы сами каждый для себя сам.

Игра «Жизнь с болезнью».

Я раздаю вам карточки, на которых вы записываете:
- На первых трёх – по любимому блюду;
- на следующих трёх листочках – ваши любимые занятия, хобби;
- на последних трёх – имена трёх самых близких вам людей.

Теперь вы должны лишиться одного блюда, любимого занятия и любимого человека, и вы отдаёте их мне. А теперь вы должны сделать ещё один выбор

и отдать мне ещё по одному блюду, занятию и человеку. Теперь вы можете посмотреть, что у вас осталось, и это я забираю у вас сама.
Рефлексия: то, что вы чувствуете сейчас, чувствует человек, принимающий наркотики. Плата за употребление наркотиков: ты лишаешься любимых занятий, перешагиваешь через дорогих и близких твоему сердцу людей. А потом ты уже не контролируешь свою жизнь и наркотик отбирает всё.
Вывод: это только игра, я надеюсь, что с вами это никогда не произойдет. Теперь можете взять все, что отдали.

Ролевое моделирование «Как заражаются ВИЧ»

Сейчас смоделируем такую ситуацию – я раздам вам карточки, у каждого на обратной стороне листа будет что-то написано. То, что написано на карточке, нужно держать в секрете. Теперь, свободно перемещаясь по комнате, вам необходимо собрать три подписи на своем листочке. После этого вы можете сесть на место.

Пусть встанет тот, у кого на карточке крестик: «Извините, но результаты вашего анализа показали наличие у вас ВИЧ-инфекции. Встаньте те, у кого в карточке есть имя этого человека. Вы подверглись риску заражения. Теперь встаньте те, у кого есть имена участников, которые стоят. Вы тоже подверглись риску заражения». Процесс продолжается до тех пор, пока все участники не поднимутся, за исключением тех, которые ни с кем не контактировали, не подписывали ничьих карточек и не давали подписывать свою.

У кого на карточке есть буква «п», значит вы использовали презерватив и не подверглись риску. Вы можете сесть. Остальным следует сдать тест на ВИЧ.

Вывод: ребята, это все игра, мы с вами смоделировали ситуации заражения. Мы наглядно показали, как это происходит. Теперь давайте выскажемся, кто что почувствовал. Вопросы участникам:
- что чувствует теперь тот, у кого на карточке крестик?
- что вы чувствуете по отношению к нему?

- что чувствовали те из вас, кого «не взяли в игру» с самого начала?
- как потом эти чувства менялись в ходе игры?
- что чувствуют участники, которые узнали, что воздержание от полового контакта защитило их от ВИЧ-инфекции?

Групповая дискуссия:

Нам всем известно, что наркомания является фактором заражения ВИЧ/СПИДом. Поэтому предлагаю обсудить следующую проблему: «Бесплатная выдача одноразовых шприцов и игл наркоманам способствует профилактике ВИЧ-инфекции».

Рефлексия: А теперь, подведем итоги сегодняшнего занятия. Для этого нам с вами нужно составить «синквейн»:

Синквейн – это стихотворение из пяти строк, которое позволяет рефлексировать по определенному поводу.

Первая строка – существительное, обозначающее тему синквейна (например, «жизнь»)

Вторая строка - два прилагательных, раскрывающих какие-то интересные, характерные признаки явления предмета, заявленного в теме синквейна (например, «веселая, жизнерадостная»)

Третья строка – три глагола, раскрывающих действия, воздействия и т. д., свойственные данному явлению, предмету (например, «учит, воспитывает, помогает»)

Четвертая строка – фраза, раскрывающая суть явления, предмета, усиливающая предыдущие две строки (например, «я выбираю жизнь»)

Пятая строка – существительное, выступающее как итог, вывод, подводящее черту (например, «это здорово!»)

Таким образом, сегодня на нашем занятии мы с вами обсудили проблему ВИЧ/СПИДа, смоделировали некоторые ситуации. Я думаю, что это поможет вам быть более ответственными в отношении собственного здоровья и здоровья окружающих.