**Программа по первичной профилактике ВИЧ-инфекции в образовательной среде**

**Цель комплексной Программы:**Реализация  мероприятий первичной профилактики ВИЧ-инфекции в образовательной среде **посредством:**

            1. Обучения педагогического состава работников общеобразовательных учреждений,  образовательных учреждений начального и среднего профессионального образованияпо программе первичной профилактики ВИЧ-инфекции в образовательной среде с учетом требований ФГОС (далее - Педагоги);

            2. Обучения обучающихся общеобразовательных учреждений, образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования и их родителей по программе первичной профилактики ВИЧ-инфекции для:

            -   формирования устойчивой положительной мотивации к здоровому образу жизни;

**-**формирования **навыков противодействия рискованному поведению (включая употребление наркотиков), способствующему заражению ВИЧ-инфекцией.**

**-**формирования **толерантного отношения к ВИЧ-позитивным людям и их ближайшему окружению;**

**Задачи комплексной Программы:**

**1. Повышение информированности учащихся, студенческого актива, родителей (законных представителей), педагогов и специалистов общеобразовательных учреждений, учреждений начального и среднего профессионального образования о проблеме распространения ВИЧ-инфекции в подростково-молодежной среде.**

2. Формирование личностных и профессиональных педагогических позиций как центрального условия формирования культуры здоровья в образовательном пространстве.

3. Освоение педагогами психолого-педагогических технологий работы по профилактике наркомании и ВИЧ-инфекции в образовательной среде для реализации превентивных программ, направленных на обучение обучающихся общеобразовательных учреждений, учреждений начального и среднего профессионального образования и родителей обучающихся.

4. Формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих у целевых групп – педагогов, обучающихся, родителей/законных представителей.

5. Формирование у представителей целевых групп толерантного отношения к ВИЧ-положительным людям и их ближайшему окружению.

6. Развитие и поддержка добровольческого движения в подростково-молодежной среде общеобразовательных учреждений и учреждений НПО, СПО, направленного на профилактику распространения ВИЧ-инфекции.

7. Проектированиекомплекса социальных, образовательных и психолого-педагогических мероприятий, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих ВИЧ-инфицированию, на предупреждение развития и ликвидацию негативных личностных, и социальных последствий ВИЧ-инфицирования.

8. Организация систематической работы с родителями учащихся по информированию их о проблемах, связанных с ВИЧ-инфицированием, созданию поддерживающей воспитательной семейной среды.

9. Научно-методическая и консультативно-информационная поддержка всех участников образовательного процесса по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции среди несовершеннолетних и молодежи.

* **3.     Принципы, на которых основана Программа**

Программа опирается на основные принципы Концепции превентивного обучения в области профилактики ВИЧ/СПИДа в образовательной среде (письмо Минобрнауки России от 6 октября 2005 г. №АС-1270/06, Роспотребнадзора от 4 октября 2005 г. №0100/8129-05-32) и Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (письмо Минобрнауки России от 5 сентября 2011 г. №МД-1197/06.:

         Программа опирается на базовые принципы организации превентивного обучения в области ВИЧ/СПИД в образовательной среде.

* Принцип научной обоснованности
* Принцип системности
* Принцип стратегической целостности
* Принцип многоаспектности:

Образовательный аспект

* Социальный аспект
* Психологический аспект
* Принцип аксиологичности
* Принцип ситуационной адекватности
* Принцип индивидуальной адекватности
* Принцип легитимности
* Принцип соблюдения прав человека
* Принцип комплексности:
* На профессиональном уровне
* На ведомственном уровне
* На межведомственном уровне
* На уровне государственных, общественных, международных организаций.
* Принцип доказательности

*Принцип научной обоснованности*предполагает разработку и  проведение профиалктическиъх мероприятий на основе современных научных взглядов и  фактических материалов.

**Принцип системности предполагает разработку и проведение программных профилактических мероприятий на основе системного анализа актуальной социальной и эпидемиологической ситуации в отношении ВИЧ-инфекции в стране.**

*Принцип стратегической целостности*определяет единую целостную стратегию профилактической деятельности, обусловливающую основные стратегические направления и конкретные мероприятия и акции.

*Принцип многоаспектности* предполагает сочетание различных аспектов профилактической деятельности:

образовательный аспект, формирующий базовую систему представлений и знаний о социально-психологических, медицинских, правовых и морально-этических последствиях ВИЧ-инфицирования.

социальный аспект, ориентированный на формирование позитивных моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни;

психологический аспект, направленный на формирование стрессо-устойчивых личностных ресурсов, позитивно-когнитивных оценок, а также установок "быть успешным", быть способным сделать позитивный альтернативный выбор в трудной жизненной ситуации.

*Принцип аксиологичности* (ценностной ориентации). Этот принцип включает формирование у детей и молодежи мировоззрения, основанного на понятиях об  общечеловеческих ценностях, привлекательности здорового образа жизни, законопослушности, уважении к личности, государству, окружающей среде и др., которые являются ориентирами и регуляторами их поведения. Принятие общечеловеческих ценностей и норм поведения является одним из основных морально-этических барьеров инфицирования ВИЧ и как следствие - сдерживания эпидемии ВИЧ-инфекции.

*Принцип ситуационной адекватности* означает соответствие профилактических действий реальной социально-экономической ситуации в стране и в образовательной среде, обеспечение непрерывности, целостности, динамичности, постоянства, развития и усовершенствования профилактической деятельности с учетом оценки эффективности и мониторинга ситуации.

*Принцип индивидуальной адекватности* подразумевает разработку профилактических программ с учетом возрастных, гендерных и др. особенностей целевых групп.

*Принцип легитимности* — профилактическая деятельность должна соответствовать законодательству Российской Федерации и существующим нормативным актам.

*Принцип соблюдения прав человека —*профилактические действия не должны нарушать права человека и свободу личности; в том числе, на участие несовершеннолетних в программах превентивного обучения, затрагивающих вопросы полового просвещения, должно быть получено согласие родителей (законных представителей) несовершеннолетних.

*Принцип комплексности* — предполагает согласованность взаимодействия:

на межведомственном уровне - органов и учреждений, отвечающих за реализацию различных аспектов профилактики ВИЧ/СПИД в образовательной среде в рамках своей компетенции (органы и учреждения образования, здравоохранения и др.);

на профессиональном уровне - специалистов различных профессий, в функциональные обязанности которых входят различные аспекты профилактической работы (воспитатели, педагоги, дошкольные и школьные  психологи, врачи, социальные педагоги, социальные работники, работники комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, инспекторы подразделений по делам несовершеннолетних);

на ведомственном уровне - органов управления образованием и органов управления здравоохранением на федеральном, региональном, муниципальном уровнях, а также учреждений, отвечающих за взаимодействие координацию различных профилактических мероприятий превентивного обучения в области ВИЧ/СПИД в образовательной среде.

*Принцип доказательности* предполагает обязательную систему объективной оценки эффективности предлагаемых программ и профодимой профилактической работы

Реализация деятельности по первичной профилактике ВИЧ-инфекции в  образовательной среде должна осуществляться в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) к результатам, структуре и условиям реализации основной образовательной программы образовательного учреждения.

**Во ФГОС последовательно реализуется системно-деятельностный подход,**который предполагает:

воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения демократического гражданского общества на основе толерантности, диалога культур и уважения многонационального, поликультурного и поликонфессионального состава российского общества;

переход к стратегии социального проектирования и конструирования в системе образования на основе разработки содержания и технологий образования, определяющих пути и способы достижения социально желаемого уровня (результата) личностного и познавательного развития обучающихся;

ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент Стандарта, где развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий,  познания и освоения мира составляет цель и основной результат образования;

признание решающей роли содержания образования, способов организации  образовательной деятельности и взаимодействия участников образовательного процесса в достижении целей личностного, социального и познавательного развития обучающихся;

учет индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли и значения видов деятельности и форм общения для определения целей образования и воспитания и путей их достижения;

обеспечение преемственности дошкольного, начального общего, основного и среднего (полного) общего образования;

разнообразие организационных форм и учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося (включая одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья), обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности;

гарантированность достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования, что и создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

**Системно-деятельностный подход обеспечивает:**

**формирование готовности к саморазвитию и непрерывному образованию;**

**проектирование и конструирование социальной среды развития обучающихся в системе образования;**

**активную учебно-познавательную деятельность обучающихся;**

**построение образовательного процесса с учётом индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся.**

Системообразующей составляющей стандарта стали требования к результатам освоения основных образовательных программ, представляющие собой конкретизированные и операционализированные цели образования. Изменилось представление об образовательных результатах - стандарт ориентируется не только на предметные, как это было раньше, но и на метапредметные (универсальные учебные действия, информационно-коммуникационная компетентность, владение навыками смыслового чтения, основами проектной и научно-исследовательской деятельности) и личностные результаты.

* **4.     Содержание программы**

В содержании Программы рассматриваются факторы риска и факторы защиты распространения ВИЧ-инфекции среди подростков и молодежи, имеется описание комплекса психолого-педагогических технологий профилактики ВИЧ-инфекции в образовательной среде. По мере освоения основных тем Программы ее участники разработают проектные инициативы по организации и включению профилактической работы в:

- программы обязательных предметных областей и учебных предметов,

- программы предметов и курсов, модульных программ, реализуемых в части учебного плана образовательного учреждения, формируемого участниками образовательного процесса (далее – УОП),

- внеурочную деятельность образовательного учреждения.

         Все разделы программы содержат информационные, диагностические материалы, рекомендации по использованию интерактивных, тренинговых и проектных технологий с различными целевыми группами профилактики (педагоги, обучающиеся, родители/законные представители обучающихся).

Программа состоит из трёх взаимодополняющих разделов:

**Раздел №1.** Обучение педагогического состава работников общеобразовательных учреждений, учреждений начального и среднего профессионального образования работе с целевой группой в системе образования: **«Современные технологии первичной профилактики наркомании и ВИЧ-инфекции в образовательной среде в контексте требований ФГОС»**  (объем 36 часов);

**Раздел № 2:**

- Обучение педагогическим составом работников общеобразовательных учреждений, обучающихся среднего школьного возраста: **«Мой стиль жизни - здоровье»**(объем 18 часов);

- Обучение педагогическим составом работников общеобразовательных учреждений, образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования, обучающихся старшего школьного возраста и обучающихся учреждений среднего профессионального образования**«Ответственное поведение – ресурс моего здоровья»** (объем 18 часов);

**Раздел № 3:** Обучение педагогическим составом работников общеобразовательных учреждений, образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования,  родителей обучающихся:**«Воспитание ответственностью»** (объем 18 часов).

**5. Основные методы работы**

В процессе занятий по Программе используются следующие **методы** обучения: объяснительно-иллюстративный,  репродуктивный, практический, частично-поисковый, проблемное изложение знаний и исследовательский.

Перечисленные методы используются на занятиях, организованных в различных **формах**: установочная лекция, лекционно-семинарские занятия, самостоятельная работа слушателей с представлением собственного опыта, практические занятия с использованием дидактических раздаточных материалов, групповые методы обучения: дискуссии, круглые столы,  ролевые игры, анализ проблемных ситуаций, психолого-педагогические тренинги, работа в проектных группах, защита социальных проектных инициатив, учебно-методическая и консультативная поддержка по всем аспектам Программы.

Принципы отбора методов обучения:

1. Принцип учёта учебных возможностей обучаемых: возрастных, психологических, уровня сформированности учебной мотивации, профессиональной подготовки, квалификации, опыта профессиональной деятельности.

2. Принцип учёта особенностей целей, задач и содержания программы обучения, конкретной темы.

3. Принцип учёта региональных особенностей: эпидемическая ситуация по распространенности наркопатологии, ВИЧ-инфекции, особенности инфраструктуры и кадровой обеспеченности системы образования, особенности межведомственного взаимодействия по вопросам профилактики наркопатологии и ВИЧ-инфекции, активность гражданского общества по отношению к профилактической деятельности в образовательной среде, особенности развития социокультурной среды в конкретном регионе, уровень сформированности культуры здоровья в социуме конкретного региона, степень готовности педагогических кадров к введению ФГОС и т.д.

4. Принцип соответствия имеющимся условиям, отведённому времени обучения, вспомогательным средствам обучения, возможностям преподавателей, то есть учёт стилей отношений, руководства учебной работой, педагогического общения, сложившихся между преподавателем и участниками обучения.

* **6.     Рекомендации по реализации программы**

В соответствии с ФГОС ООО и СПОО одним из направлений программы воспитания и социализации, которая входит в содержательную часть основной образовательной программы (далее – ООП) образовательного учреждения на ступенях основного и среднего (полного) образования, является формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося и ориентированной на достижение планируемых результатов освоения ООП.

В свою очередь Программа реализации мероприятий первичной профилактики наркомании и ВИЧ-инфекции в образовательной среде, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни раскрывает научно-, организационно- и учебно-методические условия выполнения данного требования ФГОС и в связи с этим  может быть интегрирована в ООП.

Организация профилактической деятельности обучающихся ис­ходит из того, что ожидания подростков связаны с успешностью, признанием со стороны семьи и сверстников, состоятельностью и самостоятельностью в реализации собст­венных замыслов. Целенаправленная профилактическая деятельность обучающихся должна быть обеспечена сформированной профилактической средой школы и укладом школьной жизни.

В Программе следует предусмотреть следующие три этапа: **организационно-административный, организационно-педагогический, учебно-воспитательный**.

**Организационно-административный этап** (ведущий субъект - администрация школы) включает:

* создание профилактической среды школы, поддерживающей опыт обучающихся по сохранению и укреплению здоровья, формирующей конструктив­ные ожидания и образцы здорового и безопасного поведения;
* формирование уклада и традиций школы, ориентирован­ных на создание системы общественных отношений обучаю­щихся, учителей и родителей в духе ценностей здоровья и безопасности на основе партнёрства и сотрудничества;
* развитие форм социального партнёрства с общественны­ми институтами и организациями для расширения поля взаимодействия обучающихся по пропаганде здорового образа жизни, профилактике зависимых форм поведения, по защите от опасностей и угроз социального характера и приобщению обучающихся к социальной деятельности в этих направлениях;
* адаптацию процессов стихийной социальной деятельно­сти обучающихся средствами целенаправленной деятельности по развитию культуры здорового и безопасного образа жизни;
* координацию деятельности сверстников, учителей, родителей, сотрудников шко­лы, представителей общественных и иных организаций для ре­шения задач воспитания культуры здорового и безопасного образа жизни;
* создание условий для организованной деятельности школьных социальных групп по развитию культуры здорового и безопасного образа жизни;
* создание возможности для влияния обучающихся на из­менения школьной среды, форм, целей и стиля социального взаимодействия школьного социума при развитии культуры здорового и безопасного образа жизни;
* поддержание субъектного характера при развитии культуры здорового и безопасного образа жизни обу­чающегося, развития его самостоятельности и инициативности в профилактической деятельности;
* мотивацию, стимуляцию и развитие готовности работников образования к ведению профилактической деятельности;
* организацию и проведение профессиональной подготовки педагогического состава, участвующего в профилактической деятельности.

**Организационно-педагогический этап** (ведущий субъ­ект - педагогический коллектив школы) включает:

* обеспечение целенаправленности, системности и непре­рывности процесса воспитания культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся;
* обеспечение разнообразия форм педагогической поддержки профилактической  деятельности, создающей условия для личностного роста обучающихся, продуктивного изменения поведения;
* создание в процессе взаимодействия с обучающимися условий для профилактической деятельности личности с использованием знаний возрастной физиологии и социологии, социальной и педагогической психологии;
* создание условий для профилактической деятельности обучаю­щихся в процессе обучения и воспитания;
* обеспечение возможности социализации обучающихся в направлениях адаптации к новым социальным условиям, ин­теграции в новые виды социальных отношений, самоактуали­зации деятельности по направлению «культура здорового и безопасного образа жизни, профилактика зависимых форм поведения»;
* определение динамики выполняемых обучающимися со­циальных ролей для оценивания эффективности их вхождения в систему общественных отношений по пропаганде здорового образа жизни, профилактике зависимых форм поведения, по защите от опасностей и угроз социального характера;
* использование социальной профилактической и здоровьесберегающей деятельности как ведущего фактора формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающегося;
* использование роли коллектива в формировании профилактической, здоровьесберегающей ориентации личности обучающегося, его со­циальной и гражданской позиции в области здоровья и безопасности;
* стимулирование сознательных социальных инициатив и деятельности обучающихся с опорой на мотив деятельности (желание, осознание необходимости, интерес к профилактической и здоровьесберегающей деятельности и др.).

**Этап обучения и воспитания культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся**включает:

* формирование активной позиции и ответ­ственного поведения в процессе учебной, внеучебной, вне­школьной, общественно значимой деятельности обучающихся в отношении здоровья и безопасности;
* усвоение социального опыта, основных социальных ро­лей, соответствующих возрасту обучающихся в части освоения норм и правил общественного поведения, обеспечивающих безопасность жизни и здоровья людей;
* формирование у обучающегося собственного конструк­тивного стиля общественного поведения в ходе педагогически организованного взаимодействия с социальным окружением по вопросам здорового образа жизни, профилактики аддиктивного поведения;
* достижение уровня физического, социального и духов­ного развития, адекватного своему возрасту;
* активное участие в изменении школьной среды и доступных сфер жизни окружающего социума с позиций безопасности для жизни и здоровья, сохранения и укрепления здоровья;
* осознание мотивов своей профилактической и здоровьесберегающей деятельности;
* развитие педагогической компетентности родителей (законных представителей) в целях содействия социализации обучающихся в семье; учет индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся, культурных и социальных потребностей их семей;
* активное вовлечение родителей в профилактическую и здоровьесберегающую деятельность школы, развитие форм совместной деятельности.

Миссия школы в контексте профилактической и здоровьесберегающей деятельности на ступени основного общего и среднего (полного) образования - дать обучающему­ся представление о ценностях здоровья, безопасности и ориентирован­ных на эти ценности образцах поведения через практику об­щественных отношений с различными социальными группами и людьми с разными социальными статусами.

Системная работа по формированию здорового и безопасного образа жизни, профилактике зависимых форм поведения  должна быть организована **по следующим направлениям**:

- создание и развитие условий реализации профилактической деятельности в образовательном учреждении: кадровых, финансово-экономических, материально-технических, психолого-педагогических, учебно-методических; современной информационно-образовательной среды;

- эффективная организация физкультурно-спортивной, оздоровительной работы, альтернативных рискованному поведению социально значимых  форм досуговой деятельности;

- рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся, соответствующая декларируемым в школьном сообществе ценностям здоровья и здорового образа жизни;

- организация системы повышения квалификации и методической работы с работниками образования;

- организация просветительской работы с родителями (законными представителями), информирование родителей о содержании планируемых профилактических программ и получение их согласия на реализацию этих программ в части учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса (рекомендуемая интенсивность профилактического и здоровьеформирующего обучения – 1-2 часа в неделю в течение всего учебного года);

- реализация модульных здоровьеформирующих и профилактических образовательных программ для обучающихся через часы учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса, а также через внеурочную деятельность (кружки, факультативы, элективные курсы, научно-исследовательские работы и социальные проекты).

         Образовательное учреждение может конкретизировать задачи, виды и формы профилактической деятельности, воспитания культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, учитывая **специфику образовательного учреждения и запросы участников образовательного процесса**.

**7. Технология реализации Программы:**

В структуре каждого занятия образовательной программы указана конкретная тема, определены показатели эффективности и критерии оценки освоения программного материала. В конце обучения по каждой теме осуществляется контроль уровня знаний, представленный вопросами на понимание - уточняющими понятийный аппарат, вопросами по исследовательской позиции, когда участник образовательной программы становится в субъектную позицию, исследуя то или иное социальное действие. Имеющиеся вопросы психолого-педагогического содержания дают возможность уточнить природу изучаемого явления. Предлагаемый проектный режим  дает возможность участнику программы разработать индивидуальные или коллективные проектные инициативы.  Задания по формам учебной деятельности обеспечивают разнообразные формы изучения и закрепления материала образовательной программы (рабочие группы, работа в малых и проектных группах и др.). Каждая тема программы обеспечена учебно-методическими материалами (анкеты, тесты, статьи, раздаточные учебные материалы, мультимедийные презентации и др.). К каждой теме имеется рекомендуемая литература и ссылки на электронные источники учебно-методической литературы и образовательные порталы.

Обучение осуществляется в рамках специально организованных семинаров с использованием инновационных образовательных технологий:

-         социальное проектирование,

-         интерактивные формы обучения,

-         участие в дискуссионных клубах,

-         круглые столы,

-         психолого-педагогические тренинги,

-         ролевые игры;

-  учебно-методическая и консультативная поддержка по всем аспектам Программы.

**Материалы, необходимые для занятий.**

Участники обеспечиваются

1)    Комплектом учебно-методических материалов на CD- дисках и

2)    Раздаточными учебными материалами.

3)    Возможностью доступа к порталу Единой Образовательной Информационной Системы (ЕОИС **[eois](http://eois.mskobr.ru/" \t "_blank)**[.mskobr.ru](http://eois.mskobr.ru/" \t "_blank)).

4)    Возможностью доступа на иные полезные международные и российские информационно-образовательные порталы, связанные с вопросами профилактики наркомании и распространения ВИЧ-инфекции среди несовершеннолетних и молодежи.

         В рамках реализации программы изучаются организационные формы психолого-педагогических технологий в профилактике девиантного и аддиктивного поведения:

- интерактивные технологии,

- тренинговые технологии,

- проектные технологии.

**К интерактивным технологиям** **относятся:** дискуссии, дебаты, ролевые игры, работа в малых группах - они способствуют развитию коммуникативных навыков, выявлению личностных позиций по отношению к проблеме.

**Тренинговые технологии** развивают навыки ассертивного поведения и психической саморегуляции – выбору эффективных способов решения проблемных ситуаций, противодействию ситуациям, связанных с манипуляциями личностью или принуждением к употреблению ПАВ, иному рискованному поведению.

         Использование **проектных технологий** позволяет выработать социальные инициативы среди представителей целевых групп профилактики, направленных на формирование и развитие ресурсов личности и социокультурной образовательной среды. Проектная деятельность направлена на формирование субъектности в профилактических мероприятиях.

В ходе освоения программы слушатели изучают методологию тренинговой работы и непосредственно принимают участие в системе занятий, направленных на развитие специфической профилактики аддиктивных форм поведения.

         Тренинг «Интерактивные психолого-педагогические технологии работы с молодежью». С помощью специально организованных интерактивных средств ведения групповой работы педагог берет на себя функцию тренера. Он организует для обучающихся деятельность, основанную на общении их друг с другом, а также со взрослыми. Это позволяет осознать свои силы и индивидуальность, последовательно выработать умение находить свое место в групповом решении, при необходимости брать на себя лидирующую роль, адекватно оценивать ситуацию, оказывать помощь и поддержку другим членам группы, понимать и принимать чужую точку зрения, сохраняя при этом уважение  к себе и  другим.

         Тренинг «Технологии психической саморегуляции». **Психическая саморегуляция**- это волевой процесс, обеспечивающий целевое формирование готовности организма к определённому действию и при необходимости – к его реализации. **Психическая саморегуляция** является  способностью человека сознательно и целенаправленно управлять исходно-непроизвольными функциями организма и психики. Эта способность приобретается в процессе выполнения специальных упражнений.

         Коммуникативный тренинг и формирование навыков позитивного общения дает участникам возможность приобретения социальных навыков и  повышение коммуникативной компетентности. Основные задачи тренинга:

1. Формирование конструктивного стиля поведения.

2. Формирование паттернов противостояния негативным ситуациям.

3. Коррекция навыков общения.

4. Коррекция отношения к самому себе.

5. Коррекция отношения к другим людям.

         Ситуационно-психологический тренинг. Предполагается проведение интерактивного обучения для преподавателей в области развития социальной адаптации студентов, их «социального здоровья». Взаимодействие с социумом требует от человека усилий, преодоления страха, застенчивости, просьба о помощи, реакция на насмешки, реакция на обвинения и критику. Последствия овладения социальными навыками - позитивные:

- в конфликтных ситуациях позволяет достичь компромисса без ущерба для собственного достоинства;

- помогает сопротивляться неблагоприятному влиянию со стороны других;

- обеспечивает открытость общения при соблюдении личностных границ;

- дает удовлетворение от выражения собственных чувств;

- позволяет самому распоряжаться собственной жизнью.

         Тренинг ассертивности – это приобретение навыков ассертивного (утверждающего) поведения и повышение коммуникативной компетентности у преподавателей и у обучающихся. Теория ассертивности опирается на положения о том,  что у каждого человека есть неотъемлемые права. Ассертивное поведение предполагает решительную защиту себя и своих прав. Вот некоторые права человека, значимые для формирования ассертивности:

- право быть собой;

- право на самовыражение;

- право иметь и защищать свою территорию.

         Адаптивное биоуправление – это современная компьютерная технология, основанная на принципах (механизме) биологической (адаптивной) обратной связи. Адаптивное биоуправление превращает человека  из пассивного объекта экстернальных вмешательств в активный субъект формирования интернальных нормативных процессов. Биологическая обратная связь (БОС) - это особый вид обучения, позволяющий обеспечить произвольную регуляцию физиологических показателей организма. Сущность биологической обратной связи состоит в создании дополнительного канала информации о функциях организма и управление этими функциями. Отличительная особенность БОС-тренинга: одновременность физиологической релаксации и психологической активации. Основные эффекты адаптивного биоуправления:

- обеспечение изменения личностных и поведенческих стереотипов;

- индивидуальный подход, развитие способности к саморегуляции на основе самооценки эффективности воздействий;

- закрепление нормативного функционального состояния организма;

- возможность осознавать собственный эмоционально-волевой потенциал;

- достижение личностной зрелости.

**ПРОГРАММА**

по первичной профилактике ВИЧ-инфекции в  образовательной среде,  формированию толерантного отношения к ВИЧ-позитивным людям и их ближайшему окружению

Раздел 2.

 «Стиль жизни - здоровье»

(обучение педагогическим составом работников общеобразовательных учреждений обучающихся среднего школьного возраста)

«Ответственное поведение – ресурс здоровья»

**(обучение педагогическим составом работников общеобразовательных учреждений, образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования, обучающихся старшего школьного возраста и обучающихся учреждений начального и среднего профессионального образования)**

**2012 г.**

**1. Вводная часть**

Период развития человека от 11 до 14 лет в психологии традиционно называют подростковым. Наиболее характерной чертой подростка является противоречивость поведения, обостряющаяся потребность в автономии от взрослых и самоопределении. Отсюда – утверждение себя, проверка своих физических и социальных возможностей, поиск себя, стремление самостоятельно определять своё поведение. В общении со сверстниками подросток испытывает себя и определяет – кто он есть и кем хочет стать. Этот поиск зачастую включает в себя вступление в ранние половые отношения и употребление наркотических веществ.

Наряду с этим, современный период развития российского общества характеризуется радикальными социально-экономическими преобразованиями, трансформацией института семьи, ослаблением социального контроля, сокращением детских неформальных коопераций, разрастанием сети компьютерных игр с виртуальными партнерами, возрастанием агрессивного информационного потока СМИ. Изменения целого ряда социокультурных факторов развития и кризисность социально-психологической обстановки приводит к непрерывному возрастанию стрессовых ситуаций, интенсивному длительному психоэмоциональному напряжению. Следствием этого является потеря человеком чувства безопасности и страх перед действительностью, порождающие стремление уйти от реальности. В результате множатся формы психической дезадаптации в детском и подростковом возрасте, среди которых самой распространённой является аддиктивное поведение.

Психолого-педагогическая сущность подросткового возраста, а также аддиктивного поведения, невозможность прогноза того, воздействию каких факторов риска может подвергнуться ребенок, подросток (включая ВИЧ-инфицирование), диктуют приоритет в предупреждающей деятельности первичной психолого-педагогической профилактики, ориентированной на усиление защитных факторов и системы личного противостояния зависимости. Поскольку аддиктивное поведение рассматривается как сниженная способность личности справляться со стрессом, то последовательное и методически грамотное обучение навыкам адаптивного копинг-поведения, включающее формирование соответствующих копинг-ресурсов и копинг-стратегий, становится эффективным направлением первичной профилактики аддиктивного поведения подростков.

Развитие эпидемии ВИЧ-инфекции в России характеризуется на сегодняшний день, помимо высоких темпов распространения и выхода за пределы групп, уязвимых к ВИЧ-инфекции, также значительным омоложением контингента инфицированных. Важнейшей особенностью  эпидемии ВИЧ-инфекции сегодня является то, что основную долю людей с ВИЧ составляет молодежь в возрастной категории от 14 до 29 лет. Вовлечение в эпидемию несовершеннолетних и молодежи является важной предпосылкой для активизации деятельности по организации системы профилактики ВИЧ-инфекции во всех образовательных учреждениях страны.

Вместе с тем, реализуемые в настоящее время профилактические воздействия не носят системного характера, опираются на медико-биологический информационный подход, в основе которого лежит модель запугивания. Не учитываются психолого-педагогические особенности подросткового возраста и сущность аддиктивного поведения, игнорируются принципы информационной безопасности, нарушаются конституционные права и свободы человека и гражданина в части «неприкосновенности частной жизни» (ст. ст. 137 УК РФ). Последняя предусматривает запрет на незаконное собирание или распространение сведений о частной жизни лица, составляющих его личную или семейную тайну. Поскольку, с одной стороны, сексуальное поведение относится к частной жизни лица, а с другой является причиной распространения ВИЧ-инфекции, то попытки его регламентации со стороны общественных институтов (школы, средств массовой информации, общественных организаций)  рассматриваются как вторжение в частную жизнь и вызывают негативные отзывы, особенно от родительской общественности.

В связи с этим возникает необходимость в разработке такой образовательной программы по профилактике аддиктивного поведения в подростковом возрасте и его последствий в форме наркомании и ВИЧ-инфекции, которая бы учитывала психолого-педагогические особенности подросткового возраста, сущность аддиктивного поведения, требования информационной безопасности, социальную норму «неприкосновенности частной жизни», а также способствовала бы выращиванию социальных и личностных ресурсов, являющихся факторами защиты от развития этих социально негативных явлений. При этом начало профилактической работы должно быть как можно более ранним, поскольку эффективными в направлении превенции ВИЧ может считаться не столько исключительно информационно-просветительская работа, сколько целенаправленная деятельность по формированию ценности и навыков ведения здорового и безопасного образа жизни, которая требует достаточно долгого времени. Необходимо отметить, что ни одна мера в целях профилактики не будет эффективной сама по себе.

Профилактика должна быть комплексной, учитывающей возможности социальной среды и барьеры профилактики ВИЧ-инфекции среди подростков, основывающейся на единой стратегии.

**Возможности социальной среды**

:

- Формирование у молодежи системы специальных знаний, способствующих профилактике распространении ВИЧ-инфекции.

- Выработка гражданской позиции по отношению к собственной жизни и собственному здоровью.

- Формирование толерантности в отношениях с людьми, в том числе ВИЧ-инфицированными и больными СПИДом.

Барьеры профилактики ВИЧ-инфекции среди подростков:

- Низкая информированность.

- Несоответствие между знанием и поведением.

- Недостаточный объем профилактических мероприятий.

- Стигматизация и дискриминация.

- Отсутствие эффективных программ в СМИ.

Единая стратегия профилактики ВИЧ-инфекции среди подростков:

- Мониторинг ситуации.

- Профилактика злоупотребления ПАВ.

- Нравственное сексуальное воспитание.

- Повышение роли семьи.

- Активное привлечение позитивного социального окружения.

- Оценка эффективности профилактических мероприятий и программ.

Программа «Стиль жизни – здоровье» направлена на работу с целевой группой «обучающиеся среднего школьного возраста». Может быть легко интегрирована в Программу воспитания и социализации ООП, так как ориентирована на становление личностных характеристик выпускников основной и средней (полной) школы, предусмотренных требованиями ФГОС.

Так, например, ФГОС ООО (5 – 9 классы) ориентирован на становление таких личностных характеристик выпускника, как (п. 6 ФГОС ООО):

«осознающий и принимающий ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества…;

социально активный, уважающий закон и правопорядок, соизмеряющий свои поступки с нравственными ценностями, осознающий свои обязанности перед семьёй, обществом, Отечеством;

уважающий других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;

осознанно выполняющий правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды».

ФГОС  СПОО ориентирован на становление таких личностных характеристиквыпускника, как:

  «осознающий и принимающий традиционные ценности семьи, российского гражданского общества, многонационального российского народа, человечества, осознающий свою сопричастность судьбе Отечества;

готовый к сотрудничеству, способный осуществлять учебно-исследовательскую, проектную и информационно-познавательную деятельность;

осознающий себя личностью, социально активный, уважающий закон и правопорядок, осознающий ответственность перед семьёй, обществом, государством, человечеством;

уважающий мнение других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания и успешно взаимодействовать;

осознанно выполняющий и пропагандирующий правила здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни;»

Кроме того, реализация программы воспитания и социализации (обязательный компонент основной образовательной программы - ООП) должна обеспечить:

формирование у обучающихся личностных качеств, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе с учётом правовых норм, установленных российским законодательством;

приобретение знаний о нормах и правилах поведения в обществе, социальных ролях человека; формирование позитивной самооценки, самоуважения, конструктивных способов самореализации;

формирование способности противостоять негативным воздействиям социальной среды, факторам микросоциальной среды;

развитие педагогической компетентности родителей (законных представителей) в целях содействия социализации обучающизся в семье; учет индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся, культурных и социальных потребностей их семей;

осознание обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;

формирование знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей…, готовности им противостоять;

овладение современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены;

формирование готовности обучающихся по вопросам …профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний; убежденности в выборе здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения;».

Программа состоит из 12 тем, освоение которых происходит за 9 занятий по 2 академических часа. Общий объем программы - 18 часов.

Привитие здорового стиля жизни происходит на фоне позитивно ориентированной профилактики, где основными её составляющими являются формирование позитивной самоидентификации и ценностных ориентаций; организация социального партнерства; социокультурное проектирование; образовательная деятельность, включая консультативные формы; тренинги; психологическая помощь и поддержка; волонтерская деятельность. Универсальное направление профилактики аддиктивного поведения базируется на развитии и укреплении психического и физического здоровья при оптимально организованной для этого соответствующей инфраструктуры, функционирование которой обеспечивается системной подготовкой педагогов образовательных учреждений.

**2. Цели и задачи программы**

**Цель:**Обучение обучающихся общеобразовательных учреждений по программе первичной профилактики ВИЧ-инфекции для:

-   формирования устойчивой положительной мотивации к здоровому образу жизни;

**-**формирования **навыков противодействия рискованному поведению (включая употребление наркотиков), способствующему заражению ВИЧ-инфекцией.**

**-**формирования **толерантного отношения к ВИЧ-позитивным людям и их ближайшему окружению.**

**Задачи:**

* Формирование понятия о личности, её структурных компонентах.
* Формирование системы позитивного самоотношения (Я-концепция, самооценка), позитивных жизненных смыслов и навыков позитивного мышления.
* Формирование навыков эффективного общения, эмпатии и аффилиации.
* Формирование представлений о диапазоне чувств, способах их проявления и регулирования.
* Формирование представлений о потребностях в подростковом возрасте.
* Формирование представлений о признаках зависимого поведения.
* Формирование научно-обоснованных представлений о проблеме ВИЧ, ВИЧ-инфекции и СПИДа;
* Формирование представлений о значении иммунной системы для здоровья человека и возможностях управления иммунитетом.
* Формирование положительной мотивации к здоровому образу жизни, положительного отношения к здоровью (самооценка здоровья, ценность здоровья, деятельность по сохранению здоровья).
* Формирование здоровой поло-ролевой и семейной идентификации.
* Формирование гендерной, культурной, социальной самоидентификации, осознание культурной и социальной укорененности.
* **12.** Формирование **навыков и поведенческих стратегий противодействия рискованному поведению (включая употребление наркотиков), способствующему заражению ВИЧ-инфекцией.**
* **Ф**ормирование **толерантного отношения к ВИЧ-позитивным людям и их ближайшему окружению.**
* Формирование и развитие волонтерского движения среди подростков и молодежи по профилактике употребления ПАВ и профилактики ВИЧ-инфекции.

**3. Принципы, на которых основана программа**

         Программа опирается на принципы, изложенные в общей части  комплексной Программы по первичной профилактике ВИЧ-инфекции в  образовательной среде,  формированию толерантного отношения к ВИЧ-позитивным людям и их ближайшему окружению.

**4. Содержание программы**

**Введение.**Представление программы. Знакомство.

**Тема 1. «Найти своё лицо»**

Понятие о личности. Комплекс устойчивых компонентов личности (темперамент, характер, способности, мотивация). Личность, индивид и индивидуальность. Понятие границ личности. Развитие личности. Самооценка.

**Показатели эффективности**: Сформированность представлений о структуре личности. Сформированность позитивной самооценки. Осознание собственных границ и права защищать свои границы.

**Критерии оценки**:

- Умеют определять, что такое личность, назвать её структурные компоненты.

- Признают позитивные качества своей личности.

- Умеют обозначить свои границы и уважают границы другого.

- Осознают непрерывность личностного развития в самопознании.

- Определяют здоровье как ресурс личностного развития.

**Профилактическая модель:** модель мотивации на личностное развитие, здоровый образ жизни.

***Форма  занятия:***семинар-тренинг

***Методы работы:***

-         ролевая игра,

-         мини-лекция.

**Тема 2. «Познаю себя в общении с другими»**

Роль общения в жизни человека. Формирование навыков эффективного общения. Я – высказывания. Я и мои друзья.

**Показатели эффективности**: Сформированность эмпатии, навыков эффективного общения.

**Критерии оценки**:

- Осознание своей потребности и способности к общению.

- Осознание возможности разных способов общения.

- Осознание возможных проблем в общении.

- Знают стили общения.

- Умеют принимать и оказывать поддержку

- Знают способы разрешения конфликтных ситуаций.

**Профилактическая модель:**модель социальной поддержки

***Форма  занятия:***семинар-тренинг

***Методы работы:***

-         ролевая игра,

-         работа в малых группах.

**Тема 3. «Управление своими чувствами»**

Чувства. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения.

**Показатели эффективности**: Сформированность представлений о диапазоне чувств, способах их проявления и регулирования.

**Критерии оценки**:

- Умеют распознавать и проявлять свои чувства;

- Умеют распознавать чувства окружающих людей;

- Владеют навыком «Я-высказываний»

- Знают способы снятия стрессового напряжения без использования ПАВ;

**Профилактическая модель:**модель аффективного обучения.

***Форма  занятия:***семинар-тренинг

***Методы работы:***

-         ролевая игра,

-         мини-лекция,

-         групповая дискуссия,

-         тренинг психической саморегуляции.

**Тема 4. «Потребности и зависимости»**

Зависимость как деструктивная форма защиты личности, как иллюзорный способ ухода от решения проблем.

**Показатели эффективности**: Сформированность представлений о потребностях в подростковом возрасте. Сформированность представлений о признаках зависимого поведения.

**Критерии оценки**:

Умеют  определить свои потребности;

- Знают способы удовлетворения своих потребностей без употребления ПАВ.

- Характеризуют признаки зависимого поведения.

**Профилактическая модель:**модель фактических знаний.

***Форма  занятия:***семинар-тренинг

***Методы работы:***

-         анкетный опрос,

-         мозговой штурм,

-         ролевая игра,

-         мини-лекция.

**Тема 5. «Незримые угрозы»**

**Содержание.**

**Тема 5.1. Введение в проблему профилактики ВИЧ-инфекции  и СПИДа**

История возникновения и распространения ВИЧ/СПИДа. Терминологическое определение ВИЧ-инфекции и СПИДа. Источники  ВИЧ-инфекции. Механизмы передачи ВИЧ-инфекции. Основные пути передачи ВИЧ-инфекции. Группы риска заражения ВИЧ-инфекцией.

**Тема 5.2. Профилактика социально-значимых заболеваний**

Структура вируса ВИЧ и его воздействие на иммунную систему человека. Развитие ВИЧ-инфекции и СПИДа. Основные тенденции развития эпидемии ВИЧ/СПИДа в России и других странах мира. Возможные последствия эпидемии. Диагностика ВИЧ-инфекции. Виды тестирования на ВИЧ. Современные возможности лечения ВИЧ-инфекции. Противоэпидемические мероприятия при ВИЧ-инфекции. Формирование приверженности антиретровирусной терапии (ВААРТ).

**Тема 5.3. Наркомания как фактор риска распространения ВИЧ-инфекции среди подростков и молодежи**

Факторы риска наркотизации и факторы защиты от употребления психоактивных веществ (ПАВ) среди подростков и молодежи.

**Показатели эффективности**: Сформированность представлений о путях передачи ВИЧ-инфекции, стадиях её развития, диагностике ВИЧ-статуса, путях предотвращения инфицирования.

**Критерии оценки**:

- Дают определение ВИЧ-инфекции, СПИДа;

- Знают пути передачи ВИЧ-инфекции;

- Знают способы профилактики ВИЧ-инфицирования;

- Знают этапы развития ВИЧ-инфекции;

- Отрицают неправильные представления о ВИЧ-инфекции.

- Знают  о доступном конфиденциальном или анонимном тестировании на ВИЧ-инфекцию и получении консультации до и после теста.

**Профилактическая модель:**модель фактических знаний.

***Форма  занятия:***семинар-тренинг

***Методы работы:***

-         анкетный опрос,

-         ролевая игра,

-         мозговой штурм,

-         мини-лекция.

**Тема 6. «Иммунитет и его значение»**

**Цель работы по теме:**Выявить у обучающихся, имеющиеся знания об иммунитете, сформировать представление о значении и работе иммунной системы для сохранения здоровья и борьбы с инфекцией.

**Содержание:**Определение понятия «иммунитет». Изучение строения и функций иммунной системы организма человека. Клетки и органы иммунной системы. Специфический и неспецифический иммунитет. Закаливание. Формирование способности переда­чи знаний об особенностях работы иммунной системы.

**Показатели эффективности**: Сформированность представлений о значении иммунной системы для здоровья человека. Сформированность представлений об управлении иммунитетом.

**Критерии оценки**:

- Знают функции иммунной системы;

- Знают структурные элементы иммунной системы и их роль в поддержании здоровья человека;

- Дают определение что такое СПИД.

- Называют способы укрепления иммунитета.

**Профилактическая модель:**модель фактических знаний.

***Форма  занятия:***семинар-тренинг

***Методы работы:***

-         анкетный опрос,

-         ролевая игра,

-         мозговой штурм,

-         дискуссия.

**Тема 7. «Ценность здоровья»**

**Цель работы по теме:** Формирование ценностного отношения к здоровью у подростков и молодежи.

**Содержание.** Здоровый образ жизни – категория, включающая в себя благоприятные условия жизнедеятельности человека, уровень его культуры, в том числе поведенческой и гигиенических навыков, позволяющих сохранять  и укреплять здоровье, способствующих предупреждению развития нарушений здоровья и поддерживающих оптимальное качество жизни. Мониторинг своего стиля жизни в целях определения ценностного отношения к здоровью. Основные составляющие ЗОЖ: воспитание здоровых привычек и навыков; отказ от вредных привычек: курение, употребление наркотиков, употребления алкоголя; питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям человека, информированность о качестве употребляемых продуктов; движение: физически активная жизнь, включая специальные физические упражнения, с учетом возрастных и физиологических особенностей; гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи; закаливание; позитивное мышление.

**Показатели эффективности**: Сформированность положительной мотивации к здоровому образу жизни.

**Критерии оценки**:

- Знают компоненты здорового образа жизни;

- Признают роль здорового образа жизни в укреплении иммунитета;

- Положительно характеризуют роль здоровья в жизни человека;

- Проявляют готовность к ведению здорового образа жизни;

**Профилактическая модель:**модель улучшения здоровья.

***Форма  занятия:***семинар-тренинг

***Методы работы:***

-         анкетный опрос,

-         ролевая игра,

-         мозговой штурм,

-         дискуссия.

**Тема 8. «Мораль и нравственность в жизни человека»**

Понятие морали и нравственности. Понятие смысла жизни и ее ценности. Понятие личностных ценностей,  семейных ценностей. Понятие мужественности и женственности в современном обществе. Использование пословиц и поговорок  при изучении норм нравственности, культуры поведения; осознание значимости семейных традиций  в решении задач воспитания мальчиков и девочек.

**Показатели эффективности**: Сформированность позитивных жизненных смыслов. Сформированность здоровой поло-ролевой и семейной идентификации.

**Критерии оценки**:

- Знают категории морали и нравственности

- Высказывают своё отношение к существующим нормам морали и нравственности;

- Придерживаются социально одобряемых норм морали и нравственности;

- Называют социально-важные качества и  роли мужчины и женщины в семье и обществе.

**Профилактическая модель:**модель моральных принципов.

***Форма  занятия:***семинар-тренинг

***Методы работы:***

-         чтение литературных примеров,

-         групповая дискуссия,

-         защита проектной инициативы.

**Тема 9. «Уверенность – моя визитка»**

Как ставить цель, решать проблемы и принимать решения. Понятие группового давления и принятия собственного решения. Уверенное поведение в трудных жизненных ситуациях. Тренинг ассертивного поведения в ситуациях психологического давления и манипуляции. Тренинг психической саморегуляции в профилактике рискового поведения среди учащихся. Навыки избегания рискованных ситуаций.

**Показатели эффективности**: Сформированность **навыков противодействия рискованному поведению (включая употребление наркотиков), способствующему заражению ВИЧ-инфекцией.**

**Критерии оценки**:

- Называют трудные жизненные ситуации и поведение в них из своего опыта;