

Занятие с элементами тренинга по профилактике СПИДа «Что нужно знать о СПИДе?»

Цель занятия: дать первичную информацию для участников тренинга о том, как передается и как не передается ВИЧ/СПИД. Научить избегать ситуации, в которых можно заразиться ВИЧ/СПИДом.

Оборудование:

- доска; - ватман;
- скотч; - ножницы;
- маркеры двух цветов;
- колечко, спички, и слоник для игры.
- надписи «высокий риск», «низкий риск», «риска нет»

Ход занятия:

1. Приветствие.

Здравствуйте! Я рада видеть вас. Сегодня мы с вами проведем тренинг о СПИДе. Сегодня вы узнаете, как защитить себя от страшной болезни, будут проводиться интересные игры.

Для успешной работы нам с вами надо познакомиться. А продедем мы это с помощью упражнения «Я делюсь...»

Упражнение «Я делюсь...»

Задача: познакомить участников друг с другом и познакомиться с ними самому.

Инструкция: сидя в кругу, каждый участник группы по очереди называет свое имя и какое-либо качество с которым он хочет поделиться с группой

2. Принятие правил.

Перед тем как продолжить занятие я предлагаю вам выработать правила работы в группе. Вы будете называть по кругу правила, какие вы бы хотели, чтобы соблюдались в группе, а я их запишу на ватмане.

3. Основная часть.

Мини - лекция

Задача: ввести в тему занятия.

А теперь немного информации о СПИДе. Впервые случай этого странного заболевания был зарегистрирован в 1978 г. Позже ученые дали ему название СПИД и обнаружили вирус (ВИЧ), который его вызывает. До сих пор неизвестно, откуда пришел ВИЧ/СПИД. Одни считают, что он появился сначала у обезьян, другие – что его искусственно создали люди.

Точно известно одно: **ВИЧ/СПИД – смертельное заболевание, от которого нет лекарства или вакцины.** Эпидемия стремительно распространяется по

всем странам и континентам. Больше всего от этого заболевания страдает молодежь в возрасте от 14 до 29 лет.

- Сегодня в мире ВИЧ/СПИДом больны более **40 млн человек**.
- **Каждую минуту** в мире примерно **11 человек** заражаются ВИЧ.
- В России официально зарегистрировано почти 300 тыс. ВИЧ-инфицированных, но предполагается, что их по крайней мере в три раза больше.
- 80% ВИЧ-инфицированных в России – молодежь от 14 до 29 лет.
- В Чувашии ВИЧ-инфицированных 312 человек
Это данные официальной статистики. Но, скорее всего, ВИЧ-инфицированных гораздо больше. Многие живут с ВИЧ, даже не подозревая об этом. Они не сдавали анализы и, соответственно, нигде не зарегистрированы.
Итак, мы узнали не очень приятную правду. А теперь давайте с вами выясни степень вашей информированности. Упражнение называется «Живая диаграмма»

Упражнение «Живая диаграмма»

Задачи: выяснить степень информированности участников по данной проблеме.

Инструкция:

Все участники выстраиваются в линию, не касаясь друг друга, и закрывают глаза. Ведущий формулирует ряд утверждений. Если участник согласен с утверждением, он делает шаг вперед, если не согласен – шаг назад, если не знает ответа – остается на месте.

Утверждения могут быть, например, такими:

- ВИЧ и СПИД – это одно и то же.
- ВИЧ можно заразиться, если пользоваться общей посудой с ВИЧ-инфицированным.
- По внешнему виду человека, возможно, определить, есть ли у него ВИЧ.
- Употребление инъекционных наркотиков – единственный путь заражения ВИЧ.
- ВИЧ передается через кровососущих насекомых.
- Если человек заразился ВИЧ, то тест сразу же покажет наличие вируса в его организме.
- Чтобы обезопасить себя, можно сделать прививку против ВИЧ.
- ВИЧ поддается полному излечению.

Если бы вы точно знали информацию, соответствующую утверждениям, вы остались бы в прямой линии. Но, как мы видим, все оказались в разных местах. А теперь следующее упражнение.

Упражнение «Тусовка»

Задача: дать группе понять, как быстро распространяется ВИЧ-инфекция; объяснить, что здоровье человека во многом зависит от его поведения.

Инструкция:

Ведущий объясняет участникам группы, что через несколько минут каждый из них окажется на тусовке. Он подчеркивает, что ВИЧ не передается через рукопожатия, но все они будут обмениваться рукопожатиями, символизирующими незащищенный половой контакт или введение наркотиков общим шприцем. Каждый может сделать три рукопожатия. Ведущий говорит, что на тусовке присутствуют два человека, инфицированных ВИЧ. ВИЧ-инфицированные будут точно так же обмениваться рукопожатиями с другими участниками тусовки, но при этом, уже после рукопожатия, подавать знак, заметный только тем, кому они пожимали руку, – например, щелкать пальцами или почесывать ладонь. Тот, кому передали секретный знак, передает его каждому при следующем контакте.

Ведущий просит поднять руку тех, кому не был передан секретный знак. Обычно таких людей в группе не оказывается.

«Сейчас мы наглядно увидели, как «ВИЧ-инфекция» распространяется очень быстро. Сначала у нас было только два человека с ВИЧ, а теперь этим вирусом заражены практически все. Почему это произошло, и что мы могли сделать, чтобы избежать заражения?». (ответы учащихся)

Вывод: «Попав в рискованную ситуацию, мы можем вести себя по-разному: можем остановиться и избежать заражения, а можем идти дальше, руководствуясь принципом «нам уже все равно», «почему страдать должен только я один» или «авось пронесет».

Энергизатор – «Колечко» (10 мин)

Задача: снятие напряжения в группе.

Инструкция:

Каждому участнику раздается спичка. Ведущий надевает на свою спичку колечко и без помощи рук передает его стоящему рядом, тот должен так же без помощи рук передать колечко следующему и так продолжается до тех пор, пока колечко не дойдет до ведущего.

Упражнение «Жидкости организма»

Задача: помочь группе понять и запомнить, в каких жидкостях организма содержится ВИЧ.

Инструкция:

Ведущий говорит участникам группы, что они уже видели, насколько быстро может распространяться ВИЧ-инфекция, и объясняет, что для защиты от инфицирования каждый должен знать, какими путями ВИЧ передается, а какими – нет. Группе предлагается перечислить все возможные жидкости человеческого организма (не только те, в которых может присутствовать ВИЧ). После того как все жидкости перечислены и записаны на доске или ватмане, ведущий задает вопрос, в каких из них, по мнению участников, может содержаться ВИЧ. Сначала отмечаются жидкости, которые называют участники, затем – другим цветом – жидкости, в которых ВИЧ на самом деле

присутствует в концентрации, достаточной для того, чтобы быть опасным для человека. Ведущий рассказывает группе об основных путях передачи ВИЧ-инфекции через отмеченные жидкости.

Упражнение «Оценка степени риска»

Задача: рассказать группе о существующих степенях риска и о том, в каких ситуациях риск может быть высоким, а в каких – низким.

Инструкция:

Ведущий говорит группе, что теперь, когда определены основные пути передачи ВИЧ, нужно понять, в каких ситуациях это может произойти с самими участниками.

Если человек правильно оценивает риск, ему легче защитить себя и своих близких. Всем участникам группы раздаются карточки, на каждой из которых описана какая-либо ситуация. Участникам дается время подумать над описанными ситуациями. Ведущий предлагает каждому участнику прикрепить доставшиеся ему карточки к соответствующему уровню на плакате. Прикрепляя карточку, каждый участник должен объяснить, почему он сделал именно такой выбор. В случае необходимости ведущий поправляет участников.

Сексуальный контакт без презерватива

Высокий

Использование общего шприца для введения наркотика

Высокий

Сексуальный контакт в состоянии наркотического или алкогольного опьянения

Высокий

Использование нестерильных инструментов для нанесения татуировок

Высокий

Использование общей бритвы

Высокий

Переливание крови:

- С соблюдением правил забора, хранения и транспортировки крови

- Без соблюдения правил забора, хранения и транспортировки крови

Низкий

Высокий

Различные косметические процедуры, нанесение татуировок, пирсинг с соблюдением правил и в специальном салоне

Низкий/Нет

Иньекции в лечебных учреждениях

Низкий/Нет

Укусы насекомых

Нет

Укусы животных

Нет

Использование чужой зубной щетки

Нет

Использование общей посуды для приготовления пищи

Нет

Уход за больным СПИДом

Нет

Объятия с ВИЧ- инфицированным человеком

Нет

Дружеский поцелуй («в щечку»)

Нет

Любовный поцелуй

Нет

Поездка в общественном транспорте вместе с ВИЧ- инфицированным человеком

Нет

Посещение школы вместе с ВИЧ - инфицированным учеником

Нет

Посещение бассейна, бани, сауны вместе с ВИЧ- инфицированным человеком

Нет

Массаж

Нет

Касание одеждой

Нет

Рукопожатие

Нет

Использование общественных туалетных комнат

Нет

Питье из общественных питьевых источников

Нет

Энергизатор – «Слоник»

Задача: снятие напряжения в группе.

Инструкция:

Ведущий берет мягкую игрушку, зажимая ее между подбородком и грудью, передает ее другому участнику без помощи рук. Так продолжается до тех пор, пока игрушка не дойдет до ведущего.

Теперь мы знаем, как можно заразиться ВИЧ и мы должны научиться защитить себя и близких от этого заболевания. А в этом нам поможет следующее упражнение. Упражнение называется «Помоги принять решение»

Упражнение «Помоги принять решение»

Задача: анализируя ситуации, связанные с воздержанием, подумать о том, как принимаются решения самими участниками группы.

Инструкция:

Ведущий перечисляет три способа защиты от ВИЧ - инфекции во время сексуальных контактов (воздержание, верность, использование презерватива) и говорит группе, что хочет обсудить с ней тему воздержания. Ведущий спрашивает участников, как они понимают слово «воздержание».

Анализируя и обобщая ответы ребят, ведущий подводит группу к тому, что под воздержанием понимается отсрочка вступления в первый сексуальный контакт или временный отказ от сексуальных контактов. Ведущий предлагает ребятам разобраться в том, что человек приобретает, а что теряет во время воздержания. Он просит участников взять карточки с записанными ситуациями.

Ведущий разбивает большую группу на мини-группы и предлагает им обсудить каждую из ситуаций. Ситуации выносятся на общее обсуждение. В заключение ведущему нужно постараться вместе с группой перечислить признаки, свидетельствующие о том, что человек готов вступить в сексуальные отношения, принять осознанное решение и защититься от возможных негативных последствий.

Против воздержания

За воздержание

Можно потерять близкого друга/подругу.

Не надо бояться возможного заражения ИППП, включая ВИЧ/СПИД.

Надо мной будут смеяться, я окажусь самым отсталым.

Позволяет избежать нежелательной беременности; решение о рождении ребенка будет принято осознанно, когда придет время.

Это вредно для здоровья.

Любовь основана не только на сексе.

Это противоестественно.

Не надо бояться, что тебя осудят «за распутность»

Возможные ситуации для обсуждения:

А. Витя и Алёна познакомились на дискотеке и начали встречаться. Через некоторое время они пошли на дискотеку вместе, танцевали все медленные танцы, а потом Витя проводил Алёну домой и поцеловал. У Вити и раньше были девочки, но для Алёны этот поцелуй оказался первым в жизни. Когда Алёна рассказала о Вите подругам, те спросили, собирается ли она заниматься с ним сексом. Алёна не знала, что ответить, потому что у большинства ее подруг уже были сексуальные отношения с парнями. Она раздумывает: если Витя предложит ей начать сексуальные отношения, согласиться на это или подождать. Что вы посоветуете Алёне?

Б. Антон попросил у своего друга Миши совета. Он уже несколько месяцев встречается с девушкой по имени Нина. Она ему нравится, и они много времени проводят вместе. Но когда Антон завёл с Ниной разговор о сексе,

она сказала, что любит его, но к сексу пока не готова. Антон не знает, почему Нина отказывается заниматься с ним сексом, и не понимает, что должен делать. Как вы думаете, что может Миша посоветовать Антону?

В. Маша и Игорь уже давно любят друг друга. Они часто видятся и мечтают о совместном будущем. У них еще не было сексуальных отношений, и они даже не говорили об этом друг с другом, но, наконец, настал момент откровенно обсудить этот вопрос. Как вы думаете, что они должны сказать друг другу?

4. Заключительная часть.

Игра «Цепная реакция»

- Для следующего упражнения я раздам вам карточки, вы никому не должны показывать то, что написано на обратной стороне.

(Каждый ученик вытягивает карточку, 2 из них «вирус», (с надписью: «пожимай руки игрокам, а жертве после рукопожатия хлопни по плечу 2 раза») и «защита» (с надписью: «пожимай руки игрокам, а тому, кого желаешь спасти при рукопожатии покажи «класс»), а остальные – «мирные жители» (с надписью: «пожимай руку остальным игрокам»).

- На двух карточках написано «вирус» и «защита», остальные «мирные жители».

- «Вы – мирные жители города N. Днём все жители города работают и учатся, а с наступлением вечера все отправляются на тусовку, где контактируют друг с другом. Вы можете ходить и пожимать друг другу руку.

(Участники двигаются под музыку и пожимают друг другу руки в течение минуты)

Тусовка закончилась. Сегодня в нашем городе «вирус» заразил человека во время драки с ВИЧ- инфицированным через рану.

(Если одного и того же человека выбрали «вирус» и «защита», то ведущий говорит о том, что «вирус» пытался заразить мирных жителей, но защита спасла 1 (2 - x) человек.

По такому принципу игра проводится дальше, но причиной заражения будут другие. Когда будет «заражена» половина города игру можно закончить.)

Варианты причин: заражение в результате незащищённого полового акта; в результате использования одной иглы для введения инъекций; в результате нанесения татуировки не стерильными инструментами; от матери к ребёнку при кормлении грудью; переливание заражённой крови; при пирсинге в неспециализированных салонах; при порезе через бритвенные приборы, в результате употребления наркотических средств.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы считаете, может ли проблема ВИЧ/СПИДа коснуться любого человека? Почему?
- Стоит ли к этой проблеме относиться безразлично?

Вывод:

- Неправы те люди, которые думают, что не может случиться со мной. К проблеме ВИЧ нельзя относиться безразлично.

Рефлексия

- Мы сегодня с вами поговорили о проблеме ВИЧ/СПИДа, пополнили свои знания об этом заболевании и я предлагаю вам написать на стикерах и прикрепить на ватман то, что дало нам занятие, что нового мы узнали.
- Давайте теперь посмотрим, что вы написали.

(Ведущий читает кто, что написал)

- Анализируя то, что вы написали, можно сделать вывод: вам удалось усвоить правила безопасного поведения, а значит, вы сможете избежать заражения ВИЧ-инфекцией. Поэтому наш ВИЧ-счётчик можно остановить! И теперь давайте сделаем вывод, каким же образом можно остановить этот «счётчик» ВИЧ-инфицированных людей?

(Необходимо вести правильный образ жизни и придерживаться рекомендаций врачей; знать о том, какими путями передаётся ВИЧ; избегать половых контактов с малоизвестными людьми, а так же с людьми из группы риска; не пользоваться чужими предметами личной гигиены.)

(Слайд с лозунгом)

- Лозунг « Всё в твоих руках!» должен стать нормой жизни для каждого человека!
- А сейчас предлагаем вам к просмотру ещё один видеоролик.