

Простые правила твоего возраста

В декабре на базе структурного подразделения «Клуб «Юность» прошло мероприятие «Простые правила твоего возраста» для учащихся старшего школьного возраста 10-15 лет, по проблеме приуроченной ко Дню борьбы со СПИДом.

В план мероприятия, приуроченное ко Дню борьбы со СПИДом входили:

Беседа (ознакомить с проблемой ВИЧ/СПИД, дать информацию о путях распространения и мерах профилактики ВИЧ – инфекции). Лекция - Сказка «Вич и его мечта». История зарождения, и трагическая судьба знаменитостей, которые погибли от этой болезни. Обсуждение, диалог, мозговой штурм.

Просмотр через видеопроектор:

- Видео - ролик: «Кратко про СПИД»;
- Всероссийская акция «Стоп ВИЧ-СПИД»;
- Что нужно знать о ВИЧ;
- «СПИД – чума 21 века»

Цель: Обобщение и закрепление знаний формирование у обучающихся представления о происхождении вируса иммунодефицита человека, о способах его передачи, течении болезни, способах защиты; выработка активной жизненной позиции по предотвращению поведенческих рисков, связанных с возможностью заражения ВИЧ;

Задачи:

- формирования убеждения в необходимости соблюдения здорового образа жизни с целью профилактики ВИЧ-инфекции;
- формирование представления о реальных масштабах распространения ВИЧ.

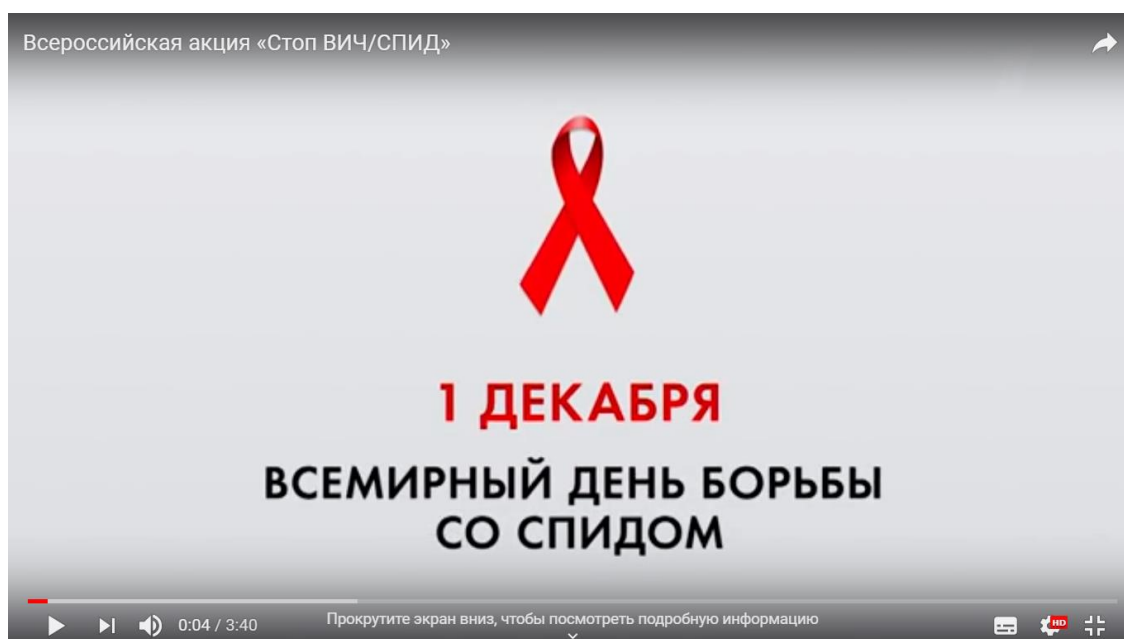
Ожидаемый результат:

- учащиеся осознают необходимость борьбы со СПИДом;
- учащиеся поймут важность информированности молодежи о проблемах, связанных со СПИДом;
- учащиеся проникнутся ответственностью за своё здоровье и здоровье окружающих людей, а также сочувствием к больным СПИДом.



<https://www.youtube.com/watch?v=b8kakyZS2IY>

Актуальность проблемы ВИЧ/СПИД заключается в том, что эпидемия не является только медицинской проблемой. Её распространение, затрагивает все сферы жизни общества и касается каждого из нас. Взгляд на эпидемию как на проблему асоциальных людей (проститутки, гомосексуалисты, наркоманы) отошли в прошлое. В настоящее время ВИЧ-инфекция проникла во все слои населения, включая благополучные, не причисленные к «группам риска», но практикующие рискованное поведение. Мы живем в стране, которая имеет самые высокие в мире темпы развития эпидемии. Если темпы эпидемии сохранятся, то в дальнейшем, каждый 10 россиянин станет ВИЧ-инфицированным. Уже десятки миллионов людей всего мира живут с ВИЧ, их окружают сотни миллионов родных и близких. Число людей, затронутых эпидемией, растет год от года.



<https://www.youtube.com/watch?v=fp35BkSH1W8>

Ежегодно 1 декабря отмечается Всемирный день борьбы с ВИЧ/СПИДом, который служит делу укрепления организационных усилий по борьбе с пандемией ВИЧ-инфекции, продолжающей распространяться по всем регионам планеты. Каждый день в мире появляется 7400 новых ВИЧ-инфицированных, а 5500 человек умирают от заболеваний, вызванных СПИДом. По статистике ВИЧ-инфекция наиболее быстро распространяется именно среди молодых людей, то есть среди тех, кому еще нет 25 лет. Каждый четвертый из людей, живущих с ВИЧ, моложе 21 года. Подростковый период является уникальным. Взрослеющий человек переживает множество физических и эмоциональных изменений. Это время постоянного поиска и экспериментов. Эти эксперименты зачастую включают в себя секс и употребление наркотиков. В этот период роста и перемен молодые люди не знают, чему верить.¹

Главными причинами опасного поведения среди подростков являются: низкая самооценка, депрессия, употребление психоактивных веществ, вовлечение в криминальную среду, хронический стресс, вызванный неблагоприятным окружением, скука и экспериментаторство, вызванные отсутствием занятий.

Что такое СПИД и ВИЧ?

СПИД означает синдром приобретенного иммунодефицита.

Приобретенный – потому что это состояние, возникающее вследствие заражения, а не передающееся по наследству генетическим путём.

Иммунный – потому что поражает иммунную (защитную) систему организма, которая борется с болезнями.

Дефицит – потому что иммунная система перестает работать должным образом: наступает её «недостаточность».

Синдром – потому что у больных возникает множество различных симптомов и оппортунистических заболеваний.



¹ <http://xn--i1abb>



Помимо проблем связанных с взрослением, подростки сталкиваются с отсутствием полной и достоверной информации об их теле и здоровье. Взрослые заботливо оберегают детей от знаний, которые могла бы защитить их от ненужного риска, во имя высших религиозных и нравственных идей. Как и везде в Российской Федерации, основная часть

ВИЧ - положительных в нашем городе – это молодые люди в возрасте до 25 лет. Неуверенность молодежи в безопасности повседневного общения с ВИЧ-инфицированными диктует необходимость борьбы с мифами и предрассудками в данной области. Именно этому и было посвящено мероприятие.



Разработаны буклеты, оговорены правила поведения и формирования уверенного поведения.

Важные качества для преодоления вредных привычек и умения не поддаваться давлению со стороны:

Самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств, места среди других людей. Самооценка является важным регулятором поведения личности. От неё зависят отношения с окружающими, критичность, требовательность к себе, отношение к своим успехам и неудачам. При заниженной самооценке наркотические вещества могут стать для человека возможностью самоутвердиться, доказать себе и другим свою значимость. К сожалению, завышенная самооценка тоже является фактором риска употребления наркотических веществ. Самый низкий риск употребления наркотических веществ у учащихся с адекватной самооценкой.

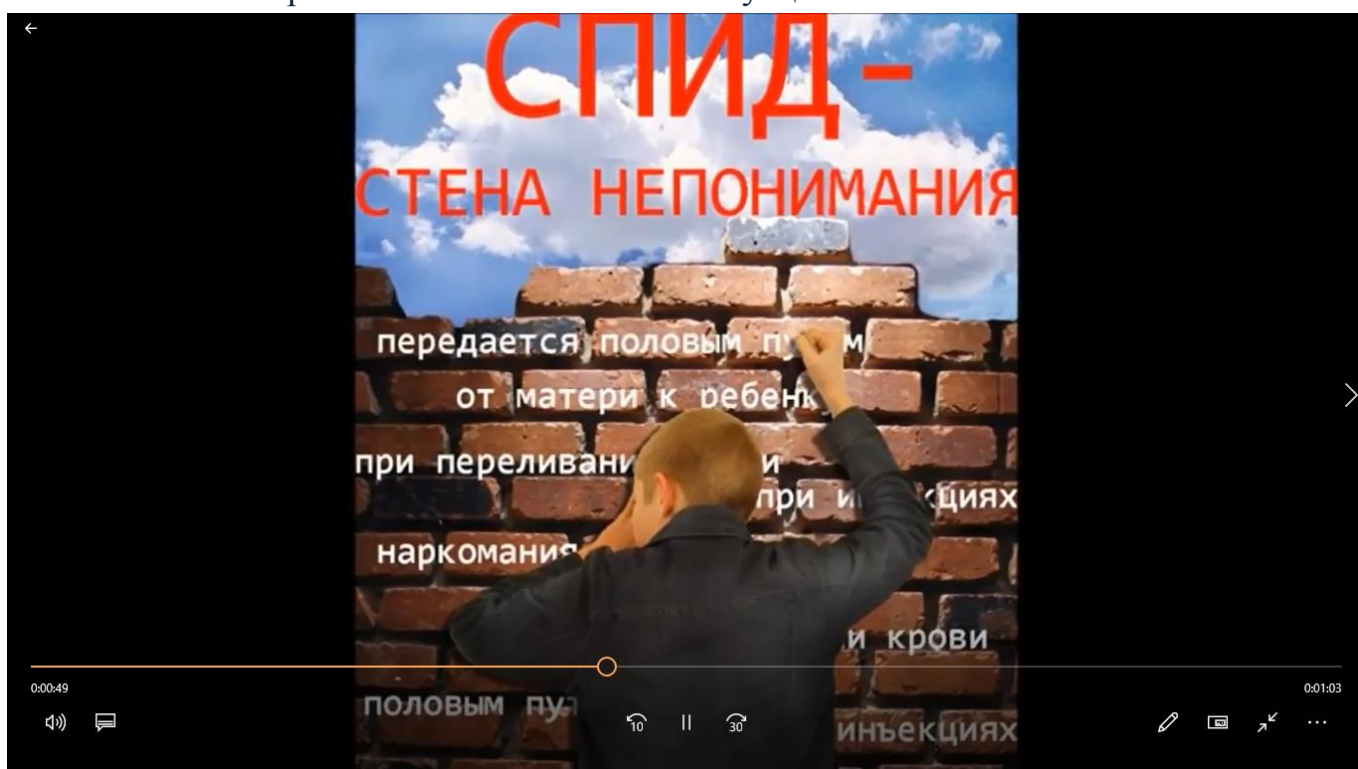


Если самооценка адекватна, то человек:

- делает ошибки и учится на них;
 - принимает свой физический облик таким, как есть, даже если он несовершенен;
 - исследует новые возможности и интересы, используя их как потенциал для роста;
 - пребывает в гармонии с собой, не чувствуя превосходства над другими людьми;
 - с уважением относится к другим;
 - заботится о своём физическом здоровье.
- ❖ **Если в твоей жизни есть! Цель** – это то, что мы хотим получить, образ желаемого результата. То есть стремление к этому, поставленные перед собой задачи, решение которых, приведут к достижению цели.
- ❖ **Выбор** – это отбор, предпочтение, одно из двух, альтернатива, дилемма. Выбор основывается на ценностях, потребностях человека, его интересах.

Существуют различные способы отказа в реальных жизненных ситуациях:

- ✋ просто сказать «нет» без объяснения;
- ✋ отказать и объяснить причины отказа;
- ✋ предложить сделать что-то другое взамен предлагаемого;
- ✋ отказать и уйти;
- ✋ убежать;
- ✋ продемонстрировать вариант поведения под названием «заезженная пластина» - на все уговоры отвечать «нет», «не буду»;
- ✋ проигнорировать предложение;
- ✋ постараться объединиться с кем-то, придерживающимся твоего мнения;
- ✋ постараться избегать опасных ситуаций.



Выбор есть всегда, и он только в твоих руках!

Ответственные:

Заведующий СП «Клуб «Юность» - Э.Р.Волкова

Педагог-психолог: О.В. Горина

Педагог-организатор: М.В.Соколов

Нижний Новгород, декабрь 2018 год