



# НЕСКУЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА

опыт реализации программы  
«Танцуй ради жизни»  
в регионах России



Пособие для специалистов, работающих с молодежью

**Руководитель авторской группы, автор-составитель:**

Алексеева Е.Г.

**Авторский коллектив:**

Алексеева Е.Г.

Загладина Х.Т.

Евлампиева Т.В.

Иванова Д.В.

Коваль-Молодцова Ю.С.

**Разработка пособия:**

Фонд социального развития и охраны здоровья «ФОКУС-МЕДИА», Москва, 2015 г.

**Редакционная группа:**

Алексеева Е.Г., Алексеева Д.В., Иванова Д.В.

**Литературный редактор, корректор:**

Копейкина В.Б.

**Верстка и дизайн:**

Васильев А. В.

**Алексеева Е.Г. и др. Нескучная профилактика. М., 2015.**

Пособие выпущено в рамках проекта «Развитие молодежной сети по защите репродуктивно-го здоровья и прав российской молодежи» при финансовой поддержке Европейской комиссии.

Данное пособие описывает современные технологии реализации профилактических программ для молодежи, которые направлены на изменение поведения целевой группы с использованием молодежной культуры и подходов «обучение через развлечение» и «равный равному». Пособие обобщает 10-летний опыт реализации проекта «Танцуй ради жизни» в более чем 30 регионах России и предлагает законченную четырехступенчатую модель «вдохновлять, обучать, вовлекать и праздновать», которая позволяет добиться значительных позитивных изменений в установках и поведении молодежи в сфере профилактики социально-значимых заболеваний и укрепления репродуктивного здоровья.



# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Вступительная статья</b>	5
<b>Словарь терминов, используемых в пособии</b>	8
<b>Глава 1. Описание ситуации</b>	12
<b>Глава 2. С чего все началось?</b>	16
2005-2006 гг. Пилотная стадия/апробация	17
2007-2008 гг. Адаптация	18
2009-2011 гг. Систематизация	19
2012-2015 гг. Качественные преобразования	20
<b>Глава 3. Концепция и философия проекта «Танцуй ради жизни»</b>	21
Методология dance4life: теоретическая обоснованность	25
<b>Глава 4. Как работает технология dance4life в России?</b>	27
Решения, выработанные dance4life в России	29
Что необходимо учитывать в российских реалиях?	31
О модели dance4life	32
Принципы работы проекта dance4life в России и их обоснование	33
Подробно о каждом из этапов модели dance4life	34
Вдохновлять	34
Обучать	43
Вовлекать	51
Адвокация	56
Фандрайзинг	60
Праздновать	64
<b>Глава 5. УНИКАЛЬНЫЙ ОПЫТ ПРОЕКТА</b>	70
Молодежь – движущая сила	70
Молодежная культура	75
Обучение через развлечение	78
Как добавить в образовательное мероприятие элемент развлечения?	79
Как обучать на развлекательном мероприятии?	81
Роль известных людей в вовлечении молодежи в решение социальных проблем	86
Опыт работы с российскими звездами	90
Информационные материалы	92
Общероссийские акции	93
Требования к концепции акции	94
Распространение материалов силами пользователей/ партнеров	94

<b>Информационные кампании</b>	<b>95</b>
Кампания по профилактике туберкулеза «Просветись»	95
Кампания по продвижению тестирования на ВИЧ «Какой ты герой: положительный или отрицательный?»	96
Информационная кампания для родителей «Поговорите со своим ребенком о репродуктивном здоровье»	98
<b>Использование Интернета для вовлечения молодежи</b>	<b>99</b>
<b>Глава 6. dance4life как сеть</b>	<b>104</b>
Как создавалась сеть?	104
«Легкая» и полная версия программы	105
Система коммуникации и принятия решений	105
Система обучения команд dance4life	106
Пятидневная программа по передаче технологии dance4life	107
Онлайн-обучение	107
<b>Глава 7. Результаты, полученные в России</b>	<b>112</b>
<b>Результаты исследования</b>	<b>112</b>
Общее восприятие проекта	113
Эффекты от участия в проекте	114
Информированность	114
Навыки и поведение	115
Стигма и табу	116
Обсуждение	116
Выводы	117
<b>Влияние проекта на молодежь устами ее представителей. Вдохновляющие личные истории</b>	<b>119</b>
<b>Приложения: алгоритмы и сценарии профилактических мероприятий</b>	<b>124</b>

# ВСТУПИТЕЛЬНАЯ СТАТЬЯ

Важнейшим ресурсом формирования культуры здорового образа жизни выступает образовательное пространство. Сегодня становится все более очевидным, что здоровая нация является залогом успешного развития любого общества, в том числе и России. Задачи распространения инновационных моделей формирования культуры безопасного образа жизни, развития системы психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся провозглашаются важнейшим направлением государственной образовательной политики. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования (ФГОС) направлен на обеспечение «создания условий для развития и самореализации обучающихся, для формирования здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни обучающихся»<sup>1</sup>. Реализация этих задач требует создания соответствующей инфраструктуры и образовательно-воспитательной среды.

Сегодня в условиях вызовов к системе образования, растет понимание того, что здоровье подрастающего поколения – важный показатель качества жизни общества, отражающий не только настоящую ситуацию, но и формирующий ее развитие в будущем. Кроме того, все мы понимаем, что для воспитания здорового подрастающего поколения необходимы объединенные усилия власти, некоммерческого сектора, структур гражданского общества, ответственного бизнеса, учреждений культуры и спорта, а так же средств массовой информации.

Экспертами ООН был разработан Индекс развития человеческого потенциала (ИРЧП) – интегральный показатель, рассчитываемый ежегодно для межстранового сравнения. В него, наряду с уровнем грамотности взрослых, охвата населения тремя ступенями образования (начальным, средним и высшим), величиной реального ВВП на душу населения и др., входит такой важный показатель как ожидаемая продолжительность жизни, оценивающий долголетие,

то есть фактор здоровья. При анализе составляющих индекса развития человеческого потенциала четко прослеживается корреляция между образованностью граждан и их представлениями о здоровье и о здоровом образе жизни.

Сегодня, и все мы это отчетливо осознаем, безопасность страны, благополучие ее населения находятся в тесной причинно-следственной связи с состоянием здоровья ее подрастающего поколения. В этом отношении ситуация в современной России вызывает наибольшую тревогу и опасения.

К сожалению, продвижению ценностей здоровья в массовой общеобразовательной школе уделяется недостаточно внимания. Многие образовательные организации не обладают соответствующей инфраструктурой формирования здорового образа жизни, не используют в своей работе здоровьесберегающих технологий, что является важнейшей причиной неосведомленности детей и подростков в отношении рисков, существующих в современном обществе. Изучение опыта воспитательной работы в школах и проведенные многочисленные исследования показывают, что школьная образовательная среда большинства образовательных организаций пока не служит основой для формирования здоровья детей и подростков, не закладывает фундамента здорового образа жизни. Следствием этого, наряду с ухудшением экологической ситуации, является рост заболеваемости среди обучающихся (проблемы, связанные со зрением, нарушением осанки, психики учащихся, заболеванием дыхательных путей и т.д.). Именно в школьный период идет приобщение детей к вредным привычкам, употреблению психоактивных веществ (ПАВ), складывается безответственное отношение к своему здоровью. А ведь в это время происходит формирование здоровья человека на всю последующую жизнь.

Исследования Центра социализации, воспитания и неформального образования ФГАУ «ФИРО»,

<sup>1</sup> Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования», <http://base.garant.ru/70188902/>

которые проводились на протяжении последних лет, показали следующее: многие работники школ признавались, что они не умеют вести профилактическую работу в области здоровьесбережения на современном уровне, не владеют современными методиками и технологиями (хотя существуют хорошие программы, новые методики и соответствующие технологии). В большинстве школ отсутствует системная работа в этой сфере, причем как в урочной, так и во внеурочной деятельности.

В реальной жизни мы часто встречаемся с тем, что молодые люди, учащиеся школ и колледжей, не принимают и не стремятся к реализации ценностей здорового и безопасного образа жизни. Сегодня распространенность подростковых аборт и употребление психоактивных веществ среди молодых людей превратилась в колоссальную проблему российского общества.

Большую тревогу вызывает то, что сама образовательная среда порождает факторы риска нарушения здоровья детей и подростков.

– Во-первых, в школе пока превалирует парадигма образования, нацеленная на знания, происходит перегрузка учащихся, или интенсификация учебного процесса (много сил детей уходит на подготовку к ГИА и ЕГЭ).

– Во-вторых, нередко встречаются случаи стрессовой педагогической практики, что ведет к нервно-психическим нарушениям, срывам у детей и подростков.

– В-третьих, не соблюдаются элементарные физиологические и гигиенические требования к организации учебного процесса<sup>2</sup>.

В ходе оптимизации общеобразовательных учреждений начала разрушаться школьная психолого-педагогическая служба, что может привести к негативным последствиям в отношении оказания своевременной помощи и поддержки как детям, так их родителям и педагогам.

В ряде школ отсутствует систематическая работа с семьей, а ведь многие из родителей не могут служить образцом для подражания, имея различные вредные привычки. Воспитательный потенциал семьи падает, многочисленные исследования показывают, что растет жестокость в отношениях между супругами, родителями и детьми. Участились случаи проявления буллинга (физическое и психологическое насилие одних детей

над другими) в общеобразовательных организациях.

Проблема психологического здоровья личности сегодня приобретает исключительно важное значение. Только психологически здоровая личность способна адекватно оценивать свои поступки и суждения, взаимодействовать с другими, адаптироваться к новым требованиям современной эпохи, проявлять свою креативность и конкурентоспособность в новых условиях. В качестве главных критериев психологического здоровья можно выделить следующие составляющие: личная целостность индивидуума; позитивная самооценка и умение демонстрировать самоуважение; позитивность основного эмоционального настроения (наличие душевного равновесия, т.е. способность в различных ситуациях приходить к состоянию внутреннего спокойствия); жизненный оптимизм; высокий уровень рефлексии, а также способность интегрировать и обобщать опыт, полученный в процессе жизнедеятельности; умения и навыки внутренней и внешней саморегуляции; самостоятельность суждений и поступков; адекватное выполнение основных возрастных, семейных, социальных и культурных ролей; способность к целеполаганию, структурированию жизни и управлению временем жизнедеятельности<sup>3</sup>.

Психологически здоровая личность может вырасти только в безопасной образовательной среде. Задачей школы, родителей и педагогов является воспитание психологически здоровой личности, способной успешно социализироваться и адаптироваться к условиям роста неопределенности и тревожности быстро меняющейся среды. Сохранение физического и психологического здоровья обучающихся – важнейшее условие функционирования и развития растущей личности.

Запрос общества и государства на сохранение здоровья детей и предотвращение деградации нации нашел свое отражение в Концепции развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации 4 сентября 2014 г. № 1726-р), в которой подчеркивается, что содержание дополнительных образовательных программ должно быть ориентировано на воспитание «культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся»<sup>4</sup>. В концепции впервые указано на расширение участия негосударственного сектора в оказании услуг дополнительного образования,

<sup>2</sup> См.: Вартынь В.Б. Здоровьесберегающие технологии в школе // Образование и здоровье: культура диалога: Сборник научно-методических материалов / Под ред. Л.А. Харисовой. – М.: Издательство «Спутник+», 2009, с.10-17.

<sup>3</sup> См.: Исенко С.П. «Оптимизирующая модель развития и воспитания подростка в системе образования» // Концепт (Научно-методический электронный журнал). 2014. - №03 (март). – ART 14076/ - 0,9 п.л. – URL: <http://e-koncert.ru/2014/14076.htm>.

<sup>4</sup> Педагогика достоинства: идеология дошкольного и дополнительного образования / под общ. ред. А.Г. Асмолова; введение А.Г. Асмолова. – М.: Федеральный институт развития образования, 2014. – с. 65.

внедрение механизмов государственного-частного и общественного-государственного партнерства.

Поведенческие профилактические программы нового поколения, разработанные и апробированные некоммерческими организациями (НКО), направлены на нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, физическому и нравственному здоровью, на снижение факторов риска приобщения к психоактивным веществам, на развитие творческого потенциала растущей личности, формирование уверенности в себе и своих возможностях. Необходимо подчеркнуть, что привычная стратегия – осуждение и запрещение – доказала свою неэффективность, традиционные информационные обучающие программы (антитабачные, антиалкогольные, антинаркотические) сегодня «не работают» и оказываются малоэффективными. Специфика подросткового возраста – периода «бури и натиска», когда рушатся стереотипы, отвергается опыт взрослых, а также негативные последствия информационной социализации, требуют создания все более совершенных профилактических оздоровительных программ, способных развить у ребят чувство самоуважения и ответственности, улучшить состояние их физического и духовно-нравственного здоровья, направить их энергию на осуществление творческих инициатив.

Социально ориентированные некоммерческие организации, реализующие программы дополнительного образования, все активнее участвуют в социализации подрастающего поколения, формировании у него позитивных ценностей, гражданских установок, активной жизненной позиции, пропаганде здорового образа жизни и массового спорта. Деятельность структур некоммерческого сектора (фонды, общественные организации и др.) в области здоровьесбережения создает условия для расширения инфраструктуры образовательного пространства, НКО вносят большой вклад в установление межведомственного, сетевого и межтерриториального взаимодействия. Умение создавать связи на различных уровнях, взаимодействовать с государственными, коммерческими структурами, налаживать партнерские отношения с различными министерствами и ведомствами несомненно является достоинством НКО.

Образовательные проекты ряда представителей «третьего сектора», наиболее успешно действующих на российском образовательном пространстве (например, фонд «ФОКУС-МЕДИА»), отличаются использованием разнообразных инновационных методик, игровых программ («учение с увлечением»),

молодежных брендов и интернет-мемов, элементов современной молодежной культуры. Все это свидетельствует о нестандартных подходах по вовлечению детей и подростков в социально значимые образовательные практики, делает процесс обучения более динамичным, ярким, мотивирует молодых людей на активное включение в образовательный процесс. При реализации проектов уже много лет используется методика работы «равных с равными». Указанная методика в сочетании с другими оказалась достаточно эффективной при проведении профилактической работы по охране здоровья среди детей и молодежи, включая подростков группы риска.

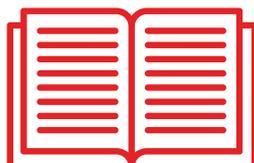
Сегодня, согласно Стратегии развития воспитания на период до 2025 г. (Распоряжение Правительства от 29 мая 2015 г. №996-р), приоритетом государственной политики в области воспитания является «создание условий для воспитания здоровой, счастливой, ориентированной на труд личности», перед российской школой поставлена задача «формирования у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью...», продвижения в обществе лучших образовательных здоровьесберегающих практик, «мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физкультурой и спортом, развитию культуры здорового питания»<sup>5</sup>.

Предлагаемое Вашему вниманию учебно-методическое пособие «Нескучная профилактика: опыт реализации программы «Танцуй ради жизни» в регионах России», разработанное сотрудниками Фонда «ФОКУС-МЕДИА», может служить ярким примером успешной реализации инновационных педагогических практик и современных технологий охраны здоровья и профилактики социально значимых заболеваний среди детей и подростков, а так же оказать реальную помощь педагогам и специалистам при проведении занятий во внеурочной деятельности и в системе дополнительного образования.

**Загладина Хмайра Тимофеевна**, руководитель Центра социализации, воспитания и неформального образования, федеральное государственное автономное учреждение «Федеральный институт развития образования», к.и.н.

<sup>5</sup> См.: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_180402/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_180402/).

# СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПОСОБИИ



**Адвокация или общественная  
кампания**  
(англ. advocacy)



термин из практики общественных организаций, обозначающий кампанию, направленную на представительство и защиту прав и интересов определённой социальной группы. Цель адвокативной деятельности – воздействие на государственные учреждения (организации) для осуществления определённых структурных изменений (например, принятие законов) в отношении группы, интересы которой таким образом отстаиваются.

**Билборд**  
(англ. billboard)



рекламный щит большого размера для размещения наружной рекламы, устанавливаемый вдоль трасс, улиц.

**Блог**  
(англ. blog, от web log)



интернет-журнал событий, интернет-дневник, онлайн-дневник) – веб-сайт, основное содержимое которого – регулярно добавляемые записи, содержащие текст, изображения или мультимедиа. Для блогов характерны недлинные записи временной значимости, упорядоченные в обратном хронологическом порядке (последняя запись сверху). Отличия блога от традиционного дневника обуславливаются средой: блоги обычно публичны и предполагают сторонних читателей, которые могут вступить в публичную полемику с автором (в комментарии к блогозаписи или своих блогах).

<b>ВИЧ</b>	→	вирус иммунодефицита человека.
<b>ВИЧ-инфекция</b>	→	медленно прогрессирующее заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).
<b>Гламур</b> (франц. <i>glamour</i> , англ. <i>glamour</i> - «шарм», «очарование», «обаяние»)	→	основанный на принципах гедонизма эстетический феномен, связанный с культурой массового потребления, модой и шоу-бизнесом. Для мировоззрения гламура характерны акцент на роскошь и внешний блеск.
<b>Демотиватор</b> (демотивационный постер)	→	разновидность настенного плаката. Демотиватор пародирует мотиваторы (плакаты, предназначенные для создания рабочего настроения), используя схожие с мотиваторами изображения, но с подписями, формально направленными на создание атмосферы обречённости и бессмысленности человеческих усилий.
<b>Контрольный лист проекта dance4life</b>	→	список обязательных и желательных критериев эффективности выполнения каждого этапа программы dance4life.
<b>Мотиватор</b>	→	плакат, предназначенный для создания рабочего настроения.
<b>Паблик</b> (англ. <i>public</i> )	→	публичная страница в социальной сети, которая имеет некоторые признаки группы: люди могут объединяться в сообщество, просматривать его новости, комментировать их. Однако при этом отсутствует возможность создавать темы и общаться между собой.
<b>Половое воспитание</b>	→	система медико-педагогических мер по воспитанию у родителей, детей, подростков и молодёжи правильного отношения к вопросам пола. Половое воспитание способствует гармоничному развитию подрастающего поколения, повышению сексологических знаний, полноценному формированию детородной функции у будущей жены (мужа), созданию чувства ответственности за здоровье и благополучие будущей жены (мужа), детей, то есть укреплению брака и семьи. В нём тесно переплетаются физиологические, гигиенические, педагогические, морально-этические и эстетические аспекты.

## Посол доброй воли



почётное звание Международного чрезвычайного фонда помощи детям Организации Объединённых Наций (ЮНИСЕФ). Цель программы состоит в том, чтобы позволить знаменитостям, небезразличным к проблемам, поднимаемым ЮНИСЕФ, использовать свою известность, чтобы привлечь внимание к важным проблемам. В проекте dance4life это звание используется с той же целью.

## Репродуктивное здоровье



по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), репродуктивное здоровье — это состояние полного физического, умственного и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или недугов, во всех аспектах, касающихся репродуктивной системы, её функций и процессов.

## Сексуальное здоровье



одна из признаваемых медициной составляющих состояния здоровья человека. Современное рабочее определение сексуального здоровья было сформулировано в рамках проводившихся в 2002 г. под эгидой ВОЗ технических консультаций по вопросам сексуального здоровья. Под сексуальным здоровьем понимается не просто отсутствие болезни, а состояние соматического, эмоционального, интеллектуального и социального благополучия в отношении сексуальности. Сексуальное здоровье предполагает позитивное и уважительное отношение к сексуальности и половым отношениям, возможность безопасно вести половую жизнь, приносящую удовлетворение, отсутствие принуждения, дискриминации и насилия. Достижение и поддержание сексуального здоровья связывается с реализацией присущих людям сексуальных прав.

## Сексуальные права



на упомянутых выше технических консультациях был также разработан перечень сексуальных прав человека, который основывается на признаваемых государствами общих правах человека. В него вошли:

- Право на сексуальное здоровье, обеспечиваемое доступностью медицинской сексологической помощи.
- Право на информацию, связанную с сексуальностью.
- Право на половое просвещение.
- Право на физическую неприкосновенность.
- Право выбора партнёра.
- Право на самостоятельное принятие решения о начале половой жизни.
- Право на добровольность половых и брачно-семейных отношений.
- Право на самостоятельное принятие решения о зачатии ребёнка и деторождении.
- Право на реализацию сексуального потенциала, ведение безопасной и позволяющей достичь удовлетворения половой жизни.

## Социальная сеть в Интернете



это виртуальная сеть, являющаяся средством обеспечения сервисов, связанных с установлением связей между ее пользователями, а также между пользователями и соответствующими их интересам информационными ресурсами, установленными на сайтах глобальной сети. Иначе говоря, это веб-сайты с возможностью указать какую-либо информацию о себе (школу, институт, дату рождения и другое), по которой участники сети могут найти друг друга. Социальная сеть направлена на построение сообществ из людей со схожими интересами и/или деятельностью. Связь осуществляется посредством сервиса внутренней почты или мгновенного обмена сообщениями.

## Социальный маркетинг



маркетинг, заключающийся в разработке, реализации и контроле социальных программ, направленных на повышение уровня восприятия определенными слоями общества определенных социальных идей, движений или практических действий. Инструменты социального маркетинга используются государственными и общественными организациями для того, чтобы убедить людей заниматься спортом, правильно питаться, бросить курить, практиковать «безопасный секс» для предотвращения распространения СПИДа, вступить в ряды доноров и т.д.

## СПИД



синдром приобретенного иммунодефицита человека, состояние, развивающееся на фоне ВИЧ-инфекции и характеризующееся множественными оппортунистическими инфекциями, неинфекционными и опухолевыми заболеваниями. СПИД является терминальной стадией ВИЧ-инфекции.

**Толерантность, толерантное отношение**  
(от лат. *tolerantia* терпение, терпеливость, принятие, добровольное перенесение страданий)



социологический термин, обозначающий терпимость к иному мировоззрению, образу жизни, поведению и обычаям. Толерантность не равносильна безразличию. Она не означает также принятия иного мировоззрения или образа жизни, она заключается в предоставлении другим права жить в соответствии с собственным мировоззрением.

**Фандрайзинг**  
(англ. *fundraising*)



процесс привлечения ресурсов (финансовых и иных) для реализации благотворительных некоммерческих проектов и программ.

**Франчайзинг**  
(англ. franchise)



вид отношений между субъектами, когда одна сторона (франчайзер) передает другой стороне (франчайзи) за плату (роялти) право на опропределенный деятельности, используя разработанную бизнес-модель ее ведения. Также франчайзер предоставляет другой стороне (франчайзи) возмездное право действовать от своего имени, используя товарные знаки и/или бренды франчайзера.

**Хипстер**  
(англ. hipster)



появившийся в США в 1940-х гг. термин, образованный от жаргонного «to be hip», что переводится приблизительно как «быть в теме» (отсюда же и «хиппи»). Первоначально это слово означало представителя особой субкультуры, сформировавшейся в среде поклонников джазовой музыки; в наше время обычно употребляется в смысле «обеспеченная городская молодёжь, интересующаяся элитарной зарубежной культурой и искусством, модой, альтернативной музыкой и инди-роком, артхаусным кино, современной литературой и т. п.».

**«Человек перемен»**



почетное звание, которое получает молодой человек, успешно прошедший три этапа программы dance4life – «вдохновлять», «обучать» и «вовлекать» и получивший право участвовать в заключительном этапе – «праздновать».



## ОПИСАНИЕ СИТУАЦИИ

Сексуальное и репродуктивное здоровье подрастающего поколения довольно давно вызывает озабоченность как медицинского и педагогического сообщества, так и родителей подростков. Основной угрозой репродуктивному здоровью молодежи с начала 2000-х гг. является несколько связанных между собой факторов: развитие в стране эпидемии ВИЧ-инфекции, туберкулеза и инфекций, передающихся половым путем (ИППП), а также огромное количество аборт (следствие фактического отсутствия использования контрацепции) и употребление наркотиков, алкоголя и табака.

Первые случаи ВИЧ-инфекции в России были зарегистрированы в 1987 г., но первый всплеск заболевания произошел в 2000-2001 гг., когда были зарегистрированы более 80 тыс. новых случаев в течение одного года. В 2006-2007 гг. их число несколько снизилось, однако с 2008 г. вновь наблюдается ежегодный прирост. В 2013 г. зарегистрировано более 75 тыс. новых случаев ВИЧ. Общее количество официально зарегистрированных случаев ВИЧ-инфекции достигло 850 тыс. человек (на 31 декабря 2014 г.). По данным руководителя Федерального Центра профилактики и борьбы с ВИЧ/СПИД академика В.В. Покровского, фактическое число ВИЧ-положительных людей может быть более 1 млн человек и даже больше. Основной вклад в эпидемию по-прежнему осуществляется через парентеральный путь передачи ВИЧ во время употребления инъекционных наркотиков, однако доля этого пути сократилась с 90% в конце 1990-х-начале 2000-х гг. до 57% в настоящее время. Остальные случаи заражения связаны с половым путем (около 40%) и вертикальной передачей вируса от матери к ребенку (1-2%). Эпидемия в России приобретает характер генерализованной, в связи с ростом полового пути передачи и выходом ВИЧ-инфекции в общую популяцию. Наиболее уязвимой группой населения являются молодые люди в возрасте до 30 лет, они составляют около 80% всех ВИЧ-инфицированных людей. В последние годы наблюдается значительная

феминизация эпидемии, причем число инфицированных женщин в некоторых регионах превосходит число инфицированных мужчин, составляя в целом около 40%. Наблюдается увеличение числа детей, рожденных ВИЧ-инфицированными матерями, число случаев вертикальной передачи достигает 5-6%. Растет число случаев ВИЧ, выявленных в возрастной группе 35-45 лет, причем у многих заболевших диагностируется длительный срок инфицирования, что свидетельствует о поздней диагностике.

Как и в других странах, ВИЧ и СПИД в России окружены многочисленными спекуляциями и мифами; нетерпимость, стигма и дискриминация людей, живущих с ВИЧ, все еще доминируют в общественном сознании. Стигма и дискриминация являются основными препятствиями к развитию профилактических программ, так как они поддерживают нежелание людей проходить тестирование и способствуют поздней диагностике инфекции.

---

**Однако ВИЧ-инфекция — это только часть целого комплекса взаимосвязанных проблем, угрожающих здоровью молодежи и осложняющих и без того серьезную демографическую ситуацию в России.**

---

К таким проблемам относятся: употребление наркотиков, нежелательная беременность и аборты, инфекции, передающиеся половым путем (ИППП), туберкулез. Решение этих проблем должно осуществляться с использованием комплексных профилактических подходов к сохранению здоровья молодежи и подростков. По статистике, количество абортов, хотя и сократилось по сравнению с советскими временами, по-прежнему на порядок выше, чем в других

странах со средним уровнем доходов, достигая 1-1,5 млн в год. По данным различных исследований, около 25-30% школьников страдают от различных форм нарушений репродуктивного здоровья. В то же время подростки начинают половую жизнь в возрасте 15-16 лет и раньше и весьма сексуально активны: согласно статистическим данным, 53,5% девочек-подростков в 19 лет имели от 3 до 6 сексуальных партнеров. Ранние сексуальные отношения в сочетании с общей неграмотностью в сфере контрацепции неизбежно приводят к увеличению количества ранних беременностей, что также неизбежно приводит к ранним абортam. В России, по статистике, около 10% всех абортov были произведены у подростков. Это более чем в 2-3 раза выше, чем в Финляндии, Швеции, Дании и Нидерландах. В России в 2013 г. 22029 девушек в возрасте до 17 лет стали мамами и 12947 прервали беременность, 35259 девушек прервали беременность в возрасте 18-19 лет.

Здоровье мальчиков также находится под угрозой. Численность официально зарегистрированных потребителей наркотиков составляет более 500 тыс. человек, из них большинство составляют мужчины. Но даже Департамент по контролю за наркотиками признает, что их число намного выше и достигает 2,5-3 млн человек, причем наркомания распространена не только среди уязвимых молодых людей, но и среди вполне зажиточных и обеспеченных групп общества и в школах.

Проблема ВИЧ-инфекции тесно связана с другим инфекционным заболеванием, которое угрожает российской молодежи — туберкулезом. В последние годы, туберкулез быстро распространяется как среди людей, живущих с ВИЧ, так и среди и ВИЧ-отрицательных молодых людей. Официально зарегистрировано более чем 350 тыс. случаев. Наиболее серьезной проблемой является большая распространенность формы туберкулеза с множественной лекарственной устойчивостью (МЛУ), что делает задачу его лечения очень трудной. В настоящее время большинство смертей ВИЧ-положительных людей происходит от туберкулеза.

Серьезной угрозой здоровью молодежи и подростков является повсеместно распространенное употребление табака и алкоголя. По данным Роспотребнадзора, 33% учащихся средних учебных заведений употребляют табак ежедневно. В день юноши и девушки выкуривают в среднем 12 и 7 сигарет соответственно. Среди молодёжи 14 -17 лет курение стало излюбленным времяпрепровождением. В этой возрастной категории есть уже заядлые курильщики с 5-летним стажем. В среднем мужчины

в РФ выкуривают по 18 сигарет в день, женщины по 13 сигарет. 7,3% млн человек в России начали курить в возрасте моложе 15 лет. Самый ранний возраст приобщения к курению 8-10 лет; в возрасте 15-19 лет курят 7% девушек и 40% юношей, а среди учащихся профессиональных училищ курят 75% юношей и 64% девушек. Согласно данным статистического отдела Росздравнадзора, в 2011 г. около 33% юношей в возрасте до 20 лет и около 20% девушек того же возраста ежедневно употребляли спиртные напитки. Подростковый алкоголизм стремительно молодеет - в настоящее время пик самого массового приобщения к спиртному перешел в возрастную группу 14-15 лет. Эту же группу в массовом порядке начинает захватывать и наркомания. Если в 2000 г. официальное количество больных алкоголизмом и наркоманией среди подростков было 18,1 на каждые 100 тыс., то в 2011 г. эта цифра достигла 20,7 на каждые 100 тыс. человек, причем не подросткового населения, а общей численности. Это только те люди, которые официально обращались за помощью в наркодиспансеры.

Все эти взаимосвязанные проблемы являются серьезной угрозой для молодежи и всего населения России.

Важным аспектом проблемы является отношение людей к собственному здоровью. По результатам исследований, здоровье не является приоритетом для населения и особенно для молодежи. Люди не хотят брать на себя ответственность за свое здоровье, занимают иждивенческую позицию, перекладывая ответственность на государство. Что касается ВИЧ-инфекции, то люди не хотят признавать угрозу для себя и принимать меры для своей защиты, считая так называемые уязвимые группы виноватыми в эпидемии и уповая на правительство, которому, по их мнению, следует принимать меры для борьбы с ней. Правительство России тем временем закрывает все эффективные программы профилактики и концентрирует свои усилия только на лечении.

В докладах Программы ООН по ВИЧ/СПИДу (ЮНЭЙДС) отмечается, что программы профилактики ВИЧ будут эффективными в долгосрочной перспективе только в том случае, если они будут предполагать социальные изменения и создание общественных движений, влияющих на государственные органы и другие заинтересованные стороны для корректировки политики в сфере ВИЧ/СПИДа.

В России, учитывая описанную ситуацию, назрела крайняя необходимость совершенствования системы полового воспитания детей и подростков, внедрения программ дополнительного обучения

в данной сфере с участием медиков, а также самой молодежи. Имеющаяся система полового просвещения и воспитания недостаточно развита и малоэффективна. У родителей, «впитавших» ханжескую этику тоталитарной эпохи, нет опыта полового воспитания своих детей. Интернет-опрос родителей подростков, проведенный Фондом «ФОКУС-МЕДИА», показал, что более 60% родителей готовы делегировать половое образование школе, при условии проведения такого обучения компетентными специалистами, такими как медики и специально подготовленные учителя. Родители также готовы доверить обучение своих детей в этой сфере специально подготовленным молодым людям в рамках программ обучения по методу «равный-равному». В то же время педагогическая концепция общеобразовательной школы по существу так и остается «бесполой» и неэффективной, а «половое самообразование» происходит в условиях доступности порнофильмов, порно-изданий, вседозволенности, педагогической запущенности. Есть и другие препятствия к внедрению полового воспитания в школах. Реальность такова, что незначительная, но чрезвычайно активная часть родителей, учителей и педагогов

высказывает опасение, что проведение полового воспитания лишает детей чистоты, делает их чрезмерно любопытными и способствует раннему интересу к данной сфере жизни человека. Существуют организации, которые активно борются против внедрения программ полового просвещения в учебных заведениях. Однако, как показывают исследования, подобные опасения совершенно необоснованны. Напротив, по данным многочисленных исследований, информированные подростки чаще откладывают на более поздний срок вступление в половую связь и более осознанно подходят к выстраиванию отношений с противоположным полом. Опрос подростков, проведенный Фондом «ФОКУС-МЕДИА» в 2014 г., показал, что большинство из них считают себя недостаточно информированными в вопросах репродуктивного здоровья, а 86% хотели бы получить дополнительную информацию по этим проблемам.

**Таким образом, актуальность реализации проекта dance4life («Танцуй ради жизни»), о котором пойдет речь в этой книге, в России обусловлена рядом факторов.**

1

Среди молодых людей наблюдается ухудшение состояния здоровья в связи с распространением ВИЧ/СПИДа, ИППП, нежелательной беременности, употребления наркотиков, алкоголя и табака.

2

Молодежь недостаточно информирована о сексуальном и репродуктивном здоровье и правах.

3

Отсутствуют общепринятые профилактические программы в данной сфере для молодежи и подростков.

**Наконец, молодые люди и молодежные общественные организации не являются активными действующими лицами в разработке политики и программ предотвращения распространения ВИЧ, СПИДа и наркомании.**

## ИСТОРИЯ ПРОЕКТА



**dance4life** является международным проектом, направленным на продвижение здорового образа жизни среди молодежи, на сохранение и укрепление ее репродуктивного здоровья, профилактику ВИЧ-инфекции и других социально значимых заболеваний, на повышение уровня осведомленности молодежи о репродуктивных правах.

Инновационность подхода **dance4life** заключается в сочетании донесения серьезной информации средствами современной молодежной культуры (музыки, танца, социальных сетей, вечеринок, вовлечением известных людей и др.) и подхода «равный обучает равного». Возраст участников проекта - от 13 до 25 лет.

**В 2014 г. международному проекту dance4life исполнилось десять лет. На сегодняшний день проектом охвачено более 1,5 млн молодых людей в более чем 30 странах мира. Более 0,5 млн из них стали активными участниками проекта и предприняли активные действия, чтобы передать другим людям информацию о том, как сохранить свое репродуктивное здоровье.**



Основан  
в 2004 году

1 500 000  
людей

30 стран  
мира

## С чего все началось?



Во время совместной поездки по Африке два известных маркетолога из Нидерландов — Деннис Карпес (увлеченный кайт-серфер) и Илко ван дер Линде (страстный путешественник) были потрясены последствиями ВИЧ-инфекции, они увидели, как вирус безмолвно распространяется по всему миру. И это послужило отправной точкой для dance4life, они приняли решение создать молодежное движение, которое позволит решить проблему распространения ВИЧ/СПИДа на глобальном уровне.

За пару лет до этого Деннис Карпес познакомился с организацией Red Zebra, работающей с подростками в трудной жизненной ситуации с помощью музыки, ритма, танца. Представители Red Zebra были приглашены к совместной работе над новым молодежным движением. В результате этого профессионального сотрудничества и родился проект dance4life.

Самое первое мероприятие, ставшее отправной точкой проекта, состоялось 27 апреля 2004 г. в Амстердаме. На пресс-конференции, приуроченной к нему, были заявлены цели и концепция dance4life. В 2004 г. в проекте приняло участие 3 страны (3 континента) — Нидерланды, Южная Африка и Индонезия. К 2006 г.

к проекту присоединились уже 11 стран, к 2008 г. — 19 стран, а в 2013 г. общее число стран-участников достигло 24-х.

В настоящий момент (2015 г.) в проекте участвуют 19 стран: Аргентина, Барбадос, Гана, Германия, Замбия, Индия, Индонезия, Испания, Кения, Мексика, Непал, Нидерланды, Пакистан, Перу, Россия, Танзания, Уганда, Эфиопия и Южная Африка.

В 2004 г. в Нидерландах Илко ван дер Линде познакомился с директором Фонда социального развития и охраны здоровья «ФОКУС-МЕДИА» Евгенией Алексеевой. Тогда Илко с огромным вдохновением рассказал ей о проекте и предложил Фонду участвовать в нем от лица России. Уже в 2005 г., фактически на самых первых этапах существования dance4life Россия подключилась к проекту. К тому времени Фонд «ФОКУС-МЕДИА» более 7 лет работал в области охраны здоровья населения и, в частности, профилактики ВИЧ/СПИДа среди молодежи. Специалисты Фонда обладали успешным опытом разработки уникальных программ социального развития для населения и адаптации эффективных международных методик.

## Пилотная стадия/апробация



2005-2006 гг.

В июне 2005 г. представители Фонда приняли участие в первой международной встрече проекта, и уже в сентябре экспертами из организации Red Zebra был проведен установочный тренинг для будущих координаторов и первых организационных команд проекта в России. Затем, с октября по декабрь 2005 г., был реализован пробный, пилотный вариант проекта, в ходе которого были

выявлены основные преимущества, сложности и возможности развития dance4life в России. В течение 2006 г., благодаря поддержке Глобального фонда по борьбе с ВИЧ/СПИДом, туберкулезом и малярией, в сотрудничестве с региональными партнерами Фонда «ФОКУС-МЕДИА» проект был запущен в нескольких российских городах: Красноярске, Нижнем Новгороде, Санкт-Петербурге, Пскове, Улан-Удэ.



## Адаптация



2007-2008 гг.

В этот период продолжилась передача технологии и создание новых команд в российских регионах. Получив более широкое распространение и применение, технология dance4life начала претерпевать изменения, адаптироваться к российским реалиям. В 2007 г. ФГУ Федеральный институт развития образования (ФИРО) провел свою экспертизу проекта и дал заключение о том, что dance4life может быть использован при проведении работы по профилактике ВИЧ-инфекции в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. При этом были даны рекомендации по усовершенствованию обучающего компонента. В 2008 г. специалистами молодежного центра г. Волжского была разработана новая обучающая программа «Жизненные навыки» для второго этапа проекта. И в том же году ФИРО рекомендовал ее к использованию в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Концепция проекта развивалась и на международном уровне, подключались новые страны, требовались более подробные стандарты качества

и критерии эффективности. В этот период на международном уровне произошло несколько ключевых изменений – в 2007 г. головной офис dance4life возглавила новый директор – Эвелин Андекерк. Она была приглашена основателями проекта для дальнейшего развития и структуризации процессов, вывода инициативы на новый уровень. В 2009 г. кардинально поменялся визуальный бренд проекта.

К концу 2009 г. в России сформировалась прочная сеть людей и организаций, работающих в регионах по технологии dance4life. Были проведены новые тренинги для региональных координаторов и команд, в том числе представителями Red Zebra. Фонд «ФОКУС-МЕДИА» подписал лицензионное соглашение с фондом dance4life, закрепившись таким образом в качестве национального координатора проекта, Фондом были подписаны лицензионные соглашения с региональными организациями-партнерами проекта и введены подробные критерии отчетности и параметры реализации технологии. Название проекта на английском и русском языках было запатентовано.

## Систематизация



2009-2011 гг.



На следующем этапе был разработан и закреплен пакет инструментов, необходимый для качественной и полноценной работы региональных команд dance4life. Отдельные компоненты проекта были переработаны и предложены регионам в унифицированном виде. Сформировалась система постоянного обучения и подготовки новых членов команд в регионах. На этом этапе был создан комплект видеопроductов (как международных, так и оригинальных российских), посвященных проекту и его отдельным информационным и профилактическим компонентам. Значительные усилия были направлены на работу с послами доброй воли проекта – популярными музыкантами, общественными деятелями (такими как

журналист и телеведущий Владимир Познер, один из самых известных российских диджеев - DJ Feel, певец и актер Алексей Воробьев, хоккеист Павел Дацюк и др.). Также была проделана серьезная работа по дальнейшему выстраиванию взаимодействия с государственными структурами на федеральном и региональном уровнях. В сентябре 2011 г. в Москве по инициативе dance4life впервые была организована конференция «Профилактика социально значимых заболеваний среди молодежи: лучшие практики». В том же году представители dance4life из более чем 20 регионов приняли участие в тренинге по передаче технологии проекта с участием британских тренеров из организации Red Zebra.

# Качественные преобразования



2012-2015 гг.



Казалось бы, за предыдущие годы в проекте были созданы все условия для его неограниченного расширения: поиска новых организаций-партнеров, передачи им технологии и последующей совместной работы. Но в этот период произошли серьезные изменения. На фоне нарастающего влияния консервативных взглядов в обществе 1 сентября 2012 г. вступил в силу Федеральный закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию». По сути, проект dance4life никак не противоречит этому закону, вся информация, предоставляемая школьникам, соответствует категории 12+, но образовательные учреждения стали крайне осторожно относиться к темам, касающимся полового воспитания. И такая настороженность системы образования стала новым вызовом для проекта.

В проекте возникло еще одно направление - адвокаты. Мы стали активно работать не только с молодежью, но и со взрослыми людьми (педагогами, родителями, людьми, принимающими решения) убеждая их в необходимости продолжить работу по сохранению репродуктивного здоровья подростков путем передачи им полных и достоверных знаний.

Также из-за появления трудностей, связанных с доступом в образовательные учреждения, было уделено много внимания путям развития проекта при помощи Интернета. Национальный офис постоянно находил новые онлайн возможности для

информирования, обучения и вовлечения людей, управления проектом: была организована обучающая онлайн-школа для координаторов и волонтеров, накоплен большой опыт работы в социальных сетях, создан онлайн-аналог тренинга «Жизненные навыки» - обучающая платформа 2live.ru.

Кроме того, у Фонда «ФОКУС-МЕДИА» появился опыт согласования своих материалов с Роскомнадзором (Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций), что, несомненно, облегчает доступ в школы.

Важным результатом длительного развития проекта стал заметный рост профессионализма партнерских организаций. В этот период координаторы команд и многие волонтеры стали экспертами в теме профилактики ВИЧ, причем не только в своих городах, но и в масштабах страны. Это, конечно, отразилось и на функционировании проекта. Координаторы проектов и их помощники стали вовлекаться в стратегическое планирование, в принятие всех ключевых решений, зачастую Фонд стал привлекать их в качестве экспертов для развития проекта.

Такое качественное преобразование партнерских организаций и национального офиса, расширение направлений работы и багажа инструментов помогли проекту продолжать свою деятельность даже в весьма недоброжелательной среде.

# КОНЦЕПЦИЯ И ФИЛОСОФИЯ ПРОЕКТА «ТАНЦУЙ РАДИ ЖИЗНИ»

Самой главной особенностью проекта является использование молодежной культуры для передачи информации. Мы уверены, что энергия и творчество молодых людей действительно могут изменить мир к лучшему.

Для того чтобы этот молодежный дух проекта был заметен, сразу привлекал к себе внимание, в концепцию проекта встроены танец. Он помогает соединить молодежь из разных стран, преодолевая языковые и культурные барьеры, помогает привлечь внимание людей и вовлечь новых участников, создать неповторимое настроение, раскрепостить и объединить их. Танец в нашем проекте является универсальным языком и символом общих успехов и достижений молодых людей, вовлеченных в dance4life.

В основе проекта лежит технология, включающая в себя 4 последовательных этапа. Они были сформулированы маркетинговыми специалистами Деннисом Карпесом и Илко ван дер Линде (основателями проекта). В России проект обрел свою жизнь на базе Фонда «ФОКУС-МЕДИА», занимающегося социальным маркетингом.

Как мы понимаем маркетинг? Существует множество различных определений данного понятия, но, говоря простым языком, маркетинг – это процесс изучения целевой аудитории, ее потребностей, выявления и формирование новых потребностей с целью предоставления аудитории продукта, удовлетворяющего эти потребности, а также – обучение аудитории правильному использованию этого продукта. Коммерческий маркетинг облегчает коммуникацию между аудиторией и производителем, в результате чего производитель получает прибыль, а аудитория – удовлетворение своей потребности. А социальный маркетинг позволяет «производителю» (некоммерческим организациям) улучшить социальную ситуацию, предлагая эффективные социальные услуги и программы, а аудитории получать пользу для себя.

В соответствии с маркетинговым подходом проект dance4life состоит из 4 этапов: «Вдохновлять» (inspire), «Обучать» (educate), «Вовлекать» (activate) и «Праздновать» (celebrate). Каждый из них выполняет определенную задачу.



## Этап «Вдохновлять»

Этап «Вдохновлять» является «запуском» проекта, его презентацией. На этом этапе создается особый настрой, передающий всю энергию и драйв проекта, его неформальность. Именно в этот момент команда dance4life устанавливает первый контакт с молодежью и вдохновляет ее к участию в проекте. Молодые люди узнают о dance4life, получают базовые знания о ВИЧ-инфекции, с ними обсуждается тема толерантного отношения к людям, живущим с ВИЧ. Но самым ярким и привлекательным компонентом этапа «Вдохновлять» является разучивание ключевых движений нашего танца-символа, а потом его совместное исполнение.

По сути, на первом этапе проекта мы демонстрируем молодежи необходимость получения знаний о репродуктивном здоровье (актуализируем эту потребность) и предлагаем решение – дальнейшее участие в проекте. Кроме того, технология задействует важнейшие потребности подросткового возраста – общения со сверстниками и принадлежности к группе. Поэтому на этапе «Вдохновлять» всю презентацию проекта подростки ведут самостоятельно (без участия взрослых), одной дружной командой



## Этап «Обучать»

На этапе «Обучать» молодые люди в рамках тренинга получают информацию о том, как сохранить свое репродуктивное здоровье и необходимые для этого навыки. Тренинг также ведут обученные молодые люди. Иногда мы привлекаем и взрослых специалистов (врачей, социальных работников), но обязательным условием их участия является умение вести диалог с молодежью на равных.

Известно, что в подростковом возрасте происходит заметное изменение восприятия сверстников противоположного пола, отношений между юношами и девушками, а также появление сексуального возбуждения. Эти естественные изменения рождают в подростках потребность узнать больше о темах, касающихся интимных отношений. Но они довольно редко думают о мерах безопасности, о том, как сохранить свое здоровье, о психологической стороне вопроса.

Наш проект, отвечая на запрос подростков узнать больше, обсудить деликатные темы, создает безопасную, уважающую личное мнение и особенности участников среду для обсуждения. Важно, что при этом мы акцентируем внимание на личной ответственности за собственный выбор и на необходимости делать его на основе достоверных знаний и полной информированности о последствиях своего выбора. Такой подход удовлетворяет потребность подростков в обретении «чувства взрослости». Кроме того, получение новых практических знаний удовлетворяет потребность человека в ощущении своей компетентности.



## Этап «Вовлекать»

Это этап, на котором молодые люди начинают действовать самостоятельно и «меняют мир». Они используют знания и навыки, полученные на этапе «Обучать», чтобы передать эту информацию дальше, другим людям. Их действия могут быть самыми разными (информационные акции в учебных учреждениях и на улицах, работа в социальных сетях и др.), но все они направлены на достижение изменений в обществе.

Чаще всего на этом этапе подростки действуют в команде, что удовлетворяет потребность быть причастным к группе (причем, команда волонтеров dance4life – это всегда привлекательная группа, так как волонтерами проекта становятся яркие и активные подростки, или же они становятся таковыми в ходе проекта).

Очень важно, что на этом этапе молодые люди:

- повышают ощущение своей компетентности потому, что обучают (информируют) других людей;

- имеют возможность проявить самостоятельность, быть «взрослыми», организовать процесс от начала до конца (конечно, получая при необходимости консультации специалистов);

- направляют свою огромную энергию в созидательное русло и занимаются социально значимой деятельностью, чувствуют, что делают важный вклад в развитие общества (при этом, учитывая особенности темы, они сохраняют возможность быть немного бунтарями, действовать вопреки консервативным взглядам значимых взрослых).



## Этап «Праздновать»

Следующий этап проекта dance4life называется «Праздновать». Это награда за ту работу, которую провели молодые люди. Отмечать успехи можно по-разному, но это всегда весело и всегда четко связано с другими этапами программы dance4life. Наши команды организуют вечеринки, концерты, встречи с поеданием пиццы и просмотрами интересных фильмов, конкурсами. Тут нет никаких пределов фантазии. «Праздновать» - это важный шаг для того, чтобы подтвердить значимость участия молодых людей в проекте и в жизни общества в целом, повысить их самооценку, удовлетворить потребность в признании. В теории социального маркетинга это соответствует вознаграждению за предпринятые действия и является важным компонентом стратегии изменения поведения.



В каждой стране эта четырехшаговая модель реализуется местными организациями-партнерами по принципу социального франчайзинга, с учетом региональной специфики, культуры и эпидемиологической ситуации, что позволяет ей быть более устойчивой, востребованной и адаптированной к местным условиям. Головной офис dance4life заключает лицензионные соглашения с партнерскими организациями в каждой стране и передает им права на концепцию

dance4life на национальном уровне.

Помимо описанных четырех этапов, важное место в программе dance4life отводится коммуникациям, продвижению бренда, адвокативной деятельности, а главное - обеспечению полноценного участия молодежи в разработке, реализации и оценке программы.

## Бренд dance4life



Бренд dance4life — привлекательный, яркий, динамичный, запоминающийся. Проект уделяет значительное внимание развитию и продвижению бренда, так как именно он в конечном итоге, позволяет всем элементам программы выделяться среди огромного количества информационных потоков. Бренд, как магнит, притягивает и объединяет вокруг себя молодежь и сторонников dance4life.

Хотя нужно признать, что порой в России международный бренд воспринимается взрослым населением с осторожностью и скепсисом. В качестве компромиссного решения мы используем в сувенирной и информационной продукции логотип с русскими элементами, и переводим название («Танцуй ради жизни!»).



Вся адвокативная деятельность в dance4life направлена на то, чтобы проблемы молодежи в области репродуктивного здоровья и прав человека выносились на обсуждение политиков и других лиц, принимающих решения.

В России проект сконцентрирован на организации доступа молодых людей к полной и достоверной информации о сохранении здоровья, а также – к качественным медицинским услугам.

Полноценное участие молодежи – это не этап и не часть программы. Это то, что мы делаем постоянно, каждую минуту. Мы вовлекаем молодежь в реализацию проекта, в принятие стратегических решений, в адвокативную деятельность, в поиск новых направлений работы и т.д. Во всем этом у молодых людей есть право голоса, и этот голос учитывается.

Несколько комплексных исследований и оценок, проведенных как представителями dance4life, так и внешними организациями, подтвердили, что четырехступенчатая модель dance4life эффективна в изменении поведения молодежи. У молодых людей, принявших участие в комплексной программе dance4life, значительно улучшаются знания в области контрацепции, инфекций, передаваемых половым путем, о способах передачи и ВИЧ, а также меняется отношение к ранним бракам, насилию, неравенству, к людям, живущим с ВИЧ.

Оценка dance4life, проведенная крупной голландской исследовательской организацией (Королевским институтом тропической медицины) в России и Уганде в 2011 г. (см. главу 7), показала что у молодежи, принявшей участие в программе, значительно повысилась самооценка и ощущение компетентности:

- в России большинство школьников стали более компетентными при обсуждении вопросов, связанных с ВИЧ и репродуктивным здоровьем (87%) по итогам участия в программе, а 89% заявили, что они теперь открыто говорят об этом;

- в Уганде участие молодых людей в программе также значительно повлияло на их способность открыто обсуждать непростые темы, связанные с ВИЧ и безопасным сексуальным поведением (92,1%);

- значительно большее количество участников программы dance4life (по сравнению с их сверстниками, обучающимися в той же школе, но не участвующими в программе) заявило о знании своих репродуктивных прав (76,9% по сравнению с 36,8%).

# Методология dance4life: теоретическая обоснованность

Методология dance4life в первую очередь строится на научно обоснованных подходах к изменению поведения (behaviour change), в частности на теории изменения поведения Айзека Айзена. Как и во многих других теориях изменения поведения, в рамках этой концепции выделены следующие важные детерминанты человеческого поведения:

**Знания** →

Все знания, необходимые для принятия решений. Для молодежной среды характерно множество заблуждений и мифов, особенно о сексуальности, сексуальном поведении и репродуктивном здоровье и правах.

**Восприятие  
собственного  
риска** →

Восприятие своих реальных рисков, отличающееся от простого знания о рисках. Люди склонны недооценивать свои собственные риски, и переоценить риски других. Например, человек знает, что может заразиться ВИЧ, когда не использует презерватив во время полового акта. Тем не менее, даже если он знает, что риск достаточно высок, человек может воспринимать риск для себя как очень низкий. Результат - он не будет использовать презерватив.

**Отношение** →

Осознание и оценка преимуществ и недостатков определенных моделей поведения. Например, четко осознаваемые выгоды от использования презерватива, отсутствие чувства стыда за его использование.

**Влияние социума** →

Положительные и отрицательные воздействия окружающих, и/или определенных социальных норм или давление со стороны сверстников. Воздействие социума имеет две составляющие:

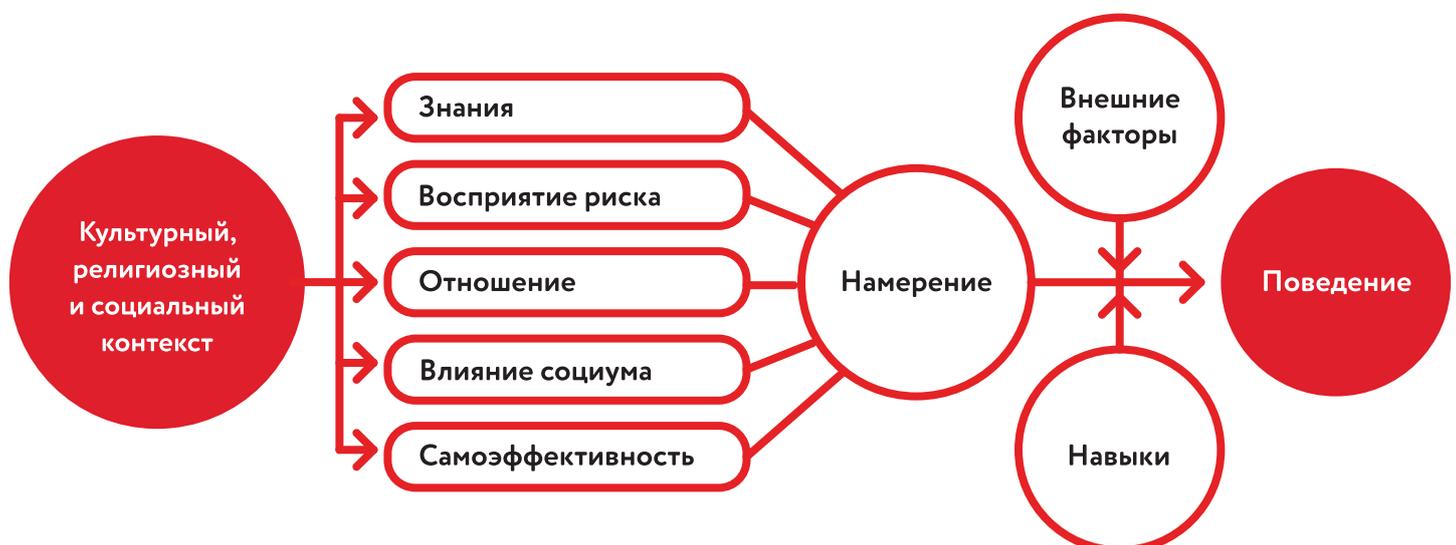
1. фактическое влияние (то, что реально думают, представляют себе сверстники о конкретной ситуации);

2. воспринимаемое влияние (то, что человеку кажется, что думают сверстники о конкретной ситуации).

**Уверенность в себе,  
самоэффективность** →

Способность человека придерживаться выбранной нормы поведения. Например, его уверенность в том, что он сможет использовать презерватив даже в сложных ситуациях, когда партнер этого не хочет. Самоэффективность можно назвать также убежденностью или приверженностью. Исследования показывают, что самоэффективность является наиболее важным прогностическим фактором поведения: если она высока, то смена модели поведения, скорее всего, произойдет.

На эти детерминанты также накладываются такие факторы, как культурный и социальный контексты (существующие общественные нормы), внешние барьеры, уровень владения определенными навыками (например, умение правильно использовать методы контрацепции), что в конечном итоге приводит к тому или иному поведенческому результату.



### Возникновение новых случаев ВИЧ-инфекции



#### Поведенческие детерминанты:

- отсутствие знаний о рисках незащищенного полового контакта;
- нехватка веры в собственные силы и навыков, необходимых для того, чтобы открыто поговорить с партнером об использовании презерватива.

#### Поведенческий результат:

- не используется презерватив, происходит незащищенный сексуальный контакт.

#### Последствия:

- новые случаи ВИЧ-инфекции среди молодежи.

Таким образом, важно работать со всеми факторами и поведенческими детерминантами, на которые мы можем оказать реальное влияние и в результате избежать нежелательного поведения и серьезных последствий для здоровья молодых людей.

Еще одна научная теория, лежащая в основе работы dance4life и объясняющая, что именно побуждает молодых людей изменить поведение и предпринять конкретные действия для защиты здоровья, это теория самодетерминации Э. Деси и Р. Райана.

Теория самодетерминации нацелена на определение факторов, которые питают врожденный потенциал человека, определяющий рост, интеграцию и здоровье, и на исследование процессов и условий, способствующих здоровому развитию и эффективному функционированию индивидов, групп и сообществ (Ryan, Deci, 2000, p.74). В рамках данной теории определяются условия, способствующие или мешающие нормальному развитию человека, и поиск тех ресурсов в человеке, которые могли бы помочь ему противостоять негативному влиянию среды без ущерба самому себе.

Согласно этой теории, мотивация основывается на трех базовых человеческих потребностях: компетентность (навыки и умения ориентироваться в окружающем мире и быть уверенным в своих действиях), причастность (принадлежность к определенной группе, движению, желание быть частью большего или внести свой вклад) и автономия (потребность

в контроле и управлении собственной жизнью, способность делать собственный выбор).

В четырехступенчатой программе dance4life каждый этап включает в себя тот или иной тип мотивации и реализует как минимум одну из перечисленных базовых человеческих потребностей. Программа начинается с развлечения и вдохновения (потребность в причастности), следующий этап – обучение – реализует потребность в компетентности и автономии. Третий этап привлекает молодых людей тем, что он позволяет им проявить свои таланты и получить признание окружения (компетентность, причастность и автономия).

Теория самодетерминации также демонстрирует влияние внешних факторов на мотивацию. Такими внешними факторами могут быть награда, привлекающий бренд, сертификат, позволяющий отметить достижения (это как раз то, что происходит в программе dance4life на четвертом этапе). Однако внешние факторы оказывают положительное влияние на мотивацию только в том случае, когда они вызывают все те же ощущения компетентности, автономии и причастности.

Для активного вовлечения молодых людей необходимы все три элемента мотивации, поэтому важно обеспечить комплексность и целостность программы dance4life, в которой ясно видны связи между всеми четырьмя этапами.

<sup>6</sup> Подробнее на англ. яз.: <http://www.selfdeterminationtheory.org/>, на рус. яз.:

[http://www.psychologos.ru/articles/view/avtonomiya\\_i\\_samodeterminaciya\\_v\\_psihologii\\_motivacii\\_dvoe\\_zn\\_teoriya\\_e\\_desi\\_i\\_r\\_rayana](http://www.psychologos.ru/articles/view/avtonomiya_i_samodeterminaciya_v_psihologii_motivacii_dvoe_zn_teoriya_e_desi_i_r_rayana).

# КАК РАБОТАЕТ ТЕХНОЛОГИЯ DANCE4LIFE В РОССИИ?

Согласно мировому опыту и научным данным, чтобы молодые люди вели себя более безопасно, они должны обладать достоверной информацией, как защитить свое здоровье, и владеть необходимыми навыками. Для этого очень важно, чтобы молодой

человек получал одну и ту же информацию из разных значимых для него источников – от родителей, педагогов, сверстников, из средств массовой информации. Рассмотрим, как это происходит в России.

источник информации

## РОДИТЕЛИ

По отзывам подростков - участников российского проекта dance4life, родители не разговаривают со своими взрослеющими детьми на тему половых отношений и репродуктивного здоровья, а в случаях, когда беседы происходят, рекомендации носят довольно общий характер: «веди себя хорошо», «семья защищает от всех проблем» и т.д. Исключением являются родители с медицинским образованием, которые имеют мотивацию, знания и владеют терминологией для более конкретного и содержательного разговора.

Есть небольшая группа категорично настроенных родителей, которые считают, что вопросы полового

воспитания должны обсуждаться только в семье, или вовсе не требуют обсуждения с подростками, так как провоцируют ненужный интерес к этой теме.

Большинство же родителей при опросах заявляет о готовности обсуждать с детьми эту тему, если будет удобный повод (например, сюжет в фильме, ситуация из жизни), или если дети сами зададут вопрос (см. Приложение №10). Но, как правило, в подростковом возрасте дети подобных вопросов родителям уже не задают, предпочитая искать ответ у сверстников или в СМИ и Интернете.

источник информации

## ПЕДАГОГИ

Тема репродуктивного здоровья, половых отношений для современной российской школы является проблемной, табуированной. Для этого есть ряд причин. 1 сентября 2012 г. вступил в силу Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», а вслед за ним 30 июня 2013 г. вступил в силу Федеральный закон Российской

Федерации от 29 июня 2013 г. № 135-ФЗ «О внесении изменений в статью 5 Федерального закона «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» и отдельные законодательные акты Российской Федерации в целях защиты детей от информации, пропагандирующей отрицание традиционных семейных ценностей».

Так, подпункт 3.2 статьи 5. Виды информации, причиняющей вред здоровью и (или) развитию

детей ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» говорит, что к информации, распространение которой среди детей определенных возрастных категорий должно быть ограничено, относится информация, представляемая в виде изображения или описания половых отношений между мужчиной и женщиной. Статьи 9-10 этого же закона говорят, что для детей старше 12 лет допускается информационная продукция, содержащая оправданные жанром и (или) сюжетом не эксплуатирующие интереса к сексу и не носящие возбуждающего или оскорбительного характера эпизодические ненатуралистические изображение или описание половых отношений между мужчиной и женщиной, за исключением изображения или описания действий сексуального характера.

Оба закона дали профессиональному сообществу очень ясный сигнал, что, во избежание неприятностей, темы, связанные с интимной жизнью человека, с подростками лучше не обсуждать. Тем более что обсуждение этой сферы может потянуть за собой вопросы подростков о нетрадиционной ориентации, и тогда специалист рискует оказаться в весьма неоднозначной ситуации.

источник информации

## СВЕРСТНИКИ

Важно отметить, что непростые морально-нравственные споры на тему полового воспитания, которые кипят в обществе, мало повлияли на сексуальное поведение подростков. Пубертат не стал происходить позже: как и все предыдущие столетия, у девочек половое созревание наступает в 12-14 лет, у мальчиков – в 13-14 лет. По данным исследований, средний возраст сексуального дебюта у подростков в России составляет 16,5 лет, и к выпускным классам большинство молодых людей уже получают сексуальный опыт.

Таким образом, в среднем-старшем школьном возрасте молодые люди испытывают пусть не всегда осознаваемую, но реальную потребность в информации, как строить свою личную жизнь: в среднем – «Нормально ли быть девственником?», в старшем – «Как защитить себя от беременности?», «Можно ли доверять постоянству человека, у которого было

Важно отметить, что полностью игнорировать эти темы у школы не получается – в условиях генерализованной эпидемии ВИЧ-инфекции в России перед педагогами стоит актуальная задача профилактики ВИЧ, но информация, которую учителя решаются сообщить ребятам, слишком лаконична и обтекаема. Например, нередко мы можем наблюдать картину, когда на занятиях по профилактике ВИЧ педагоги вынуждены умалчивать про половой путь передачи и такой способ защиты от заражения как использование презервативов (а вдруг это окажет возбуждающее воздействие?). В качестве защиты ребятам предлагаются семья, здоровый образ жизни, разумное поведение – важные, основополагающие понятия, но слишком абстрактные, допускающие слишком широкую трактовку, чтобы 14-17-летний молодой человек мог самостоятельно понять, как их применять на практике. При этом говорить более определенно, конкретно педагог, скованный запретами, не может. В результате такой половинчатой информационной работы у молодежи или остается масса вопросов, рождающих домыслы, или возникает чувство ложной защищенности. И то, и другое очень опасно.

несколько сексуальных партнеров?» и т.д. Это вполне реальные вопросы, но открыто обсудить их с родителями взрослеющие дети не решаются, предпочитая спросить у сверстников или в глобальной сети. К сожалению, как среди молодежи, так и в социальных сетях сложно найти корректную, достоверную, исчерпывающую информацию, поэтому подростки при построении своей интимной жизни нередко руководствуются неправильной информацией. Незнание приводит к тому, что молодые люди практикуют рискованное поведение, которое может привести к заражению ИППП и ВИЧ, нежелательной беременности, ситуации насилия и т.д.

Итак, как мы видим, в настоящее время положение неприемлемое, и требует решительных изменений. Необходимо защитить подрастающее поколение молодежи, активизировав все источники информации – родителей, сверстников, учителей, СМИ.

## СМИ

СМИ также подпадают под действие двух законов, упомянутых выше. На деле это реализуется в маркировке передач, фильмов, статей знаками «12+», «16+» и т.д.

Парадокс ситуации заключается в том, что информация о сексе остается доступной в сериалах, ток-шоу, фильмах, социальных сетях, и маркировка мало меняет ситуацию, если подростку доступен пульт от телевизора, а родителей нет дома.

При этом запрет срывает в части производ-

ства качественных информационных материалов для подростков на тему полового поведения, репродуктивного здоровья, так как эти материалы уязвимы перед аргументом, что оказывают возбуждающее воздействие на целевую аудиторию.

Информационное пространство никогда не бывает пустым, эта ситуация приводит к широкому распространению недостоверной информации на тему репродуктивного здоровья, в первую очередь – в социальных сетях и сети Интернет.

## Решения, выработанные dance4life в России



Специалист, который занимается профилактической работой среди молодежи, должен учитывать непростые российские реалии и действовать крайне аккуратно, так как малейшая ошибка может вызвать мгновенную бурную и острую реакцию общества. Требуется мужество, смелость и внутренняя сила,

чтобы хорошо и качественно делать свою работу в таких непростых условиях.

Методом проб и ошибок, опираясь на свой горький опыт, мы нашли несколько способов развития профилактических программ даже в самой недружественной внешней среде.



## Ориентироваться на лояльных родителей

Исследование, проведенное проектом dance4life Россия среди взрослых в 2013 г., показало, что большинство (62%) родителей осознает необходимость просвещать подростков по вопросам сохранения репродуктивного здоровья, и положительно относится к тому, что эту работу проводят учителя, НКО или специально подготовленные волонтеры. Группа отрицательно настроенных родителей на самом деле невелика (38%), и это дает нам возможность работать с теми семьями, которые настроены лояльно.

Мы практикуем обращение к родителям с разъяснением, какую программу мы готовы предложить их детям, почему это актуально, каковы условия участия, кто будет проводить мероприятия. Если родители заинтересованы/не возражают, просим дать разрешение их ребенку-подростку принять участие. Обращаться к родителям можно на родительском собрании или через любые другие каналы коммуникации учебного заведения с родительским сообществом.

## Доверять продвижение проекта подросткам

К сожалению, администрация учебных заведений далеко не всегда открыта к сотрудничеству с социальными инициативами, особенно если речь идет о репродуктивном здоровье подростков. Одной из причин такой реакции бывает недоверие и подозрительность по отношению к НКО. В этом случае, как ни странно, срабатывает рекомендация учащихся учебного заведения. В рамках внеклассной работы ученикам довольно часто ставят задачу провести

мероприятие или сделать доклад по теме защиты здоровья, профилактики ВИЧ. Если ученик, который на хорошем счету в школе, предлагает пригласить выступить сотрудников проекта, в котором он участвует как доброволец, педагоги могут воспринять это вполне лояльно. Так, в нашей практике есть успешные примеры, когда инициаторами старта проекта в школе были сами подростки – учащиеся.



## Организовать участие в проекте онлайн

Молодые люди проводят значимое количество времени онлайн, где получают информацию и активно взаимодействуют друг с другом, таким образом, онлайн – это реальное место встречи с молодежью. Зная, как эффективен аутрич-подход (уличная социальная работа или работа напрямую с целевой аудиторией в местах ее частого пребывания) в профилактических программах, с 2010 г. мы

стали развивать профилактические программы в Интернете. Сначала мы просто предлагали молодежи получать информацию по вопросам здоровья в социальных сетях, но постепенно стали вырабатывать решения, как не только информировать в режиме онлайн, но также – вдохновлять, вовлекать в профилактические акции и отмечать достигнутые успехи. Подробно об этом можно прочитать в главе 9.

## Что необходимо учитывать в российских реалиях?

Тема защиты репродуктивного здоровья, репродуктивных прав не является обязательной для изучения в рамках школьной программы в нашей стране. В результате такой политики профилактические программы по защите репродуктивного здоровья молодежи в России носят точечный, нерегулярный характер, и хотя так или иначе эту работу ведут многие специалисты (педагоги, врачи, социальные работники, психологи, сотрудники НКО), эти усилия разрознены, а общий подход к работе не сформулирован.

Тем не менее, по нашим наблюдениям, многие про-

филактические программы для молодежи в России имеют сходные черты. Обычно, это информационное занятие в учебном заведении, приуроченное к тематической дате (например, День борьбы с курением или со СПИДом), где приглашенный специалист, или педагог, или подготовившийся ученик делает информационное сообщение коллективу подростков, нередко – в лекционной форме. В качестве альтернативы или дополнения к информационному занятию проводятся творческие мероприятия (классический вариант – конкурс плакатов или концерт).

### У такой модели есть свои преимущества и свои недостатки



- широкий охват целевой группы;
- относительная простота организации;
- возможность передать заинтересованным слушателям большой объем полезной информации.



- если целевая группа не заинтересована в информации, и ведущему не удалось ее увлечь, то усилия будут потрачены даром;
- серьезная зависимость успеха мероприятия от таланта и подготовки выступающего – понятен ли его язык, сумел ли он завоевать доверие аудитории, счел ли важным изучить потребность в информации целевой группы и т.д.;
- лекционная форма передачи информации дает очень низкий процент усвоения материала;
- конкурс плакатов, школьный концерт – это привычные, а потому нередко скучные виды активностей для молодежи. Как результат – активными участниками таких мероприятий являются лояльные, «благополучные» ученики, которые и без концертов не склонны вести рискованное поведение;
- такая модель работы предлагает молодежи пассивную роль получателей информации или исполнителей планов взрослых, поэтому потенциал подростков остается не задействованным в процессе продвижения ценности здоровья среди молодежи.

## О модели dance4life

dance4life предлагает российским специалистам совершенно иной подход к построению работы с молодежью. Этот подход имеет три отличительные черты:

1. Работа с каждой группой молодежи представляется собой 4 последовательных этапа «вдохновлять» – «обучать» – «вовлекать» – «праздновать».

2. Движущей силой движения dance4life является сама молодежь.

3. Проект говорит на языке молодежной культуры.

В том или ином виде эти отличительные черты могут встречаться в различных профилактических российских программах, но в сочетании они создают уникальную технологию dance4life.

В стандартных профилактических программах решается одна основная задача – «обучать», но dance4life считает, что этого недостаточно. У нас большие планы на молодежь как активного участника борьбы за здоровье своего поколения, и поэтому мы считаем важным вдохновлять молодых людей присоединяться к движению dance4life и делиться полученными знаниями со своим окружением. А еще мы считаем очень важным праздновать результаты, достигнутые движением, вместе со всеми, кто внес свой вклад. Это вдохновляет участников действовать дальше. Как именно мы решаем эти задачи, мы описали в главе 7.

Создатели и участники dance4life верят, что молодежь может быть действующей силой в профилактике ВИЧ и продвижении навыков защиты здоровья в своем сообществе.

Мы считаем, что такой подход хорош для всех действующих сторон. Сообщество профессионалов мобилизует дополнительные человеческие ресурсы для защиты здоровья молодежи и готовит будущее поколение специалистов. Молодые люди, в свою очередь, получают опыт конструктивного сотрудничества со взрослыми в решении важной мировой проблемы, а также важный опыт служения своему сообществу и родине. Важно отметить, что проект смог получить научное подтверждение того, что волонтерство всесторонне развивает ребят (см. об этом в главе 7).

Любой педагог может увидеть в 4-этапной модели dance4life классическую структуру урока усвоения нового материала, который включает в себя этапы «актуализация знаний – усвоение новых знаний – применение новых знаний – отработка навыка – оценка результата». Но в данном случае каждый из этих этапов решен совершенно по-новому благодаря невероятно мощному инструменту – молодежной культуре. Как именно мы используем силу молодежной культуры, подробно описано в главе 5.

## У подхода dance4life, конечно, есть свои преимущества и недостатки



- неформальный, истинно молодежный характер мероприятий проекта, так как они реализуются молодежью для молодежи;
- молодые люди – значимые участники, наравне со взрослыми, процесса сохранения здоровья молодежи;
- достоверная информация распространяется по принципу «сарафанного радио», составляя реальную альтернативу недостоверной информации, циркулирующей в среде молодежи;
- информация пользуется большим доверием, так как передается от молодых к молодым;
- информация воспринимается эмоционально как лояльной, так и «неблагополучной» молодежью благодаря силе молодежной культуры.



В целом, перечисленные недостатки скорее являются особенностями проекта, которые dance4life научился использовать.

- любой самый подготовленный волонтер не сможет заменить квалифицированного специалиста. Следует отметить, что из своего опыта мы знаем, что молодым людям не обязательно нужно знать все медицинские детали, чтобы вести себя более ответственно. Напротив, мы нередко наблюдаем, как большой объем знаний и специфических терминов мешает врачам быть понятными для подростков. Осознавая это ограничение модели проекта, мы выстраиваем «мостики» между молодежью и системой здравоохранения, перенаправляя ребят за дополнительной информацией к специалистам. Нужно отметить, что, к сожалению, система здравоохранения не всегда готова предложить молодежи доступные дружественные сервисы;
- важно постоянно контролировать качество информации, которую подготовленные волонтеры передают молодым людям (подробнее как мы это делаем, описано в главе 7);
- инновационность предложенного подхода нередко вызывает скепсис / недоверие у консервативно настроенных педагогов / родителей, которых, к тому же, может возмущать сама идея молодежного движения, которое предлагает открыто обсуждать вопросы защиты репродуктивного здоровья подростков. С сопротивлением и скепсисом взрослых нужно работать, разъясняя цели проекта и используемые в нем подходы, актуальность проблемы, которую решает движение, демонстрируя результаты и делая это с уважением права родителей на выбор того, что должен знать их ребенок. Подобнее об этом см. в Главе 5.

## Принципы работы проекта dance4life в России и их обоснование

В своей работе команда dance4life Россия опирается на 5 принципов:

1

### Принцип полноты информации:

мы не скрываем от молодых людей значимой информации о том, как сохранить и защитить свое здоровье. Например, мы перечисляем все пути передачи ВИЧ и все способы защиты от заражения ВИЧ;

2

### Принцип свободы выбора:

мы не берем на себя право настаивать на единственно правильном варианте поведения. Мы даем информацию обо всех возможных последствиях того или иного выбора, но мы не навязываем молодым людям свое мнение, как им поступать;

3

### Принцип открытости:

мы не берем на себя право осуждать людей за их выбор вне зависимости от их убеждений, модели поведения, сексуальной ориентации. Мы открыты для общения с каждым, кто нуждается в информации о том, как защитить свое репродуктивное здоровье;

4

### Принцип нейтральности:

мы не проповедуем конкретные политические или религиозные убеждения, мы нейтральны, чтобы оставаться открытыми для всех;

5

### Принцип равенства:

все участники движения dance4life равны между собой, вне зависимости от возраста и опыта каждый участник значим, и это позволяет нам сохранять неформальный дух нашего объединения.

## Подробно о каждом из этапов модели dance4life

Далее мы будем последовательно рассматривать этапы проекта dance4life. Информация о каждом этапе содержит:

- описание того, какую задачу решает данный этап, какие элементы должен включать, каким критериям

соответствовать, данное dance4life Foundation;

- пояснение, как этот этап воплощается на практике в России;

- ссылку на сценарии мероприятий, которые проводят команды dance4life на каждом этапе.

## ВДОХНОВЛЯТЬ

Как уже отмечалось, на этапе «Вдохновлять» создается правильный настрой, устанавливается контакт с молодежью. Обычно люди вдохновляются, когда сталкиваются с чем-то значимым, позитивным, увлекательным, «классным», поэтому организаторы

проекта стремятся, чтобы первое знакомство с ребятами произвело на них яркое, сильное впечатление. Пройдя этап «Вдохновлять», молодые люди должны быть готовы покорить весь мир!



команда dance4life  
готовится  
к проведению этапа  
«Вдохновлять»

## ВДОХНОВЛЯТЬ

### Определение

Вдохновлять — это первый этап программы dance4life, на котором молодые люди через музыку, танец и знакомство с личными рассказами людей о своей жизни получают первое представление о программе dance4life и проблемах, связанных с репродуктивным здоровьем, правами человека и/или ВИЧ, которые проект решает.

### Цель/задача

Вдохновить и увлечь молодых людей, чтобы они захотели участвовать в движении dance4life и программе «Жизненные навыки». Установить эмоциональную связь целевой группы с dance4life и вдохновить: пробудить стремление добиваться успеха, жить позитивно и заботиться о здоровье.



## Как это работает на практике в России?

Когда мы планируем работу с молодежью, мы должны иметь в виду, что нередко молодые люди заранее скептически настроены по отношению к нашим профилактическим усилиям, к очередной порции «нравоучений», которую (по их мнению) мы для них подготовили.

Прежде чем мы начнем «сеять доброе и вечное», необходимо найти ключ к сердцу ребят, перед которыми мы планируем выступить, чтобы наши слова не пропали даром, были услышаны и восприняты всерьез. Результат, к которому мы стремимся: осознание - молодыми людьми актуальности проблемы для себя и своего сообщества и готовность взять на себя ответственность за ее решение.

С этой целью dance4life начинает знакомство с ребятами с презентации проекта, которая носит название «Тур, соединяющий сердца», или более распространенное в российской команде короткое, энергичное название «запуск».

Это 40-минутное интерактивное шоу, которое проводится для большой группы ребят в просторном помещении (спортивный или актовый зал). Команда dance4life представляет ребятам проект, рассказывает о его целях, деятельности, дает исчерпывающий информационный блок о ВИЧ-инфекции и способах защиты от заражения, обсуждает вопрос толерантного отношения к людям, живущим с ВИЧ, и приглашает ребят присоединиться к проекту, записавшись на тренинговую программу «Жизненные навыки». В течение мероприятия звучит музыка, демонстриру-

ется видео, где к молодежи обращаются известные люди, команда танцует сама и вовлекает в разучивание танца-символа проекта аудиторию, царит неформальная атмосфера праздника и вдохновения. (См. сценарий запуска в Приложении №1).

Важно отметить, что успех этой работы целиком зависит от нашей искренности, понимания потребностей и особенностей жизни целевой аудитории, готовности работать с сопротивлением, скепсисом, недоверием. Чтобы установить контакт с подростками, недостаточно просто «ввернуть пару модных слов в спич». Мы должны любить, понимать и принимать нашу целевую аудиторию такой, какая она есть, и тогда она ответит взаимностью.

Осуждение, нравоучения, покровительственный тон, официальный язык, формальное общение — это самый неверный способ построить отношения с молодежью.

Сленг, шутки, готовность посмеяться над собой, понимание актуальной музыки и свежих фишек, способность постоять за себя, подначки, дерзость, открытость — вот стиль общения молодежи, и мы должны быть готовы к нему и быть органичными в этом общении. Самый естественный путь, как этого добиться — использовать подход «равный обучает равного», вовлекая молодых волонтеров в качестве тренеров-фасилитаторов, или формировать смешанные команды, где задействованы и молодые волонтеры, и дружественно настроенные специалисты (подробнее в главе 5).

# Контрольный лист компонента «Вдохновлять» dance4life Foundation: как должно быть и как это на практике реализуется в России

dance4life Foundation анализирует два аспекта мероприятия по запуску:

1) его организацию и 2) содержание / методологию. dance4life Foundation предлагает набор критериев, среди которых есть обязательные и соответствующие

им желательные. В таблице ниже приведены эти критерии, они объединены в группы по темам, и после каждой группы дан комментарий, как это воплощается российским проектом dance4life.

## 1. Организация мероприятия

Обязательные элементы	Желательные элементы
Использование танца, музыки и элементов молодежной культуры	Используются ударные / барабаны или другие популярные у местной молодежи инструменты
Интерактивный процесс: молодые люди — участники, а не просто зрители	Распространение презервативов
Исполняются песня и танец-символ dance4life	Демонстрируется, как правильно пользоваться презервативом

### На практике

На каждом запуске проекта dance4life музыка играет важную роль. Музыка звучит перед мероприятием, создавая неформальную атмосферу. Команды dance4life регулярно обновляют музыкальный ряд для запусков, выбирая наиболее актуальные треки. Критерий отбора музыки — чтобы даже самой скептической аудитории хотелось под нее танцевать или хотя бы топтать ногой в такт.

Музыка обязательно звучит в конце мероприятия, закрепляя ощущение праздника. Самые продвинутые команды dance4life используют музыкальные отбивки для каждого из членов команды, работающих на сцене (подобная идея отлично реализована у Comedy Club).

Еще одним неотъемлемым элементом запуска являются танцы. Не вся молодежь танцует, а еще многие молодые люди стесняются свободно себя проявлять, в т.ч. в танце, поэтому в начале каждого

запуска команда предлагает участникам необычный опыт — разучить перкуссию.

Перкуссия (лат. *percussio*, буквально — нанесение ударов, здесь — постукивание) — это сплав музыкальной импровизации и танца, когда тело человека используется как музыкальный инструмент, а ритмичные хлопки, щелчки и другие движения рожают единый ритм, музыку. Самый известный пример перкуссии — ритм знаменитой песни Queen «We will rock you». Команды dance4life придумывают свои собственные перкуссии, и эта простая и необычная форма совместного действия позволяет установить живой контакт с аудиторией, дать ей почувствовать, что встреча с dance4life не похожа на любые другие, заинтересовать их. Мы называем это «сломать лед». Обычно, если перкуссия проходит хорошо, то дальше аудитория готова с нами петь, танцевать и открыто общаться. В середине запуска команда разучивает

элементы танца-символа dance4life с участниками. Это делается, с одной стороны, чтобы развлечь ребят, а с другой стороны — дать им почувствовать себя частью проекта, познакомиться с его культурой. В конце каждого запуска команда dance4life танцует танец-символ для аудитории в знак благодарности за их внимание и активность. Обычно самые активные участники начинают подтанцовывать из зала те элементы, которые успели выучить, повторяя за командой движения.

Сейчас российские команды dance4life редко используют ударные на запусках, это связано исключительно с тем, что среди волонтеров мало тех, кто умеет играть на барабанах, или не доступен музыкаль-

ный инструмент. В последнее время все больше появляется ребят, которые умеют делать битбокс (это искусство создания и имитации ритмических рисунков (битов) и мелодий при помощи голосового аппарата и артикуляций органами рта), и мы добавляем эти элементы в запуск.

Что касается желательных элементов — раздачи презервативов и демонстрации технологии их применения - это в российских школах делать невозможно, так как однозначно плохо воспринимается взрослыми.

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Фасилитаторы (организаторы и ведущие) — молодые люди, они говорят со сверстниками на одном языке, хорошо знакомы с местной молодежной культурой и знают молодежные проблемы</p>	<p>Обеспечение фасилитаторов техническим оборудованием и мультимедийными материалами (в случае необходимости — производство мультимедийных материалов)</p>
<p>Вовлечение учителей и родителей с целью формирования благоприятной среды, способствующей развитию молодежи</p>	

### На практике

Члены команды dance4life – это всегда молодые волонтеры. Не всегда они одного возраста с целевой группой — например, перед школьниками могут выступать студенты, но чаще команды состоят как и из школьников, так и студентов. В случаях, когда к команде присоединяются специалисты, они участвуют на равных — общаются неформально, шутят, танцуют.

Существует разная практика участия учителей на запусках. В случае, когда педагог активно участвует в обсуждениях, это помогает как команде dance4life, так и участникам запуска лучше воспринимать обсуждаемую тему. Для того чтобы заручиться поддержкой педагогов мы практикуем предварительную презентацию проекта. Если не провести работу с учителями, есть риск, что прямо на мероприятии педагог начнет высказываться негативно, что будет серьезной помехой процессу.

Родители — не такие частые гости на наших меро-

приятиях, но принцип работы с ними аналогичный — хорошо, когда родители заранее знают, о чем пойдет речь, и готовы участвовать в запуске на равных с молодежью.

Важной частью запуска является показ видео, поэтому при подготовке каждого мероприятия наличие необходимого оборудования четко контролируется, проверяется его исправность. Обычно в школах есть все необходимое для проведения запуска.

Мы уже упоминали выше, что в России сейчас создается очень мало качественных мультимедийных материалов по теме здоровья молодежи, поэтому и эту функцию пришлось взять на себя команде dance4life Россия. Для своей работы мы создали видео о контрацепции, туберкулезе, важности тестирования на ВИЧ, интерактивную презентацию об инфекциях, передающихся половым путем.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Соблюдение гендерного баланса. Программа охватывает одинаковое число юношей и девушек на всем этапе «Вдохновлять»	Обучение в смешанной группе: для юношей и девушек проводится совместное занятие
	Команда, работающая на этапе «Вдохновлять» (или команда, делающая презентацию проекта «Тур, объединяющий сердца»), сбалансирована по гендерному составу

### На практике

Это требование было введено с учетом специфики тех стран, где у девочек затруднен доступ к образованию, или культурные особенности ограничивают совместное обсуждение темы репродуктивного здоровья в смешанной группе. В нашей стране это не является реальной проблемой, а потому гендерный баланс участников определяется только фактической пропорцией девочек и мальчиков в классе.

Мы стремимся к тому, чтобы команды dance4life были сбалансированы по гендерному признаку,

хотя в нашей стране традиционно в волонтерство и социальные инициативы больше вовлечены представительницы женского пола. В российской команде dance4life есть негласный, полушутливый критерий — если в региональной команде dance4life участвует много парней, это значит, что команда делает интересную работу, так как традиционно в нашей стране мужчины, а следом и мальчики скептически относятся к общественной жизни, и присоединяются только к действительно классным инициативам.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Символика и материалы dance4life используются в соответствии с «Руководством по использованию фирменного стиля dance4life»	Для продвижения dance4life используются национальные / местные социальные сети
Фирменные материалы программы могут включать (но не ограничиваются перечисленным): футболки, плакаты, пуловеры / толстовки	Команда фиксирует ключевые моменты этапа «Вдохновлять» на фото- и видеокамеру (по возможности, ведется профессиональная съемка)
Команда запуска действует слаженно, роли и обязанности четко распределены	

### На практике

Участники движения очень любят бренд dance4life — он стильный, классный, его хочется носить, и поэтому волонтеры с удовольствием

выступают в футболках или толстовках dance4life. Руководство по использованию фирменного стиля dance4life подробно описывает, как нельзя видеоиз-

менять логотип dance4life, определяет фирменные цвета бренда, подсказывает идеи, как логотип можно комбинировать с логотипами партнеров и т.д. В России за соблюдением этого руководства следит российская команда dance4life, но с этим особых проблем не возникает.

Роли между участниками команды запуска очень четко распределены: кто-то работает на сцене и ведет определенный блок, кто-то «сидит на аппаратуре», кто-то фотографирует, кто-то работает в зале, кто-то следит за временем. Роли очень понятны, поэтому обычно команда действует слаженно уже после проведения одного-двух запусков.

Практически всегда ведется фотосъемка запуска, иногда это фотограф школьной газеты, иногда член команды dance4life. Хорошая фототехника сейчас стала доступной, навыки фотографирования широко

распространены среди молодежи, поэтому организовать качественную фотосъемку не так сложно.

Проект dance4life активно работает в социальных сетях и сети Интернет. Подробно об этом рассказано в главе 5. Команда заинтересована в том, чтобы поддерживать контакт с участниками наших мероприятий, поэтому в конце каждого запуска обязательно демонстрируется слайд со ссылками на сообщества dance4life в социальных сетях, с адресом онлайн-платформы «Жизненные навыки» и сайтом. После запуска в группу выкладываются фотографии с мероприятия, что мотивирует ребят зайти. Участников приглашают зайти в группу проекта, чтобы посмотреть фотографии с запуска, и это прекрасный способ установить контакт с ребятами онлайн, так как им всем интересно увидеть свои фотографии.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Национальная команда dance4life устанавливает максимальное число участников запуска, чтобы обеспечить максимальную эффективность воздействия.	Ключевые партнеры или средства массовой информации приглашены для участия
Молодые люди находятся в безопасном окружении, они могут танцевать и открыто говорить о себе.	Послы доброй воли выполняют важную роль в привлечении молодежи (например, посещают мероприятия, выступают на открытии или закрытии и т. д.)

## На практике

Максимальное количество участников запуска, которое определила российская команда dance4life в России — 100 человек, обычно, это одна параллель в старших классах.

Чаще всего dance4life работает на базе учебных заведений, и поначалу ребята склонны держаться замкнуто, формально. Зная эту тенденцию, команда dance4life прикладывает максимум усилий, чтобы «сломать лед» и создать особую открытую доверительную атмосферу, используя музыку, танцы, поддержку педагогов, работу команды молодых волонтеров,

мультимедийный контент.

Чаще всего эти мероприятия приурочены к каким-либо тематическим датам, на них приглашаются СМИ. Если в школе есть газета, то ее представители обычно бывают на запусках.

Послы доброй воли проекта присутствуют на каждом запуске. На запусках демонстрируются их видеообращения. А также нередко к командам dance4life присоединяются местные артисты, разделяющие ценности проекта, и дарят ребятам свои творческие выступления.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Получение обратной связи во время проведения презентации	Обратная связь от участников мероприятия (презентации) собирается, записывается и используется для дальнейшей доработки / адаптации программ

### На практике

Сбор обратной связи не является обязательным элементом запуска, но команды практикуют различные виды сбора обратной связи. Один из вариантов – возле выхода из зала прикрепляется ватман, где участники могут написать свои впечатления или дать оценку прошедшему мероприятию. Другой вариант – участники пишут свои мнения о запуске в социальных сетях в группе проекта.

Помимо этого, обычно на выходе с мероприятия команда собирает контакты тех, кто хочет принять участие в тренинге «Жизненные навыки» или стать волонтером проекта.

Обычно, после каждого запуска команда обсуждает прошедшее мероприятие, анализирует удачные и неудачные моменты, корректирует дальнейшие шаги.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Обеспечение равнозначного (50/50) соотношения между обучающими и развлекательными компонентами	В каждой школе есть команда, состоящая из учеников, которые помогают команде проекта проводить в своей школе «вдохновляющий» этап / презентацию и другую деятельность dance4life

### На практике

Пропорция развлечения и обучения в сценарии запуска соблюдена.

Технология создания организационных команд, поддерживающих проект, прекрасно реализована в Голландии и других странах, где налажены хорошие отношения с системой образования, но в нашей

стране, где проекту буквально приходится пробивать дорогу в школу, пока сложно получить такой уровень организационной поддержки со стороны учебных заведений, хотя отдельные примеры, когда заинтересованные молодые люди становились двигателем проекта в своей школе, в нашей практике есть.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Распространение информационных материалов, разработанных с учетом нужд и потребностей молодежи	Информационные материалы разработаны в фирменном стиле dance4life

## На практике

Пропорция развлечения и обучения в сценарии запуска соблюдена.

Технология создания организационных команд, поддерживающих проект, прекрасно реализована в Голландии и других странах, где налажены хорошие отношения с системой образования, но в нашей

стране, где проекту буквально приходится пробивать дорогу в школу, пока сложно получить такой уровень организационной поддержки со стороны учебных заведений, хотя отдельные примеры, когда заинтересованные молодые люди становились двигателем проекта в своей школе, в нашей практике есть.

## 2. Содержание и методология мероприятия

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Содержание, ключевое послание, основные факты и статистика связаны с:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ВИЧ и еще хотя бы одной из двух других тем, включенных в миссию dance4life, исходя из анализа ситуации и стратегии программы в конкретной стране;</li><li>• желаемым изменением поведения;</li><li>• основными определяющими факторами, которые воздействуют на конкретные особенности поведения в данных условиях.</li></ul> <p>Они являются полными, корректными, основанными на подтвержденных данных, соблюдении прав человека и свободном выборе.</p>	
<p>Объясняется, что такое dance4life, в частности:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• dance4life – движение, объединяющее людей на глобальном и национальном уровнях.</li></ul> <p>Представлена краткая информация об этапах «обучать», «вовлекать» и «отмечать успехи» и четко указано, как осуществляется переход к следующему этапу – «обучать».</p>	<p>Используются вдохновляющие видеоклипы о проекте dance4life</p>
<p>Вдохновляющие истории молодых людей о том, как справиться с актуальными для всех проблемами в сфере репродуктивного здоровья и прав человека (предотвращением нежелательной беременности, сексуальным насилием, ВИЧ-инфекцией и ИППП), рассказаны ими лично со сцены</p>	<p>Вдохновляющую историю рассказывает человек, который сам это пережил; если личное выступление невозможно, ищутся другие варианты – например, используются видеозаписи или актерские постановки</p>

## На практике

В начале каждого запуска предусмотрено время для знакомства аудитории с проектом. Команда демонстрирует видео о проекте, где четыре посла доброй воли рассказывают о четырех этапах проекта, мотивируя ребят присоединиться к движению и внести свой вклад.

Далее следует подробный информационный блок о ВИЧ-инфекции, главная цель которого донести до ребят информацию о путях передачи ВИЧ и способах защиты от заражения. В этом блоке используется видео о ВИЧ, созданное по заказу Министерства здравоохранения РФ, что гарантирует корректность, полноту и достоверность представляе-

мой информации. Этот блок завершается обсуждением темы толерантного отношения к ВИЧ+ людям. У каждой команды dance4life есть видеозапись, где открывая свой статус ВИЧ+ российская активистка Светлана Изамбаева рассказывает свою вдохновляющую историю. Некоторые команды в этом блоке представляют театральную постановку. Если у местной команды появляется возможность пригласить ВИЧ+ спикера, то перед ребятами выступает человек со своей реальной историей. Идеальный вариант — когда в команде dance4life работает ВИЧ+ человек, не скрывающий свой статус, но на практике это во всех странах происходит очень редко.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Участников направляют в медицинские учреждения, где они могут получить консультацию, сдать анализы на инфекции, и получить дополнительную интересующую их информацию. Желательно, чтобы это были службы, дружественные для молодежи.	Презентация услуг, дружественных молодежи, на этапе «Вдохновлять»
	Представители служб здравоохранения присутствует на презентации на данном этапе знакомства с программой

## На практике

В случае если в городе есть горячая линия, клиника, дружественная молодежи, или любые другие сервисы, куда молодые люди могут обратиться за консультацией или медицинской помощью, команда dance4life обязательно озвучивает их контакты в конце мероприятия. Эти же контакты могут присутствовать на информационных материалах, выпускаемых проектом.

Если есть возможность пригласить специалиста для участия в запуске, команда dance4life это обязательно делает. Связка dance4life и специалистов естественным образом реализуется в тех регионах, где команды dance4life работают при непосредственной поддержке системы здравоохранения.

# ОБУЧАТЬ

На этапе «Обучать» люди получают информацию и навыки. Это важнейшая часть программы, она способствует распространению и популяризации ответственного поведения, и в идеале этому этапу должно быть отведено довольно много времени — либо

следует предусмотреть альтернативные способы, которыми молодежь сможет воспользоваться, чтобы продолжать обучение (например, в молодежном центре, в клинике, во время внешкольных занятий или даже через Интернет).

## ОБУЧАТЬ

### Определение

«Обучать» — это этап dance4life, который обеспечивает всестороннее просвещение молодежи в вопросах репродуктивного здоровья с использованием подтвержденных данных и на основе правозащитного подхода.

### Цель / задача

Обеспечить молодым людям всестороннее, открытое, интересное и понятное для них обучение по вопросам, связанным с сексуальностью, и формирование навыков, которые могут привести к формированию ответственного поведения.

Расширять права и возможности молодых людей, чтобы они могли принимать информированные решения во всем, что касается их сексуальности, их образа жизни и их будущего.



## Как это работает на практике в России?

В некоторых странах мира, где работает dance4life, в обязательную школьную программу включены вопросы полового воспитания, взросления, репродуктивного здоровья. В таких странах dance4life, сотрудничая со школой, берет на себя ответственность только за этапы «вдохновлять», «вовлечь» и «праздновать», а задачу «обучать» в рамках своих должностных обязанностей и регулярной работы выполняют специально подготовленные педагоги школ. Такое распределение ролей удобно всем сторонам. Это удобно и педагогам, к которым на занятия подростки приходят с высокой мотивацией усваивать материал, и администрации школы, которая, сотрудничая с dance4life, предоставляет школьникам новый полезный вид деятельности — участие в движении защиты здоровья молодежи. Это

удобно и командам dance4life, которые получают доступ к организованным коллективам подростков.

В нашей стране тема защиты репродуктивного здоровья может быть предложена школьникам только в рамках дополнительного образования, а педагогов не готовят обсуждать эти вопросы с подростками. В России командам dance4life приходится брать на себя ответственность за этап «обучать». Этот этап — самый сложный с точки зрения организации: необходимо заручиться поддержкой администрации учебного заведения, родителей, найти возможность включить образовательный тренинг dance4life в напряженное расписание старших школьников, организовать тренеров-волонтеров, мотивировать школьников принять участие во внеурочное время.



В тех регионах страны, где у команд dance4life есть поддержка со стороны системы образования, эти вопросы так или иначе решаются, и школы берут на себя часть организационной работы. Иногда школам удобна такая форма сотрудничества, как месячник накануне 1 декабря, всемирного дня борьбы со СПИДом, когда в течение месяца подростки проходят все 4 этапа проекта dance4life.

В тех регионах, где с доступом к школам возникают сложности, альтернативной площадкой являются любые образовательные и развлекательные площадки для подростков, где есть доступ к организованным группам молодежи – молодежные центры, досуговые клубы, выездные форумы, фестивали, лагеря отдыха.

Наконец, еще одним местом встречи с целевой группой является Интернет, и с этой целью в 2013 - 2014 гг. российская команда dance4life разработала онлайн-версию программы «Жизненные навыки» (подробнее см. ниже).



## Содержание этапа «Обучать»

Образовательный тренинг dance4life Россия для подростков по теме защиты репродуктивного здоровья носит название «Жизненные навыки». Первая версия программы появилась в 2008 г., она была разработана специалистами молодежного центра г. Волжского, но в процессе практической реализации оказалось, что работать по этой программе не очень удобно: 12 занятий по 180 минут было сложно встроить в расписание учебных заведений, а методика проведения требовала высокой квалификации от тренеров-ведущих.

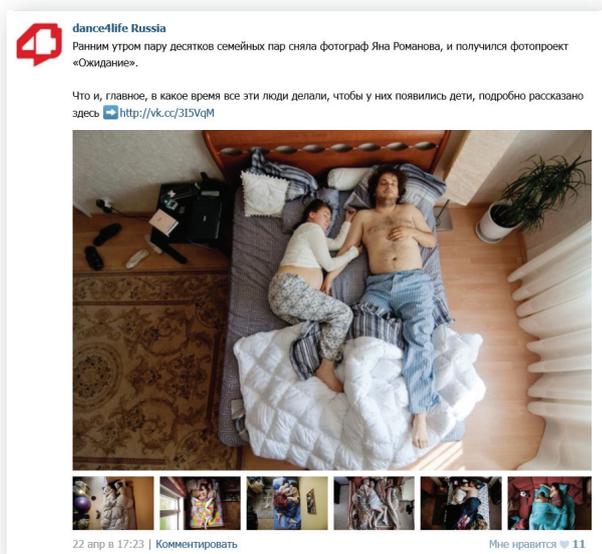
У проекта dance4life Россия никогда не было возможности влиять на школьное расписание, а также – платить высококвалифицированным тренерам, мы приняли решение, что нам нужна программа, которая способна гибко подстраиваться под имеющиеся возможности расписания учебных заведений, а также может быть реализована подростками.

В результате в 2009-2011 гг. программа «Жизненные навыки» была переработана, было сокращено количество тем, а сценарии каждого занятия написаны

так, чтобы их могли, предварительно подготовившись, провести подростки. Программа представляет собой 6-часовой интерактивный семинар, состоящий из 8 модулей, что позволяет довольно гибко подойти к организации обучения: можно провести как 8 коротких семинаров, так 1 полноценный тренинг на целый день. Чтобы теоретическая информация была передана потенциальным ведущим-подростком без искажений, информационные блоки организованы как просмотр специально созданных / отобранных для программы мультимедийных материалов – видео или презентаций.

Мы хорошо понимаем, что эта тренинговая программа не охватывает всю полноту вопросов, связанных с репродуктивным здоровьем молодежи, часть тем в ней рассматривается довольно поверхностно, но мы считаем это компромиссным решением в существующих обстоятельствах. Мы понимаем, что любой специалист может взять предлагаемый нами вариант, осмыслить его и переработать, дополнив и углубив материал.

## Онлайн-версия программы «Жизненные навыки»



По мере того, как наша активность в социальных сетях возрастала, мы все больше задумывались над тем, как сделать доступными материалы проекта для тех ребят и специалистов, которые проявляют к ним интерес.

В итоге мы начали работать над онлайн-версией программы «Жизненные навыки».

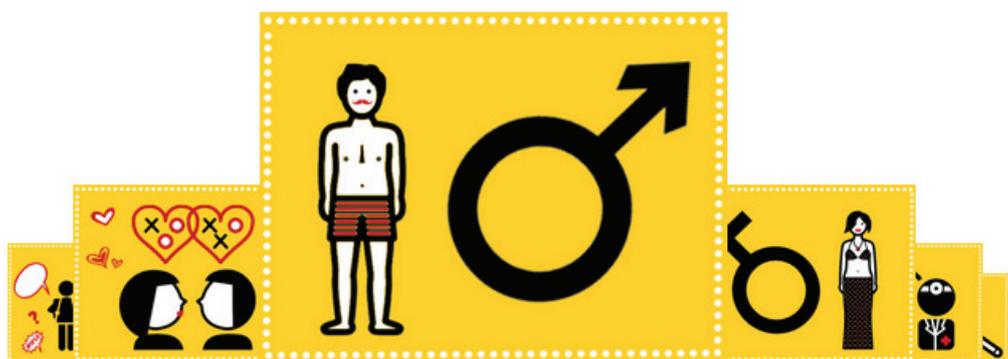
В ней сохранено большинство тем, которые рассматриваются на тренинге, и добавлена тема о психологических, физических и социальных изменениях подросткового возраста. Те блоки, где в реальном тренинге предусмотрена дискуссия, реализованы в виде

видео, герои которого представляют разные точки зрения по обсуждаемому вопросу. В конце каждого занятия участнику предлагается пройти тест и проверить свои знания. Также участнику предлагаются готовые варианты того, как он может поделиться полученной информацией со своим окружением. Участник, который правильно отвечает на все тесты на онлайн-платформе, получает 2 именных сертификата (один серьезный, о прохождении онлайн курса, который подросток сможет использовать в своем портфолио, второй – «Большому специалисту по половому вопросу» сделан с большой долей юмора, чтобы подросток захотел разместить его в социальных сетях и привлечь внимание друзей).

Программа получила экспертную оценку специалистов Московского психолого-педагогического университета, было признано, что она не вредит здоровью подростков и может быть использована с 12 лет.

Для привлечения новых участников на онлайн-платформу в социальных сетях проекта еженедельно публикуются тематические сообщения-тизеры, приглашающие изучить ту или иную тему на онлайн-платформе. Помимо этого, приглашение зайти туда получают все участники запусков, проводимых командами dance4life Россия. Кроме того, мы провели информационную кампанию, направленную на родителей, с приглашением использовать материалы платформы (Подробнее об этом написано в главе 5).

### Уроки:



### 3. Строение репродуктивной системы юношей

## Контрольный лист компонента «Обучать» dance4life: как должно быть и как это на практике реализуется в России

Анализ этапа «Обучать» охватывает три аспекта: 1) процесс разработки, 2) содержание и 3) методологию dance4life Foundation предлагает набор критериев для оценки качества компонента «Обучать», среди которых есть обязательные критерии и соответствующие

им желательные. В таблице ниже приведены эти критерии, они объединены в группы по темам с комментариями о том, как это воплощается российским проектом dance4life.

### Этап «Обучать» - процесс разработки

Обязательные элементы	Желательные элементы
Ценности и отношения разработчиков программы содействуют реализации программы по охране репродуктивного здоровья и прав молодежи, на основе подтвержденных данных.	Команда мультипрофессиональная: в нее входят эксперты (специалисты в содержательных и программных вопросах), молодежь, исполнители программ и другие лица.
При разработке программы соблюдена логическая взаимосвязь между такими аспектами, как ситуация в стране, оценка потребностей молодежи, цели программы, идеи ее ключевых посланий, и упражнениями и материалами программы.	Программа прошла предварительное тестирование и соответствующую доработку (адаптацию).

### На практике

Программа «Жизненные навыки» разрабатывалась мультипрофессиональной командой – с привлечением педагогов, врачей разных специальностей, социальных работников, психологов, молодых людей, координаторов команд dance4life.

Программа основывается на российских исследованиях, знаниях и потребностях в информации со стороны молодых людей, международных стандар-

тов профилактических программ для молодежи, успешного российского опыта профилактических программ для молодежи.

Все модули программы, упражнения, материалы, послания логично связаны между собой, составляя целостный продукт. Программа прошла апробацию и была доработана.

## Этап «Обучать» – содержание

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Содержание связано с каждым из указанных параметров: темой, которая определяется в ходе анализа ситуации и выработки стратегии работы в конкретной стране; желаемым изменением поведения; выявленными детерминантами (определяющими факторами), которые влияют на конкретное поведение в данном контексте (в соответствии с оценкой потребностей)</p>	<p>В программу включаются занятия / мероприятия, посвященные следующим темам: удовольствие; разнообразие и взаимоотношения; стигма и дискриминация; гендерные роли и самовосприятие личности; адвокатура и инструменты адвокативной деятельности</p>
<p>Содержание этапа «Обучать» подразумевает: открытость и определенность в вопросах сексуальности; предоставление корректной, фактически достоверной и наиболее полной информации, основанной на научных данных</p>	
<p>На этапе «Обучать» соблюдаются права молодых людей и обеспечивается возможность выбора. Это делается за счет позитивного подхода к вопросам сексуальности; возможности принимать собственные решения и полагаться на свои силы и исходя из того, что благополучие молодежи обеспечивается прежде всего путем расширения ее прав и возможностей, предоставления выбора и формирования более благоприятной среды – а не путем нравоучений. Обсуждаются права молодежи, как ими воспользоваться, а также в какой мере окружение молодых людей способствует или не способствует реализации их прав</p>	

### На практике

В большей степени программа носит информационно-просветительский характер – мы даем конкретные и достоверные знания молодым людям по вопросам их здоровья. Мы восполняем информационный пробел, который пока не заполняется родителями, педагогами или врачами. Одновременно с этим мы обсуждаем последствия того или иного выбора и наиболее распространенные в молодежной среде заблуждения.

В содержание программы не включено обсуждение таких вопросов, как сексуальность, удовольствие, разнообразие. Мы не включили эти темы не потому, что не считаем их важными или актуальными, но потому, что эти темы очень табуированы, чтобы

обсуждать их с подростками в российском обществе. Их могут позволить себе обсуждать с детьми родители, в крайнем случае – врачи.

Еще одна тема, которая пока не вошла в содержание программы – это адвокатура и защита прав молодежи. В России пока не очень распространена практика отстаивания молодыми людьми своих репродуктивных прав, так как по умолчанию предполагается, что до совершеннолетия у молодых людей нет официальных репродуктивных прав и обсуждать нечего. Мы считаем, что прежде чем начать обсуждение этой темы с подростками, необходимо найти поддержку значимой группы взрослых.

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Этап «Обучать» разрабатывается с учетом гендерных потребностей и содействует поиску прогрессивных решений гендерных проблем. Равноправие мужчин и женщин – ключевой содержательный и практический аспект при проведении программ. Учитывается положение и общественный статус девушек</p>	<p>В программе должны рассматриваться актуальные ситуации, связанные с защитой прав человека, которые вызывают острую полемику в обществе</p>

### На практике

В программу включена тема «Взаимоотношения юношей и девушек», которая предлагает молодым людям обсудить гендерные стереотипы и их влияние на сохранение репродуктивного здоровья.

Обсуждение прав человека в программу не вошло в основном потому, что это потребовало

бы расширения программы или отказа от каких-то других тем. Кроме того, мы хорошо понимаем, что обсуждение с подростками острых дискуссионных тем в области репродуктивного здоровья может стать дополнительным препятствием для доступа в учебные заведения.

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Для этапа «Обучать» знания – это фактор, от которого зависит поведение, он воздействует на восприятие риска молодыми людьми, отношения, степень влияния в обществе, личностные навыки и самооффективность, а также намерения молодых людей.</p>	<p>Программа работает со всеми релевантными (обладающими выраженным воздействием на поведение) и изменяемыми (поддающиеся изменениям в результате осуществимых вмешательств) детерминантами поведения.</p>
<p>Активное полноправное участие обеспечивается за счет: развития у молодежи критического мышления; коммуникативных навыков и уверенности в себе; четко показан путь перехода к следующему этапу – «Вовлечь».</p>	<p>Программа помогает укреплять и совершенствовать навыки, необходимые для проведения акций. В частности: критическое мышление, навыки ведения переговоров, коммуникативные навыки, навыки уверенного взаимодействия, навыки поиска решений и креативное мышление</p>

### На практике

В рамках программы мы стремимся помочь молодым людям адекватно оценивать риски для своего здоровья и осознавать влияние общества, мы стремимся сформировать у участников ответственное отношение к сохранению своего здоровья, и вдохновить их поделиться полученными знаниями со своим окружением.

«Жизненные навыки» - это интерактивная программа, молодым людям предлагается обсуждать, анализировать, интерпретировать полученные знания, высказывать мнение и отстаивать свою точку зрения. Все это способствует развитию коммуникативных навыков, навыков поиска решения, критического мышления.

## Методология этапа «Обучать»

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Правильный подбор фасилитаторов – особого типа ведущих (желательно консультантов, работающих по принципу «равный равному»), которые выполняют деятельность в рамках проекта, могут взаимодействовать и поддерживать связь с молодежью, могут вести обсуждение деликатных вопросов в открытой и непредвзятой манере, с использованием точных данных, могут выступать в качестве фасилитаторов, не навязывая другим своих личных норм и ценностей, могут сохранять конфиденциальность.</p>	<p>Не имеют предубеждений в гендерных вопросах и владеют знаниями о многообразной природе человеческой сексуальности.</p>
<p>Создание безопасной среды, обеспечивающей молодежи возможность принимать участие в программе.</p>	<p>Фасилитаторы проходят обучение и получают помощь от организаторов проекта.</p>

### На практике

Подбор, обучение и методическая поддержка фасилитаторов – ответственность региональных координаторов. Нужно отметить, что качество их работы довольно строго контролируется представителями учебных заведений ввиду того, что у социальных инициатив в области защиты репродуктивного здоровья очень высокий порог входа в школы. Другими словами, ограниченный доступ к школам заставляет команды dance4life быть особенно профессиональными и корректными в работе.

Безопасную среду для ребят во время тренинга обеспечивает принятие правил работы, в т.ч. – правил конфиденциальности и безоценочности. Кстати, эти правила ограничивают и ведущих в возможности навязывать свое мнение или ценности ребятам. Сценарий занятий прописан очень подробно (включая выводы после каждого модуля), чтобы минимизировать риск

вольной интерпретации материала тренерами.

Тема обсуждения сексуального разнообразия очень чувствительна и неоднозначна в России в настоящий момент. Мы принимаем эти правила игры, но осознаем, что подростки с гомосексуальной ориентацией никуда не исчезли из нашего общества, по-прежнему испытывают потребность в информации о сохранении своего здоровья, поэтому один из принципов проекта – это принцип открытости. Мы не берем на себя право осуждать людей за их выбор вне зависимости от их убеждений, модели поведения, сексуальной ориентации. Мы открыты для общения с каждым, кто нуждается в информации о том, как защитить свое репродуктивное здоровье.

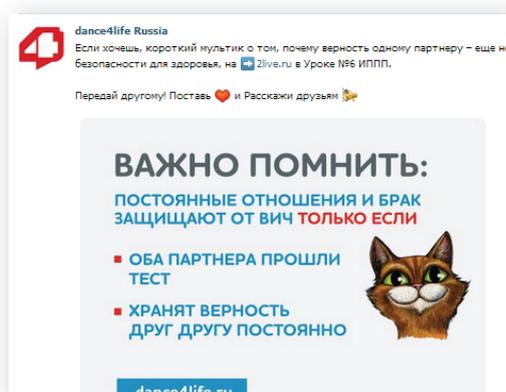
Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Методология и материалы понятны и отвечают интересам молодежи, а также философии dance4life.</p>	<p>Этап «Обучать» расширяет и улучшает благоприятную среду для молодежи, организуя мероприятия для родителей / взрослых или молодежные дискуссии.</p>
<p>Мероприятия содействуют интерактивному обучению: молодежь учится искать или анализировать информацию (например, во время викторин), обсуждать с другими, применять необходимые навыки на практике (распределять обязанности, выполнять практические задачи).</p>	<p>На этапе «Обучать» работают с внутренними барьерами — факторами, которые мешают молодым людям обращаться за услугами (эти факторы могут быть связаны, например, с отсутствием навыков, индивидуальным восприятием риска, отношением и др.).</p>

### На практике

Внутри движения dance4life действует шуточный критерий, который мы предъявляем к своим продуктам: «стильно, модно, молодежно». Мы стремимся, чтобы все, что мы разрабатываем, в т.ч. программа «Жизненные навыки», отвечало этому критерию, подробнее см. в главе 5.

Каждая команда dance4life старается предоставить молодежи информацию, где можно получить дополнительные услуги и поддержку, но грустная правда заключается в том, что довольно часто в регионах не доступны услуги, дружественные молодежи.

Мы уделяем внимание теме преодоления внутренних барьеров, которые мешают молодым людям обращаться за помощью. Мы обсуждаем это как во время программы «Жизненные навыки» (например, в теме «ИППП»), так и в социальных сетях через опросы и информационные посты, регулярно призывая и мотивируя молодых людей контролировать состояние своего здоровья, в т.ч. – пройдя тест на ВИЧ, обследование на туберкулез, посетив гинеколога / уролога / андролога.



В последние несколько лет российская команда dance4life стала обращать все больше внимания на работу с родителями. Мы провели для них несколько

акций, а в 2014 г. разработали информационную кампанию «Поговорите со своим ребенком о репродуктивном здоровье».

# ВОВЛЕКАТЬ

«Вовлекать» — это этап, на котором молодые люди начинают действовать, пытаются «изменить мир». Они разбираются в стоящих перед ними проблемах репродуктивного здоровья и прав человека, и применяют навыки, освоенные на этапе «Обучать». Действия могут быть самыми разными, но все они направлены на изменения в обществе. Если «люди

перемен» меняют в лучшую сторону свое собственное поведение — это похвально, но это не считается акцией проекта. Задача этапа «Вовлекать» — добиться изменений во внешнем окружении. Например, человеку недостаточно сдать тест на ВИЧ, нужно написать об этом и опубликовать, чтобы другие это прочитали.

## ВОВЛЕКАТЬ

### Определение

Этап «Вовлекать» состоит из запланированных действий (мероприятий или акций act4life), выполненных молодыми участниками, прошедшими этапы «Вдохновлять» и «Обучать». Акции act4life могут проводиться на уровне сообщества, на национальном либо международном уровнях — для повышения информированности в среде сверстников, в семье, в сообществе и у людей, принимающих решения, относительно нужд и потребностей молодых людей в сфере репродуктивного здоровья, а также для получения поддержки их деятельности в качестве проводников изменений в обществе. Эти акции / действия основаны на знаниях и навыках, полученных на этапе «Обучать».

### Цель / задача

Этап «Вовлекать» преследует двойную цель:

**Для себя:** общаясь с другими, молодые люди усваивают и/или укрепляют знания и навыки, полученные на этапе «Обучать», и/или добиваются прогресса в самореализации.

**Для окружающих:** действия молодых людей должны быть нацелены на то, чтобы помочь добиться изменений в обществе, на национальном или международном уровнях. Изменение может касаться восприятия молодежью проблем репродуктивного здоровья и прав человека, либо восприятия роли молодежи в обществе.



## Как это работает на практике в России?

В каждой стране, где работает dance4life, практика вовлечения молодежи сильно отличается. Во многих европейских странах задача профилактики ВИЧ и полового образования для подростков решена в рамках школьного образования, поэтому участники dance4life вовлечены в процесс сбора средств для развития проекта. Например, в Голландии детей и подростков с самого младшего возраста знакомят

с работой общественных организаций, вовлекают в волонтерство, сборы пожертвований и разработку социальных проектов. Поэтому у ребят есть навыки самостоятельной работы в социальной сфере, и, если им нравится dance4life, они способны без помощи взрослых организовать мероприятие, собрать довольно крупные суммы пожертвований, создать информационный материал высокого качества и т.д.



Во многих странах мира школьная программа не включает всестороннее образование по репродуктивному здоровью, и поэтому волонтеры Африки, Латинской Америки, Восточной Европы и Центральной Азии ведут информационную работу среди своих сверстников, а также — активно вовлечены в адвокацию, инициируя диалог со взрослыми и отстаивая интересы молодежи и право на информацию о том, как защитить свое репродуктивное здоровье. Важно отметить, что в разных странах dance4life может решать разные профилактические задачи, например, в Сербии наиболее актуальной проблемой является высокое количество абортов среди подростков, в Индонезии — ранние браки, в Пакистане — табуированность любого обсуждения тем, связанных с сексом, и жесточайшие наказания на внебрачные отношения. В России мы довольно часто сталкиваемся с ситуацией, когда молодые люди охотно готовы помочь, но имеют так мало опыта участия в социаль-

ных проектах, что обычно ждут готовых решений, инструкций, они готовы быть скорее исполнителями, а не организаторами.

Это противоречит концепции dance4life, так как мы заинтересованы, чтобы молодые люди действовали сами. Но мы хорошо понимаем, что в наших обстоятельствах мы должны их этому научить. Команда dance4life Россия находится в постоянном процессе поиска и разработки простых, понятных, недорогих, но эффективных вариантов действий, которые может предпринять любой молодой человек, даже не обладая особым опытом и навыками. В Приложении №3 вы найдете несколько примеров, что могут делать молодые люди в одиночку или объединившись в группы.

Важно отметить, что российские «люди перемен» проводят как информационную, так и адвокативную и фандрайзинговую работу, примеры которой мы приведем ниже.

## Контрольный лист компонента «Вовлекать» dance4life Foundation: как должно быть и как это на практике реализуется в России

dance4life Foundation предлагает набор критериев для оценки качества компонента «Вовлекать», среди которых есть обязательные критерии и соответствующие им желательные. В таблице ниже

приведены эти критерии, они объединены в группы по темам с комментариями, как это реализуется в рамках российского проекта dance4life.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Молодые люди, участвующие в этапе «Вовлекать», прошли этапы «Вдохновлять» и «Обучать»	Акции проводятся по инициативе молодежи
Молодым людям надо провести акцию act4life, чтобы этап был завершен. Эта акция может проводиться по инициативе команды dance4life (например, акции для жителей данного населенного пункта или адвокативные мероприятия)	Акции act4life связаны с адвокативной деятельностью команды dance4life и содействуют успешному выполнению ее задач
Акции молодых людей могут быть небольшими или масштабными, но всегда запланированными. Спонтанный разговор с друзьями о вопросах репродуктивного здоровья и правах человека или о ВИЧ – это не действие act4life	
Акции посвящены теме сохранения репродуктивного здоровья и прав человека, и основаны на знаниях, полученных молодыми людьми на этапах «Вдохновлять» и «Обучать».	
Акция всегда имеет четкое послание, связанное с темой репродуктивного здоровья. Послание формулируется с соблюдением безусловных принципов: использование подтвержденных данных; уважение права человека; свободный выбор; позитивность.	

## На практике

У нас есть прекрасные примеры, когда ребята, действуя в одиночку, добивались отличных результатов и большого охвата.

Например:

- пригласили dance4life к себе в школу;
- объединили одноклассников и провели акцию в школе;
- убедили взрослых выделить средства на запуск проекта в регионе;
- рассказали свою историю, связанную с dance4life.

Но все-таки гораздо чаще пока мы видим ситуацию, что на первых порах молодые люди предпочитают участвовать в качестве исполнителей в акциях, которые проводят команды dance4life, присматриваясь к необычной для них деятельности,

а позже, накопив опыт, занимают более активную позицию и начинают инициировать что-то свое.

У региональных команд есть прекрасные примеры организации этапа «Вовлечь» при поддержке школ. Об этом подробнее можно прочитать в главе 5.

Кстати, в последнее время, по мере роста популярности проекта, мы замечаем, что этап «Вдохновлять» уже не имеет такого большого значения для ребят, знакомых с проектом – они приходят уже с высокой мотивацией получать знания и участвовать. Нередки случаи, когда ребята присоединяются к проекту на этапе «Вовлечь», втягиваясь в процесс подготовки тех или иных мероприятий, которые регулярно проводят команды dance4life, и уже после проходят этапы «Вдохновлять» и «Обучать».

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p><b>Возможны 4 вида акций:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Повышение информированности сообщества. Цель – повысить уровень осознания проблемы и знаний в непосредственном окружении молодых людей (среди их сверстников / родителей / значимых сообществ).</li><li>2. Акции, цель которых – повлиять на разработку и реализацию программ по вопросам защиты репродуктивного здоровья и прав молодежи на уровне субъектов и/или национальном / международном уровнях.</li><li>3. Привлечение новых волонтеров.</li><li>4. В странах с высоким уровнем доходов и благополучной ситуацией в сфере репродуктивного здоровья – фандрайзинг для привлечения дополнительного финансирования в программу dance4life</li></ol>	<p>При проведении акций применяются навыки, полученные на этапе «Обучать»: критическое мышление, навыки ведения переговоров, коммуникативные навыки, навыки уверенного взаимодействия, навыки поиска решений и креативное мышление</p>
<p>Команды dance4life обеспечивают руководство, предоставляют материалы и инструменты (например, плакаты, презервативы) или иную поддержку молодым людям в проведении акций act4life</p>	

## На практике

В практике российского проекта есть опыт проведения всех 4-х типов акций.

Обычно ребята–новички проводят информационные мероприятия или оказывают помощь проекту полезными контактами / договоренностями. Более опытные и приверженные волонтеры проводят мероприятия по сбору средств и вовлекаются в проведение адвокативных мероприятий. Есть опыт проведения мероприятий по привлечению новых волонтеров,

например, на различных ярмарках, презентациях, молодежных форумах.

По мере возможности команды dance4life всегда оказывают помощь материалами и советами молодым людям, которые готовят мероприятие. Это не всегда удается реализовать, так как за последние несколько лет в свете хронического недофинансирования профилактических программ в регионах была колоссальная нехватка информационных материалов.

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>«Люди перемен» охватывают своими акциями в среднем еще по 5 молодых людей каждый, так что численность привлеченной молодежи превосходит численность «людей перемен» в пять раз. Этого можно добиться по-разному. Например: каждый молодой «человек перемен» охватывает по 5 сверстников. Либо 10 «людей перемен» проводят совместную групповую акцию, охватывая 50 человек. Либо кто-то охватывает только двух человек из молодежи (а кто-то вообще ни одного, потому что занимается адвокацией, и работает только со взрослыми), зато другие охватывают больше пяти, так что в целом по стране получается в среднем по пять новичков на каждого «человека перемен».</p>	<p>Каждый молодой человек охватывает еще по крайней мере 8 сверстников во время своих акций act4life</p>

## На практике

Критерий охвата 5 человек для каждого «человека перемен» был введен в конце 2013 г., и российская команда столкнулась с проблемой его реализации, так как именно в этот момент из-за принятия нового законодательства ухудшились отношения со школами, а сеть dance4life (как и другие НКО) испытывала проблемы в связи с последовательным сокращением источников финансирования.

Поэтому в 2014 г. мы сделали ставку на Интернет и социальные сети, где активно предлагали молодым людям разные варианты акций, но мы пока не выработали надежный инструмент подсчета и фиксации действий, осуществленных «людьми перемен».

Мы попытались решить эту проблему, создав на сайте dance4life интерактивную карту, где ребята могли бы вносить информацию о предпринятых ими действиях. Но, чтобы этот инструмент начал работать, необходимо мотивировать ребят. Как это реализовать в условиях ограниченных ресурсов, мы

пока не придумали.

В нормальной ситуации, если проект реализуется при поддержке учебного заведения, где действует организационная команда из активистов dance4life, обеспечить выполнение этого условия не представляет какой-либо сложности. Например, в практике dance4life были примеры, когда школьники проводили act4life для учащихся другой параллели в своей школе, для учащихся соседних школ, для воспитанников детских домов.

Если проект работает онлайн и имеет возможность стимулировать онлайн-пользователей призами — например, фирменными футболками, билетами на классные мероприятия (вечеринку, фотосессию, мастер-класс) или любым другим эксклюзивным продуктом. Если налажена логистика награждения пользователей, это будет стимулировать новых ребят присоединяться к проекту и рассказывать о своих действиях.

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Команды dance4life документируют проведение не менее трех самых удачных акций (с описаниями и фотографиями) в год.</p>	<p>Акции документируются молодыми людьми в блогах, фотографиях, видеозаписях, которые могут передаваться в фонд dance4life и распространяться в социальных сетях.</p>

## На практике

На данный момент у нас налажена система документирования мероприятий, которые проводят команды dance4life – информация о таких мероприятиях оперативно появляется в социальных сетях в виде фотоотчетов, видеозаписей, коротких постов.

Время от времени нам удается получить информацию и о мероприятиях, проведенных отдельными «людьми перемен», например, через проведение кон-

курсов, но собирать эту информацию системно у нас пока не получается в силу ограниченности ресурсов. Мы приняли для себя решение, что лучше будем призывать молодежь действовать, предлагая различные варианты, осознавая при этом, что не всегда сможем отследить, сколько человек откликнулось на наш призыв, чем не будем делать ничего.



## Адвокация

Важным элементом вовлечения молодежи в действие являются адвокативные мероприятия, т.е. мероприятия, направленные на достижение изменений в какой-либо области общественной и социальной жизни. Как уже неоднократно говорилось выше, изменения в сфере защиты репродуктивного здоровья молодежи давно назрели и необходимы. Но любые изменения начинаются тогда, когда их кто-то инициирует.

Основная сложность данной ситуации заключается в том, что в первую очередь эти изменения нужны молодежи. Но при этом зачастую сами молодые люди не способны сформулировать эти потребности и не ощущают себя частью большого сообщества, чьи интересы не учтены. Проблему защиты своего здоровья каждый молодой человек по факту решает сам. Более информированные молодые люди применяют знания и навыки для защиты себя, а те, кто не осознают угроз и не обладают знаниями и навыками, не способны и осознать потребность в каких-либо изменениях, пока не столкнутся с последствиями своей неинформированности.

Взрослые люди, которые могли бы понимать важность этих изменений, зачастую являются их противниками, предполагая, что все молодые люди могут и должны следовать принципам отложенного

сексуального дебюта и воздержания. В итоге не сформировано ядро активистов, которые могли бы менять ситуацию в сфере сохранения репродуктивного здоровья молодежи к лучшему.

Еще одна сложность с адвокацией в сфере репродуктивного здоровья в России и многих других странах мира заключается в том, что даже если молодые люди и осознают неудовлетворенность существующей ситуацией и заинтересованы в переменных, взаимоотношения между взрослыми и молодежью строятся на подчинении молодых людей взрослым, и сама ситуация, когда молодежь могла бы выступать активным творцом собственной судьбы, в том числе вопреки мнению взрослого большинства, крайне необычна.

Эти две сложности: неочевидность проблемы для целевой группы и необходимость выхода за рамки привычных взаимоотношений «дети – взрослые» – зачастую усложняют любые начинания.

Конечно, существует определенное количество взрослых, которые осознают необходимость изменений. Это люди с медицинским образованием или просто реальными представлениями о жизни молодежи, осознающие, как сложно требовать от молодежи идеального поведения (которым, к тому же, не могут похвастаться и сами взрослые). Но такие «продвину-



1. Я имею право  
получать знания о  
репродуктивном  
здоровье  
2. Но уроки в школе  
на эту тему очень  
скучные



тые» взрослые не всегда готовы посвятить свое время продвижению изменений в молодежную среду и государственные программы. Если это родители, то они считают свою миссию выполненной, если им удалось воспитать грамотных детей, но участвовать в борьбе за репродуктивные права молодежи готовы и способны далеко не все из тех, кто понимает проблему.

Поэтому работа dance4life в этом направлении была направлена на повышение информированности взрослых и вовлечение их в решение проблемы репродуктивных прав молодежи. В основном это простые действия, которые не требуют много времени и специальных ресурсов. Например, вовлечение молодых людей в разговор со значимыми взрослыми. Мы создавали ситуации, в которых молодые люди могли бы обсудить эту тему с важными для них взрослыми, и найти подходящий формат было одной из задач российской команды dance4life.

Вовлекая молодежь в такую деятельность, было важно проинформировать самих ребят об их репродуктивных правах, а также рассказать о том, что такое адвокация, какие способы конструктивного отстаивания своих прав существуют. Мы ста-

рались вооружить молодых людей необходимыми знаниями, пониманием того, для чего это делается, осознанием сложностей, которые будут возникать, в том числе — показать способы адекватной реакции на возникающее сопротивление. Цель всех этих действий состояла в том, чтобы молодые люди сами стали движущей силой этих перемен.

А далее искусство заключалось в том, чтобы найти форматы работы.

Таким образом, вся задача распадалась на три составляющие:

- вооружить молодых людей знаниями об их репродуктивных правах и способах их защиты;
- дать молодежи инструменты и навыки разговора со взрослыми на тему защиты репродуктивного здоровья молодежи;
- разработать простые варианты действий, которые могут предпринять заинтересованные взрослые, готовые откликнуться на призыв молодежи.

Для обучения волонтеров dance4life мы использовали две площадки.

Первой площадкой была «Онлайн-школа dance4life», где мы проводили тематические вебинары, чтобы молодые люди получили общее представ-

ление по теме репродуктивных прав молодежи и адвокации. Второй площадкой были социальные сети, где мы время от времени выкладывали материалы, обсуждали новости, знакомя молодых людей с этой новой для них деятельностью.

Поначалу и сама тема репродуктивных прав, и тот факт, что молодежь может в чем-то не соглашаться со взрослыми, были настолько необычны, что требовалось время, чтобы молодые люди могли эту информацию воспринять, осмыслить и осознать свое желание что-то делать в данном направлении.

На следующем этапе, продумывая варианты действий, мы использовали в качестве повода для разговора даты, связанные с темой отношений и здоровья. Понимая, что сильная сторона проекта dance4life заключается в реализации эффективных акций, мы «прикручивали» адвокативные мероприятия к тематическим событиям — например, ко дню контрацепции.

Нам предстояло ответить самим себе на вопрос: имеем ли мы моральное право вовлекать молодых людей в процесс адвокации, чтобы это не выглядело так, будто мы «бросаем молодежь на баррикады». Формат акций должен был быть безопасным и эффективным, а участие молодых людей — добровольным и осознанным.

Мы решили начать с приглашения значимых взрослых к разговору на тему проекта, и приглашение должно было исходить от молодежи. Это была попытка расширить круг людей, разделяющих наши убеждения.

Мы разработали листовку-приглашение для родителей и других взрослых поговорить с молодежью на тему репродуктивного здоровья. Любой желающий молодой человек мог распечатать ее и передать своим родителям или любым другим значимым взрослым из своего окружения.

Еще одним способом заявить, что молодежь волнуется тема репродуктивных прав, была фотовыставка. Мы предложили всем желающим сделать свое фото с листом бумаги, на котором были бы написаны их личные высказывания о репродуктивных правах. Фотовыставка стала визуальным призывом к взрослым, приглашением поговорить. Нужно отметить, что с размещением и продвижением фотовыставки возникло много сложностей. Взрослые настолько не были готовы к этой теме, что нам отказывали в размещении фотографий в публичных местах, хотя все высказывания героев фотовыставки были, на наш взгляд, спокойными и выдержанными.

Эти первые пробы, первые продукты, которые были опубликованы нами в социальных сетях, были



очень важны, так как инициировали дискуссию в обществе. Они помогли нам определить, какие виды деятельности мы можем применять и предлагать молодежи. Дискуссии помогли нам оттачивать аргументы, а молодые люди получали бесценный опыт отстаивания своих интересов.

Кроме того, акции позволяли выявить не только консервативно настроенных людей, но и находить единомышленников, чтобы убедиться, что людей, разделяющих мнение о важности защиты репродуктивных прав молодежи, не так уж и мало. Это было вдохновляющим и важным открытием. Стало понятно, что наша работа нужна и важна. Пусть мы еще в самом начале пути, пусть мы сталкиваемся с массой препятствий, но все совсем не так однозначно, как заявляют наши оппоненты.

Чтобы вооружить молодежь аргументами, почему нужны изменения, национальная команда dance4life начала готовить аналитические доклады, целью которых было простым языком объяснить неспециалистам, почему необходимо влиять на ситуацию в сфере репродуктивного здоровья.

В этих докладах мы стремились показать, что существующий идеалистический подход «верность и воздержание» не дает полной защиты молодежи, что он не срабатывает. Доклады мы распространяли через СМИ, а также рассылали людям, принимающим решения, для того, чтобы они руководствовались этой

информацией при формировании политики в отношении здоровья молодежи. Мы также приглашали молодежь участвовать в процессе распространения этих аналитических документов, передавать их взрослым из своего окружения. Эта работа была направлена на группу «неопределившихся» взрослых, целью которой было познакомить их с мнением, альтернативным существующему консервативному подходу.

Осознав, что вокруг нас уже есть группа людей, которая разделяет наши взгляды, мы попробовали новый инструмент адвокации и вовлечения молодежи – сбор подписей под петицией. Петиция призвала сделать доступной информацию о том, что презер-

вативы являются надежным средством защиты от заражения ВИЧ, так как на тот момент нередко делались публичные заявления отдельных специалистов, что презерватив не защищает от заражения ВИЧ. Сбор подписей под петицией шел на специальном сайте, молодежь помогала распространять информацию о петиции, приглашая свое окружение поддержать инициативу, и благодаря этому было собрано 10 тыс. подписей.

Следующим этапом стало самостоятельное проведение региональными командами адвокативных мероприятий.

## ПРИМЕР



### Мария Красильникова, Нижний Новгород

«Мы поставили перед собой задачу увеличить активность педагогов-психологов, работающих с молодежью по теме ее репродуктивных прав.

Нам было важно продемонстрировать важность этой проблемы, поэтому мы организовали серию семинаров для педагогов-психологов. Содержание семинаров было следующее:

- Что такое репродуктивное здоровье (РЗ)?
- Что такое репродуктивные права и в чем они заключаются?
- Актуальность вопросов защиты репродуктивного здоровья и репродуктивных прав подростков и молодежи.
- Факторы, влияющие на РЗ подростков.
- Существующие формы работы по защите репродуктивных прав подростков (с подростками и родителями): их достоинства и недостатки.
- Какую информацию прежде всего важно донести по подростка, чтобы он мог защищать свои репродуктивные права.
- Информация о работе нижегородской команды dance4life и онлайн платформы «Жизненные навыки», мотивирование к использованию данных ресурсов.

Мы уделили особое внимание мотивированию педагогов-психологов к этой работе, и в помощь сформировали для них пакет методических материалов.

С одной стороны, нас удивил и порадовал интерес проблеме репродуктивных прав молодежи педаго-

гов / психологов / заместителей директоров по воспитательной работе, а также их понимание важности проблемы и активное восприятие новой информации. Но с другой стороны наши участники очень часто декларировали, что не могут уделять должное внимание данной проблеме в силу организационных проблем (большая загрузка как у самих педагогов, так и у учеников, отсутствие специальных часов для работы по проблемам репродуктивного здоровья и репродуктивных прав).

Мы достигли следующих результатов: в семинарах приняли участие 170 специалистов, все они были обеспечены методическими материалами о защите репродуктивных прав молодежи и смежным темам (профилактика ВИЧ, работа с молодежью по принципу «равный – равному» и др.), получены положительные отзывы от участников, с некоторыми из них завязалась интернет-переписка, в ходе которой пересылались дополнительные материалы по репродуктивному здоровью, полезные для работы данным педагогам.

Из этого опыта мы извлекли следующие выводы:

1) Хотя потребность в проведении подобных семинаров у специалистов есть, в сетке учебно-воспитательных мероприятий вопросы репродуктивных прав отсутствуют (зачастую в силу того, что тему не сочли важной), и это препятствует вовлечению педагогов.

2) Необходимо усилить работу с мотивацией специалистов, в том числе - работу с возражениями.»

---

Следует отметить, что адвокативная работа по защите репродуктивных прав молодежи в России находится в самом начале, dance4life предпринял только первые шаги. Необходимо продолжать искать пути информирования молодежи о ее правах и вовлечения в процесс их защиты.

---

## Фандрайзинг

Сбор пожертвований, привлечение ресурсов на социальные проекты является необычным видом деятельности как для наших взрослых граждан, вышедших из Советского Союза, где государство брало на себя все социальные обязательства, так и для молодых волонтеров, так как такой практики не было в их жизни прежде. Усложняют задачу сбора средств и распространенные в обществе представления, что сбор пожертвований уместен в случаях чрезвычайных ситуаций и смертельных угроз. В остальных ситуациях предложение поддержать проекты, направленные, например, на предотвращение какой-либо угрозы, вызывает у людей непонимание. Также не вызывает

у людей отклика и тема профилактики ВИЧ, связанная у многих россиян с представлениями об аморальном поведении и вине заразившегося в том, что с ним произошло.

Поэтому задача вовлечения молодежи в процесс сбора пожертвований является сложной. Необходимо объяснять волонтерам важность фандрайзинга, как работать с отказами, агрессией и скепсисом людей, к которым они обращаются за поддержкой. Команды dance4life находятся в постоянном поиске форм работы по привлечению ресурсов силами молодых волонтеров, ведь это должно быть несложно и приносить результат.

## ПРИМЕР



### Настя Цуркан, Москва

«Мы собирали пожертвования на благотворительном фестивале „Душевный Базар“. Подготовка к нему началась примерно за месяц до мероприятия.

На встрече с волонтерами мы продумали, как будем развлекать посетителей ярмарки. Мы решили, что будем проводить викторину („информационная палатка“), предлагать написать самому себе письмо в будущее, а также изготавливать собственные значки. Вся эта деятельность очень проста в исполнении, знакома всем волонтерам и, самое главное, принимать участие в ней могли как взрослые, так и дети.

Вопросы информационной палатки были продуманы нами как для взрослых (что такое ВИЧ, способы контрацепции, как защитить себя от туберкулеза), так и для детей (почему нужно мыть руки, сколько раз в день надо чистить зубы и т.д.). А пока мамы и папы писали себе письма с обещаниями в будущее, дети рисовали картинки, из которых наши волонтеры делали уникальные значки. Такие виды деятельности позволяли нам предложить досуг для всей семьи сразу.

Значки и письма мы делали за пожертвования в 50

рублей, которые были нужны исключительно чтобы покрыть расходы на закупку материалов.

Определившись с тем, чем мы будем развлекать гостей ярмарки, мы задумались о том, как мы организуем фандрайзинг и что именно будем отдавать в обмен на пожертвования. В нашей команде есть девушка, которая шьет невероятно милые новогодние игрушки из фетра, и она согласилась обучить всех нас. За несколько часов мы сшили около 15-20 игрушек, получились подарки handmade. Также мы предложили сотрудничество дизайнеру Ольге Чикиной, которая согласилась вырезать таблички из дерева с различными именами и новогодними пожеланиями. Ольга отдала нам свои работы с условием, что после мероприятия мы вернем ей себестоимость каждой таблички – 150 рублей, а остальные вырученные средства оставим в качестве пожертвований проекту. По такой же схеме мы работали с еще одним другом проекта Катей. Катя делает милые ободки для девушек, украшая их цветами и фруктами. Таким образом, у нас получилось три варианта сувениров для фандрайзинга – один сдела-



ли сами и два привлекли с помощью друзей.

Непосредственно на самой ярмарке сложностей в работе не возникало, так как мы постарались все продумать заранее, с учетом опыта предыдущих лет. Мы работали в режиме non-stop, так как на ярмарке огромное количество людей, и мы старались привлечь каждого. Стоит также сказать, что привлечь внимание людей на подобных мероприятиях не очень сложно, потому что они готовы к любым видам деятельности. Бесплатная информационная палатка со сладкими призами за правильные ответы позволяла нам привлечь тех, кто пришел на ярмарку просто для развлечения, и не был готов делать большие пожертвования. Тем не менее, после общения с волонтерами, после того, как мы рассказывали, чем занимаемся и почему считаем свою работу важной, люди делали пожертвования уже не за сувенир, а просто так.

Таким образом, советуем на любом фандрайзинговом мероприятии оставлять одно-два бесплатных развлечения, с помощью которых вы сможете просто

общаться с людьми. Для нас этот момент был также важен, потому что на любом мероприятии мы всегда преследуем свою главную цель - информирование и профилактика ВИЧ-инфекции.

Что касается самих пожертвований, то мы работали примерно по такой схеме. Любое общение с новыми людьми мы всегда начинали с информационной палатки. Это позволяло расположить к себе людей, поговорить о том, чем мы занимаемся, сломать стереотипы и развеять мифы о ВИЧ. Далее мы говорили, что сегодня собираем пожертвования, которые планируем потратить на обучение новой команды волонтеров, чтобы повысить эффективность работы проекта в Москве. И только после этого называли различные варианты пожертвований, которые они могут сделать. Эта схема работала и позволила нам собрать наибольшую сумму пожертвований за все три года участия в „Душевном Базаре“.



## Роман Поликарпов, Ростов-на-Дону



«Несколько лет назад национальная команда проводила исследование, направленное на оценку эффективности проекта dance4life, которое показало интересный результат: благодаря участию в проекте dance4life изменяются не только ребята, но и их родители — они начинают уважать деятельность своих детей. А если родители уважают деятельность, то будут всячески ей способствовать и участвовать в ней.

Мы начали взаимодействовать с родителями с первого дня. Приведу пример: на одном из мероприятий (благотворительный фестиваль, приуроченный к празднованию Масленицы), где мы пекли блины и собирали пожертвования, папа девочки – волонтера привез ей личные вещи, но увидев, чем мы занимаемся, задержался и стал помогать: привез воду для теста, пек блины. На примере этой ситуации мы поняли, что родителей тоже может увлекать наша деятельность, главное — их пригласить.

Мы привлекали средства родителей для оплаты поездки волонтеров на финальное мероприятие dance4life. Взаимодействие с ними шло через разные каналы. В первую очередь, это личные контакты. Работая с молодежью, волонтерами, мы, являясь педагогами, должны контактировать с родителями, чтобы они знали о нашей работе. Сотрудничая с образовательными учреждениями, мы часто находим среди педагогов энтузиастов, которые имеют приверженность к работе с нами. У нас есть несколько школ, с которыми мы находимся в постоянном контакте, и это наши союзники, которые имеют непосредственный выход на родителей. Наконец, сами ребята могут

вовлекать мам и пап.

Чтобы привлечь средства родителей для оплаты поездки ребят на финальное мероприятие dance4life, мы построили работу следующим образом. Мы организовали встречу с родителями, где подробно объяснили, что за мероприятие планируется, что ребята от него получают, что сколько стоит. Далее мы собирали со всех родителей заявления на участие в мероприятии, что они доверяют организаторам жизнь и здоровье ребенка. Собранные средства мы оформляли строго по ведомости, что подчеркивало серьезность нашей работы, ее прозрачность и подотчетность.

Организуя выезд ребят, мы купили страховки для каждого подростка, что не просто дает гарантию защиты здоровья детей, но и подчеркивает наш основательный, вдумчивый подход к организации поездки.

Если говорить об опыте работы с родителями вообще, то хорошо показывает себя практика совместного проведения мероприятий для подростков и родителей. Такой формат общения позволяет не просто познакомить родителей с работой некоммерческой организации, в которой участвует подросток, но и наладить личный контакт, установить персональные отношения.

Также важно направлять родителям письма и благодарности, приглашать на мероприятия. В нашей практике был пример, когда мы готовили театральную постановку на тему ВИЧ/СПИД и на презентацию спектакля приглашали мам и пап.

Еще один способ формировать лояльность и приверженность родителей — готовить специально для них информационные материалы о том, чем мы занимаемся, что мы делаем, написанные простым, доступным языком.

Еще один инструмент сбора пожертвований — ящик-копилка. Мы его используем на различных мероприятиях, собирая частные пожертвования (исключение — мероприятия в школах). По требованиям российского законодательства ящик опечатан.

За пожертвование мы всегда предлагаем какие-то подарки. Мелкие призы — браслеты, магниты, значки мы когда-то сделали крупным тиржом, и уже достаточно долго работаем на этом запасе. В последнее время мы также стали активно практиковать изготовление значков — люди своими руками

делают рисунок или надпись, и мы с помощью специального пресса превращаем заготовку в нагрудный значок. Мы предлагаем людям сделать пожертвование не менее 50 рублей, и дарим за это сувенир - это отлично срабатывает.

Собирая средства в копилку, мы должны уметь четко объяснить, куда идут собранные пожертвования. Каждый волонтер должен быть готов ответить, что собранные средства идут на организацию профилактических мероприятий в ростовских школах, а именно: изготовление печатных материалов, приобретение канцелярских товаров, оплату транспортных расходов и т.д.

Деньги, которые мы собираем, небольшие, и порой мы можем по полгода копить средства, прежде чем открыть ящик и достать более-менее приличную сумму. В среднем на мероприятии успеваем пообщаться с группой около 300 человек, и собира-

ем от 500 до 1000 рублей. Суммы небольшие, но они позволяют нам решать какие-то текущие вопросы.

На мероприятиях надо обязательно создавать атмосферу праздника, чтобы человек, который жертвует деньги, получал от этого удовольствие.

Иногда важно проводить специальные мероприятия по сбору средств, выходя за рамки формата, когда попутно с информационной работой мы приглашаем посетителей сделать пожертвования. Так, мы делали благотворительный марш, и хотя на улице было минус 15, наша команда из волонтеров прошла по улицам города, останавливала прохожих, рассказывала, чем мы занимаемся, на что собираем деньги, и люди делали пожертвования.

И не надо бояться использовать ящики-копилки, это отличный инструмент!»

## ПРИМЕР



### Михаил Иванов, Великий Новгород

«Обучая волонтеров, как собирать пожертвования, мы начинаем семинар с разговора о том, почему сбор пожертвований важен, для чего вообще побуждать людей жертвовать деньги. Волонтеры выдвигают свои версии, почему это нужно, и варианты ответов бывают самые разные. Например: люди готовы помочь, но не знают, как. Или: готовы помогать, но у них нет на это времени.

Следующим этапом мы обсуждаем с волонтерами, почему именно они должны заниматься сбором средств. Каждый участник пишет на листочке ответ на этот вопрос, и после мы обсуждаем в кругу, выбирая самые мотивирующие аргументы. Чаще всего ребята отвечают, что ими движет желание лично сделать что-то хорошее, а еще – что это очень понятная и ощутимая деятельность, когда ты сразу можешь «посчитать» результат своих усилий.

Следующая тема особенно важна: это дискуссия о том, чем сбор пожертвований отличается от просьбы дать милостыню. Убеждение, что это неудобная, стыдная работа, распространено даже среди опытных волонтеров. Желание избежать стыда настолько сильно, что порой от волонтеров звучат предложения: давайте сами скинемся, но не будем просить. Мы приводим следующие аргументы. Мы привлекаем средства не для себя, а для помощи людям, для решения конкретной проблемы. Роль волонтера – это роль «связующего звена», «супермена», который

помогает тем, кто не может сам для себя попросить. Сбор пожертвований от просьбы милостыни отличается еще и тем, что мы можем ответить на вопрос, на что пойдут собранные деньги, куда можно обратиться, можем оставить всем заинтересованным контактные данные, таким образом мы максимально открыты.

Проговорив с ребятами их цели, убеждения и страхи, мы переходим к обсуждению технических вопросов. Так, мы знакомим участников с «воронкой продаж»: из 100 человек, которые получают информацию, 10 человек ее воспринимает и 1 откликается. Эта схема помогает ребятам понять, что не стоит ожидать от каждого человека, к которому они подойдут, пожертвование; главная цель – охватить информацией максимальное количество людей, что увеличивает вероятность встретить того человека, который сделает пожертвование. Эта схема также очень вдохновляющий инструмент, она показывает, что при приложенных усилиях положительный результат неизбежен.

Важный момент – объяснить ребятам, как относиться к отказам, так как каждый отказ проблемно воспринимается добровольцами, вызывая сильную негативную реакцию. «Воронка продаж» помогает понять причину отказов, и мы уделяем особое внимание тому, чтобы обсудить, что и в случае отказа мы остаемся позитивными и вежливыми».

# ПРАЗДНОВАТЬ

После той большой работы, которую провели молодые люди, полагается отметить успехи и порадоваться достижениям. Отмечать успехи

можно по-разному, но это всегда весело и всегда четко связано с другими этапами программы dance4life.

## ПРАЗДНОВАТЬ

(ОТМЕЧАТЬ УСПЕХИ)

### Определение

«Праздновать или отмечать успехи» — это последний этап программы, и он предназначен для «людей перемен», успешно прошедших всю программу dance4life. Цель этапа — порадоваться за них и вместе с ними и отметить их вклад в улучшение ситуации в области репродуктивного здоровья и прав человека во всем мире. Отмечается в разнообразных форматах, лишь бы это нравилось молодежи, соответствовало целям (см. в колонке справа) и философии программы dance4life.

### Цель / задача

Вознаградить молодых людей за усилия, вложенные в деятельность dance4life.

Укрепить чувство «общности» и принадлежности к глобальному молодежному движению dance4life.

Привлечь внимание СМИ, широких слоев населения и ключевых партнеров на местном, национальном и международном уровнях к dance4life — платформе, которая объединяет молодежь, и к той работе, которую проводит dance4life, а также показать, что молодые люди способны на многое.

Показать, что можно совмещать приятное с полезным, и мотивировать молодежь к участию.



## Как это работает на практике в России?

Нужно сразу признаться, что с реализацией этого этапа у российской команды всегда были самые большие сложности.

По замыслу dance4life Foundation, для всех «людей перемен» один раз в два года накануне 1 декабря проводится грандиозная вечеринка, куда они приезжают за счет проекта, где для них бесплатно выступают популярные артисты, а в конце мероприятия все страны, где работает dance4life, соединяются друг с другом по спутниковой связи, могут видеть друг друга и вместе танцевать танец-символ dance4life.

Это очень мощное по энергетике мероприятие,

и кто однажды был его участником, никогда не забудет это удивительное ощущение единения, принадлежности к чему-то очень важному.

Но у такого варианта празднования есть ряд объективных недостатков:

• далеко не все ребята остаются в проекте на два года. Сам статус «человека перемен» отличается от того, что мы привыкли понимать под волонтерством: «человеку перемен» достаточно провести одну акцию, и это уже считается вкладом, в то время как волонтер участвует в проекте на регулярной основе. Для подростков два года — это колоссальный срок,

и участие в мероприятии через два года — это слишком отсроченная награда. Нужно что-то более близкое в виде поощрения — сертификат, статус, футболка, браслет, что-то, что можно получить в ближайшей перспективе. Понятно, что всегда будут ребята, которые будут действовать, не ожидая подарков, исходя из глубокого понимания идеи, но если мы хотим, чтобы движение было массовым, нужны разнообразные поощрения, а не только моральное удовлетворение;

- схема «одно мероприятие для всей страны» подходит небольшим по размеру странам, либо тем странам, где сеть dance4life в них расположена компактно. Благодаря этому несложно пригласить людей перемен всей страны на мероприятие, так как транспортные расходы составляют разумную сумму. В России команды dance4life действуют от Ростова-на-Дону до Южно-Сахалинска, в проекте в настоящее время (на 2014 г.) на регулярной основе работает более тысячи волонтеров, в 2014 г. подготовлено 611 людей перемен, и чтобы пригласить всех ребят на праздничное мероприятие в Москву, требуется солидный бюджет;

- спутниковая связь — это очень, очень, очень дорогое удовольствие. К тому же, по мере роста числа стран, где работает проект, из-за разницы во времени всем стало невозможно соединиться в одно время, и поэтому часть первоначального замысла утратила актуальность. С 2011 г. международный офис dance4life отказался от спутниковой связи во время финального мероприятия, заменив его демонстрацией видео из разных стран, что способствовало частичной потере уникальности проекта. В настоящее время принята концепция организации финального события на ежегодной основе,

и для обеспечения ощущения единства и связи используются разные способы от скайп включений, онлайн твитт-wall (трансляция сообщений в твиттере в режиме реального времени на большом экране), обмен фотографиями и видео с мероприятий из разных стран в режиме реального времени.

Решая задачу организации этапа празднования, мы находились в сложной ситуации дефицита ресурсов. Если остальные этапы («вдохновлять», «обучать», «вовлекать») мы научились делать бесплатно или почти бесплатно, то качественное празднование требует или исключительного, эксклюзивного креатива, или бюджета. В идеале — и того, и другого. Найти бюджет на «развлекательное» мероприятие — непростая задача, так как доноры всегда скептически настроены к таким статьям бюджета, предпочитая вкладывать средства в производство информационных материалов или каких-то других «продуктов». При этом государство активизировало свою работу с молодежью, и молодым людям, делающим первые шаги на поприще волонтерства, стали доступны отличные возможности — поездки в другие города и на молодежные форумы, футболки, браслеты и т.д. К сожалению, эти возможности касались в основном волонтерства в «понятных» темах — патриотизм, спортивное волонтерство, поддержка талантливой молодежи и т.д.

Таким образом, в условиях конкуренции и дефицита ресурсов мы решаем задачу празднования креативно. Важно отметить, что мероприятия празднования проводятся как региональными командами dance4life, так и на федеральном уровне. Мероприятия, которые мы проводим, можно разделить на две группы: торжественные и развлекательные (в т.ч. — вечеринки).



## Торжественные мероприятия

Это мероприятия, на которых ребятам, которые прошли все три этапа проекта dance4life, вручаются сертификаты «человека перемен». Это важное событие для команды, и нужно сделать все, чтобы подчеркнуть особый статус происходящего: чтобы сертификат вручал координатор команды, присутствовали «старые» члены команды. По возможности мы подписываем такие сертификаты у «звезд», поддерживающих проект, новым «людям перемен» вручаются значки или любой другой отличительный знак, также

это может быть красивая, качественная вещь.

Например, не просто закатной значок, а металлический. А если закатной — то с красивым, модным дизайном. Или не просто силиконовый браслет, но, например, светящийся в темноте, или, как минимум — необычного цвета. Или не просто футболка, но именная, с авторским дизайном.

В случаях, когда совсем нет бюджета для производства значков / футболок / браслетов для волонтеров, на помощь приходит handmade.

Можно пригласить знакомого художника, который маркером по ткани нарисует эксклюзивные футболки волонтерам. Если художник не может нарисовать много футболок, он сделает красивый трафарет,

по которому нанести изображение на ткань сможет любой человек, не обладающий художественными навыками – это тоже прекрасное решение.



## Развлекательные мероприятия

Это любые «классные» мероприятия, которые нравятся молодежи: приятные посиделки (с пиццей или тортом в виде логотипа dance4life) в самом модном молодежном заведении города, поход на каток, мастер-класс с лучшим битбоксером, урок обучения игре на барабанах, тематическая фотосессия в модной студии с хорошим фотографом, встреча со звездой, которая поддерживает dance4life, бесплатные билеты на концерт или вечеринку.

В данном случае детали имеют большое значение. Фотосессия с плохоньким фотографом – самоучкой, билет на выступление заурядного артиста, дешевый

каток за чертой города, неловкая встреча со звездой, где участники не знают, о чем говорить – это не поощрение. Мероприятие должно быть особенным, продуманным до мелочей, небанальным праздником, и обязательно должно доставить неподдельное удовольствие участникам. Конечно, если есть крепкая команда и людям просто хорошо вместе, они сами создадут себе праздник в любых обстоятельствах, но не стоит на это полагаться. Чтобы создать соответствующее настроение и атмосферу, необходимо предусмотреть все нюансы.



## Вечеринка («финалка»)



Наконец, самый сложный по организации, но самый яркий по результатам вариант мероприятия – это эксклюзивная вечеринка dance4life, так называемая «финалка». Это мероприятие требует или бюджета, или значительных организационных ресурсов и времени. Необходимо найти помещение, договориться о льготной или бесплатной аренде, решить вопрос охраны и организации входа участников (списки или билеты), продумать расположение гостей в зале (нужна ли VIP зона для взрос-

лых?), составить программу, пригласить артистов и обеспечить необходимое им оборудование и гримерки, анонсировать мероприятие и пригласить «людей перемен», СМИ и гостей, обеспечить фото- и видеосъемку (а также оперативную обработку полученного фото-видеоматериала после мероприятия), найти ведущих, написать сценарий, организовать sound-check (проверку звука), продумать анимацию для гостей на входе (пресс-wall – особый баннер с логотипами организаторов), развлечения,

если есть возможность — обеспечить еду и напитки для артистов и участников мероприятия. Если ожидаются гости из других городов, организовать логистику: найти варианты, где они могут остановиться (или как минимум оставить вещи), поесть, организовать осмотр достопримечательностей в вашем городе.

Мы можем с гордостью сказать, что волонтеры dance4life умеют сами организовать этот комплексный и сложный процесс, ведь в 2011 г. финальное мероприятие dance4life Россия своими силами проводила ростовская команда dance4life, а в 2012 и 2013 гг. — московская. Типовой сценарий финального мероприятия dance4life, составленный на примере сценария 2013 г., можно найти в Приложении №7.

Нужно отметить, что мы предпринимали попытки решить проблему доступности вечеринки dance4life для волонтеров из дальних регионов страны. Так, в 2012 г. мы изыскивали средства для

оплаты проезда координаторов и участников проекта из расположенных недалеко от Москвы регионов. В 2013 г. мы организовали целую серию конкурсов в социальных сетях, победители которых выигрывали возможность приехать на финальное мероприятие. У нас есть успешный опыт ростовской команды, поездку на финальное мероприятие ее участникам оплачивают родители, расценивая это как свой вклад в развитие проекта и важной деятельности их детей.

Мы понимали, что это компромиссное решение, и много достойных ребят приехать не смогут, поэтому мы стараемся выражать свою искреннюю признательность «людям перемен» при встрече и в социальных сетях, а также делать для них приятные сюрпризы — например, обращения от звезд со словами благодарности и издание календарей с их фотографиями и цитатами.

**В 2014 г. финансовая ситуация не позволила нам организовать общероссийскую вечеринку dance4life, а потому мы придумали альтернативное решение. Мы сняли видеоклип, в создании которого приняли участие все команды dance4life. Более подробное описание идеи можно найти в главе 5, в разделе «Использование Интернета для вовлечения молодежи».**



## Контрольный лист по празднованию от dance4life Foundation и как это происходит у нас

dance4life Foundation разработал набор критериев для оценки качества выполнения компонента «Праздновать», среди которых есть обязательные и соответствующие им желательные. В таблице ниже

приведены эти критерии. После каждой группы критериев, объединенных по теме, дан комментарий, как это воплощается в рамках российского проекта dance4life.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Из молодежи на мероприятие приглашаются только «люди перемен»	Организуется во всех странах в один и тот же день — желательно во Всемирный день борьбы со СПИДом (1 декабря)
	Все одеты в бело-красное — цвета бренда dance4life

## На практике

Празднование всегда проводится только для «людей перемен». Финальное мероприятие dance4life проходит в выходной день (обычно – суббота) накануне 1 декабря.

Мы не используем строгий бело-красный дресс-код. У бренда dance4life помимо белого и красного есть следующие официальные цвета: черный, серый, оранжевый. Волонтеры имеют

возможность выбрать футболку / толстовку любого из этих цветов. У команд dance4life из разных регионов всегда есть свои «классные» варианты дизайнов, свои формы футболок / маек / толстовок, поэтому мы даем ребятам возможность выразить себя. Единственное условие – все участники финального мероприятия должны быть в одежде с логотипом dance4life.

Обязательные элементы	Желательные элементы
<p>Сценарий финального мероприятия включает в себя следующие элементы.</p> <p>Ведущий рассказывает о том, чему посвящено мероприятие и какие акции провели молодые люди; исполняется промотанец dance4life; демонстрируются рекламные ролики, используется наглядная агитация и символика dance4life; послы доброй воли (если таковые есть) выступают перед молодежью (или предварительно записанное видеообращение показывается на экране), говоря о том, что молодым людям необходимо знать о репродуктивном здоровье, правах человека и ВИЧ/СПИДе, и признавая важность проводимых ими акций. «Люди перемен» получают возможность продемонстрировать свои акции и озвучить ключевые послания. При наличии сопутствующей адвокативной кампании, участники обращаются к лицам, принимающим решения, с призывом выполнить ту или иную задачу. Происходит международный обмен: участники из разных стран представляют свои ключевые послания, фотографии или видеозаписи</p>	<p>Распространение листовок / брошюр по репродуктивному здоровью, правам человека и ВИЧ/СПИДу; распространение презервативов (например, установить стойки у входа, за которыми команда dance4life и партнерские организации могут раздавать брошюры / листовки, предоставлять информацию, тесты для экспресс-диагностики ВИЧ-инфекции и т. д.)</p>
<p>В странах с высоким уровнем доходов и благополучной ситуацией в сфере репродуктивного здоровья и прав человека на мероприятии представляется проект, для которого молодежь собирала финансирование, и озвучивается его ключевое послание</p>	

## На практике

Сценарий финального мероприятия dance4life содержит все элементы, перечисленные в описании. В России нет практики, подобно той, когда участники dance4life из стран с высоким доходом (например, Голландия) должны собрать определенную сумму (50 евро) в поддержку dance4life, чтобы получить

приглашение на финальное мероприятие dance4life. В Голландии школьники, собиравшие деньги, могут узнать о проекте, который был выполнен благодаря им; в нашей стране это не актуально.

Во время финального мероприятия мы не часто распространяем информационные материалы

среди «людей перемен», если только они не были эксклюзивно выпущены к «финалке». С остальными материалами dance4life ребята обычно очень хорошо знакомы, и ввиду того, что их всегда не хватает, мы предпочитаем раздавать их на запусках и акциях. Презервативы распространяются только в VIP-секторе, где проводят время приглашенные взрослые, так как

среди «людей перемен» есть несовершеннолетние. Также, у проекта нет возможности распространять экспресс-тесты на ВИЧ на финальном мероприятии, и в этом нет особой необходимости, так как обычно заинтересованные ребята без особых трудностей могут сделать тест в центре СПИД (или другом профильном медицинском учреждении) у себя дома.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Мероприятие освещается в местных / национальных СМИ	
На мероприятие dance4life в качестве гостей приглашены авторитетные представители политических, религиозных, общественных структур и лидеры делового сообщества	
Отзывы молодых людей об этом мероприятии: увлекательное, особенное, незабываемое, классное.	

### На практике

Минимум за месяц до мероприятия специальный сотрудник российской команды dance4life начинает работу со СМИ и социальными сетями: приглашает журналистов на финальное мероприятие, готовит анонсы для социальных сетей, рассылает пресс-релиз, занимается продвижением видео-тизера мероприятия в социальных сетях.

На мероприятие обязательно приглашаются все партнеры проекта — представители государственных структур, бизнес-компаний, поддерживающих проект,

фондов, НКО, известные люди, лидеры мнений, родители, учителя. Исключение — у проекта dance4life в России нет успешного опыта взаимодействия с религиозными лидерами.

Участие в финальном мероприятии — долгожданное и очень яркое событие для «людей перемен», достаточно посмотреть отчетные видео с мероприятия, чтобы почувствовать атмосферу единения, восторга, счастья, которая царит на «финалке».

Обязательные элементы	Желательные элементы
Проводится фотосъемка и видеозапись.	Профессиональная фото- и видеосъемка.

### На практике

Во время финального мероприятия всегда ведется профессиональная фото- и видеосъемка, тем более что это не так сложно организовать, так как многие из волонтеров и сторонников проекта прекрасно

фотографируют и делают видео. По итогам каждого финального мероприятия делается короткий «отчетный» видеосюжет.

# УНИКАЛЬНЫЙ ОПЫТ ПРОЕКТА

## Молодежь – движущая сила

В 2012 г. фонд «ФОКУС-МЕДИА», сеть команд dance4life и «Высшая школа экономики» провели исследование репродуктивных ценностей молодежи.

Среди прочих молодым людям был задан вопрос, с кем они предпочитают обсуждать темы, связанные с репродуктивным здоровьем, когда возникнет такая необходимость. Ответ на этот вопрос помог пролить свет на интересный факт. Даже в тех случаях, когда родители (или другие значимые взрослые) открыты для откровенного разговора, молодые люди предпочитают обсуждать эти вопросы со своими сверстниками. Важно понимать, что информация, которую подростки получают от сверстников, в силу возрастных особенностей воспринимается с большим доверием, чем полученная от взрослых, даже если взрослый дает правильную информацию, а сверстник – ошибочную. Таким образом, если мы хотим, чтобы подростки обладали достоверной информацией, важно найти способ распространять эту информацию через молодых людей, так как усилий только взрослых недостаточно.

Вовлечение представителей «равных» в решение проблем целевой группы – это подход «равный обучает равного». Существует множество прекрасных пособий, которые подробно описывают эту технологию, поэтому мы не будем дублировать их содержание здесь, а только отметим преимущества подхода «равный обучает равного» в российских реалиях, в которых убедились сами:

- Ситуация, когда сверстники выступают в качестве ведущих интерактивных занятий, да еще на такую животрепещущую тему, как отношения, взросление, любовь – это очень необычно, и обеспечивает внимание аудитории.

- Равенство в возрасте позволяет тренерам и аудитории общаться на одном языке, общаться неформально и быть понятными друг другу, чего бывает очень сложно достичь взрослым профессионалам.

- Равенство в возрасте позволяет группе обсудить тему более откровенно, без ложной скромности, так как участники не стесняются задавать те вопросы,

которые никогда не стали бы задавать взрослому.

- Равные хорошо знают распространенные стереотипы, убеждения, традиции в целевой группе, которые могут влиять на репродуктивное поведение молодежи.

- Равные хорошо понимают потребности в информации своих сверстников – какие темы требуют более подробного обсуждения, а какие – не так актуальны.

По мнению международной сети Y-Peer, программа «равный обучает равного» должна соответствовать следующим критериям:

- значимое участие «равных» на всех этапах реализации программы;
- вовлечение значимого окружения;
- сотрудничество молодежи и взрослых;
- учет потребностей целевой группы;
- гендерный подход в планировании и реализации программы;
- планирование и реализация программы с учетом культурных особенностей целевой группы;
- планирование и реализация программы с учетом сексуальных особенностей;
- планирование и реализация программы с учетом возрастных особенностей;
- применение научных методик, доказавших свою эффективность.

Как реализовано большинство перечисленных критериев в программе dance4life, мы так или иначе уже описывали в предыдущей главе, но есть особый критерий, о котором мы считаем важным сказать отдельно. Речь идет о самом, пожалуй, проблемном критерии для многих программ, где участвует молодежь – о значимом вовлечении «равных» на всех этапах реализации программы. Этот аспект работы является приоритетным для проекта dance4life, поэтому dance4life international разработал описание того, что мы понимаем под значимым вовлечением молодежи, а также предложил набор критериев для оценки качества выполнения этого компонента.

## ПОЛНОЦЕННОЕ УЧАСТИЕ МОЛОДЕЖИ

Значимое участие молодежи — это не этап и не часть программы. Это то, что мы делаем. Мы вовлекаем молодежь во всё: в принятие стратегических решений, в адвокативную деятельность, в реализацию программы. Во всем этом у молодежи есть право голоса — полноправного голоса, и этот голос учитывается.

Во многих странах, где реализуется dance4life, были созданы национальные молодежные советы

dance4life — структуры, позволяющие расширять участие молодежи в разработке, реализации, оценке и общем процессе принятия решений, связанных с программой. Это полезная стратегия, но нужно отметить: само по себе создание национального молодежного совета не дает автоматически гарантий участия молодежи, а кроме того, это не единственный возможный способ активизировать этот аспект программы.

### Определение

Молодежь получает поддержку и возможности для активного участия и воздействия на всех этапах принятия решений, касающихся ее жизни, и для того чтобы выполнять лидирующую роль в решении вопросов, которые являются для нее наиболее значимыми. Участие основано на развитии партнерства, равноправии и поддержке.

### Цель/задача

Вовлечение молодых людей дает возможность обеспечить релевантность и привлекательность программы для молодежи, усилить ее воздействие и полезный эффект. Молодежь лучше знает, что ей нужно.

В то же время, это помогает выйти на новый уровень в нашей работе по развитию потенциала молодежи. За счет участия молодые люди могут получать дополнительные ресурсы, повышать уровень знаний и укреплять навыки. Расширение прав и возможностей открывает!

## Как это работает на практике в России?

Значимое участие молодежи в работе международного офиса dance4life было обеспечено через участие молодых ребят - представителей стран в молодежном совете dance4life. Эта модель хорошо подходит для англоязычных стран, но в российских реалиях требование выбрать легитимного представителя от молодежи, который не только прекрасно разбирается в проблемах профилактики ВИЧ в России, но и свободно владеет английским языком — непростая задача. Кроме того, такие координационные советы обычно грешат слабой обратной связью с целевой аудиторией: кто-то принимает какие-то решения, а все остальные об этом не знают, или

узнают уже о принятых решениях как свершившемся факте.

Поэтому мы пришли к выводу, что для обеспечения значимого участия молодежи мы должны:

1. развивать, обучать ребят, чтобы они были готовы мыслить масштабами не только своего района / города / региона, но масштабами страны;

2. предложить молодежи формат участия, чтобы могли вовлекаться все желающие.

Для обучения ребят мы в 2012 г. создали онлайн-школу dance4life, где в формате вебинаров обсуждаем с ребятами актуальные темы.

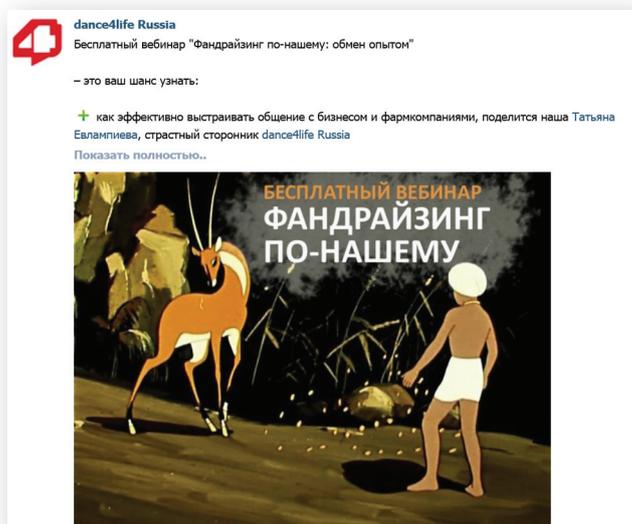
## ВЕБИНАР



Вебинар или онлайн-семинар (англ. webinar) — разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет в режиме реального времени. Во время веб-конференции каждый из участников находится у своего компьютера, а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника, или через веб-приложение. В последнем случае, чтобы присоединиться к конференции, нужно просто ввести URL (адрес сайта) в окне браузера.

### Всего за это время (с 2012 по 2014 г.) было проведено 13 вебинаров по следующим темам:

- |                      |  |
|----------------------|--|
| май 2012 г. >>>      | 1. Что такое dance4life и как он защищает репродуктивные права молодежи? |
| июнь 2012 г. >>>     | 2. Как провести крутое мероприятие? (для чайников)                       |
| сентябрь 2012 г. >>> | 3. Обучение через развлечение  |
| октябрь 2012 г. >>>  | 4. Продвижение в социальных сетях  |
| ноябрь 2012 г. >>>   | 5. Защита прав детей. Адвокация  |
| июнь 2013 г. >>>     | 6. Как добыть ресурсы на нашу деятельность?                              |
| июль 2013 г. >>>     | 7. Сторителлинг: как использовать силу историй                           |
| сентябрь 2013 г. >>> | 8. История dance4life  |
| январь 2014 г. >>>   | 9. Звук и видео в запуске dance4life                                     |
| апрель 2014 г. >>>   | 10. Продвижение и пиар бренда dance4life                                 |
| апрель 2014 г. >>>   | 11. Информационные кампании: знакомство                                  |
| июнь 2014 г. >>>     | 12. Фандрайзинг на сложные темы  |
| октябрь 2014 г. >>>  | 13. Фандрайзинг по-нашему – обмен опытом                                 |



Обычно в год проходит 3-5 вебинаров по 60-90 минут каждый. Тематика вебинаров выбирается заранее, исходя из запросов или по предложению российской команды проекта. Так, в 2012 г. тема занятий школы была определена по итогам опроса волонтеров проекта, в 2013 и 2014 гг. – на координационных встречах dance4life. Подробнее о том, как организовать вебинар можно прочитать в Приложении №8.

Чтобы ребятам было проще усваивать новые темы, мы стремимся делать содержание обучающих сессий максимально практичным, конкретным, и предлагать ребятам простой и эффективный алгоритм действий. А чтобы происходило внедрение предложенных знаний в практику, мы после каждой темы Онлайн-школы объявляем конкурс домашних заданий, при этом задания имеют практическую ценность – они непосредственно связаны с текущими задачами проекта.

Например, после изучения темы «обучение через развлечение» ребятам было дано задание создать и опубликовать в социальных сетях информационные сообщения в формате edutainment (обучение через развлечение), причем все это было приурочено к приближающемуся дню контрацепции. Или после изучения темы «Как провести крутое мероприятие?» ребята получили задание провести профилактическое мероприятие, используя тему моды.

При наличии подробных и четких инструкций

ребята помогают решать такие серьезные задачи, как проведение исследований, помощь в сборе подписей под петициями и т.д., одновременно получая опыт, как это организовать самостоятельно в следующий раз.

Мы используем социальные сети, чтобы вовлекать волонтеров проекта в принятие решений. Наиболее часто мы прибегаем к помощи ребят, чтобы согласовать информационные продукты, разрабатываемые проектом для акций / мероприятий. Например, мы выкладываем несколько вариантов дизайна, и просим проголосовать за самый лучший, или дать комментарии, что нужно доработать. Ребята живо откликаются на такое приглашение – голосуют, дают содержательную критику, и одним из замечательных последствий такой формы работы является то, что волонтеры ощущают создаваемый продукт как свой, чувствуют собственный вклад в его появление и с большей приверженностью вовлекаются в его дальнейшее распространение.

После нескольких лет нашей последовательной работы по вовлечению молодежи и ее развитию мы видим реальный результат, когда выросло поколение опытных ребят, которые хорошо понимают особенности профилактики ВИЧ в России, самостоятельно развивают проект в своем регионе, берут на себя ответственность, иницируют что-то новое.

## **Контрольный лист компонента «Значимое участие молодежи» dance4life Foundation: как должно быть и как это на практике реализуется в России**

dance4life Foundation предлагает набор критериев для оценки качества компонента «Значимое участие молодежи», среди которых есть обязательные критерии и соответствующие им желательные.

В таблице ниже приведены эти критерии, они объединены в группы по сходству темы, и после каждой группы дан комментарий, как это воплощается российским проектом dance4life.

<b>Обязательные элементы</b>	<b>Желательные элементы</b>
<p>Полноценное участие молодежи – часть долгосрочной стратегии</p>	<p>Молодежный совет / молодежная сеть сами решают, какие задачи перед собой ставить, на уровне стратегического развития и усиления потенциала</p>
<p>Созданы и действуют структуры (советы, сети, специальные и рабочие группы), обеспечивающие участие молодежи на системном уровне (а не конъюнктурное привлечение «при необходимости»)</p>	

## На практике

Полноценное участие молодежи — это не просто часть стратегии, на настоящий момент — это единственный путь развития профилактической работы в нашей стране, где специалисты, родители, СМИ по разным причинам не готовы объединиться, чтобы активно защищать репродуктивное здоровье молодежи.

Российский проект dance4life не стал создавать молодежный совет. Это было связано и с дефицитом ресурсов для этой работы, и тем, что система работы

с молодежью проекта совершенно открыта, каждый может инициировать новую идею, реализовать замысел, объединить вокруг себя людей, повлиять на планы и т.д. Но мы не исключаем, что это может быть следующий шаг значимого вовлечения молодежи в развитии российского проекта.

При этом в проекте есть постоянная практика создания рабочих групп для решения конкретных задач.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Молодежь участвует в планировании, реализации и оценке этапов «Вдохновлять», «Обучать», «Вовлекать» и «Праздновать», а также адвокативной деятельности и процессах коммуникации	Молодые люди, участвующие в dance4life, присутствуют на всех заседаниях команды dance4life той или иной страны, посвященных планированию и оценке

## На практике

На региональном уровне каждая команда действует самостоятельно, осуществляя планирование, реализацию и оценку этапов проекта, адвокативных мероприятий, коммуникации.

В проекте есть регионы, где команду возглавляет взрослый, и, чтобы обеспечить значимое участие молодежи, у нас есть два решения. Во-первых, один из принципов, по которым работает проект dance4life, это принцип равенства, который говорит, что все участники движения dance4life равны между собой; каждый участник значим вне зависимости от

возраста и опыта. Таким образом, если вдруг у взрослого возникнет соблазн диктовать, что делать волонтерам, у них всегда есть возможность с этим не согласиться, сославшись на принцип равенства. Во-вторых, общение внутри проекта построено горизонтально, таким образом любой молодой человек, который по какой-то причине не получает возможности реализовать свои идеи на региональном уровне, совершенно свободно может предложить их российской команде и всем участникам проекта dance4life.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Если молодые люди участвуют в каких-либо мероприятиях (особенно внешней деятельности), команда dance4life обеспечивает им информирование, подготовку и обучение, а после мероприятия они получают обратную связь	
Команда dance4life отчитывается перед молодежью: в частности, молодые люди получают годовые отчеты; они знают о результатах деятельности / мероприятий, в которых они участвовали; они в курсе обсуждения всех вопросов, имеющих к ним отношение	

## На практике

Если молодые люди участвуют в каких-либо мероприятиях, и региональные команды, и российская команда dance4life обязательно информируют молодых людей о сути мероприятия и их роли, обеспечивают им необходимую подготовку, а после мероприятия дают обратную связь. Такой подход к работе с молодежью является настолько неотъемлемой частью культу-

ры проекта, что нам трудно представить, что можно работать как-то иначе.

Российская команда готовит квартальные и годовые отчеты об итогах работы проекта, публикует их на сайте, в социальных сетях, представляет на ежегодной координационной встрече и на финальном мероприятии dance4life.

Обязательные элементы	Желательные элементы
Команда dance4life разделяет свои полномочия в принятии решений с молодыми людьми, в достаточной мере информированными в вопросах, которые имеют к ним отношение	Стратегически значимые решения, непосредственно связанные с молодежью или брендингом программы (то есть решения, влияющие на то, как молодые люди воспринимают dance4life или ее содержание) принимаются совместно с молодежью
Проводится непрерывное обучение новых групп молодежи, чтобы обеспечить приток новых сил и лидирующую роль молодежи	

## На практике

Мы уже описывали выше, как много усилий прикладываем, обеспечивая непрерывное обучение молодежи, повышая компетенцию ребят и добиваясь, чтобы они могли значимым образом участвовать в принятии решений.

Стратегически значимые решения в отношении

развития проекта принимаются на ежегодной координационной встрече dance4life, если решения носят действительно судьбоносный характер, то при их выработке мы проводим опросы среди сторонников проекта и опираемся на полученные результаты.



## Молодежная культура

Довольно часто некоммерческий сектор заимствует у бизнеса подходы и технологии, адаптирует их и делает рабочими инструментами решения социальных задач. Как это может работать в случае профилактики ВИЧ среди молодых, наглядно и убедительно демонстрирует технология dance4life.

Если мы переведем на язык бизнеса задачу защиты здоровья молодежи, то профилактическую информацию и безопасное поведение мы будем воспринимать как «товар», который планируем «продать» нашей целевой аудитории.

Мы знаем на собственном опыте, что востребован-

ный товар должен быть не только качественным, но соответствующим актуальным модным тенденциям и/или вкусу и привычкам потенциального покупателя.

Современный бизнес использует маркетинговый подход для построения взаимоотношений с потенциальным клиентом. В центре внимания концепции маркетинга находится не товар, а клиент с его нуждами и потребностями. Выстраивая отношения с потенциальным покупателем, мы должны отталкиваться от его нужд и потребностей и стремиться к тому, чтобы удовлетворить их наиболее эффективными

и продуктивными способами. Мы достигаем успеха (высоких продаж) благодаря тому, что наши покупатели удовлетворены, и поэтому остаются лояльны к нашим услугам / товарам.

Например, сеть кофеен «Старбакс» предлагает не просто качественный кофе, но и уютное пространство, которое удовлетворяет разные вкусы: в наличии разные диванчики и стулья, возможность самостоятельно бесплатно добавить по вкусу молоко и сахар, и вдобавок милая традиция, когда бариста пишет ваше имя на бумажном стакане и громко сообщает, когда напиток готов. Визит в «Старбакс» — это не просто покупка кофе, а уникальная услуга, которая учитывает особенные потребности и предпочтения каждого клиента.

Преломляя эту идею к задаче профилактики, мы делаем вывод, что для успешной «продажи» профилактического послания молодежи недостаточно, чтобы наша информация была достоверна и снабже-

на актуальными данными. Для того чтобы молодежь захотела принять и использовать предлагаемую модель поведения, она должна удовлетворять реальные нужды и потребности молодых людей.

Это предполагает особые требования как к содержанию профилактической информации, так и к ее «упаковке».

В блоке «Обучать» мы подробно рассматривали вопрос, как достичь того, чтобы профилактическая информация соответствовала потребностям целевой группы, а предлагаемые модели поведения были реалистичными и выполнимыми.

«Упаковка» должна быть такой, чтобы целевая аудитория сразу заметила предлагаемый продукт и поняла — этот товар создан для нее. Ответ на вопрос, как этого добиться, дает молодежная культура.

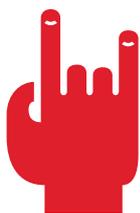
Рассмотрим два понятия — «культура» и «субкультура».

## КУЛЬТУРА



Культура (от лат. cultura, от глагола colo, colere — возделывание, позднее — воспитание, образование, развитие, почитание) — человеческая деятельность в её самых разных проявлениях, включая все формы и способы человеческого самовыражения и самопознания, накопление человеком и социумом в целом навыков и умений.

## СУБКУЛЬТУРА



Субкультура (лат. sub — под и cultura — культура; подкультура) — понятие в социологии, антропологии и культурологии, обозначающее часть культуры общества, отличающейся своим поведением от преобладающего большинства, а также социальные группы носителей этой культуры. Ярким примером субкультуры является молодежная культура.

Субкультура может отличаться от культуры большинства собственной системой ценностей, языком, манерой поведения, одеждой и другими аспектами. Часто субкультуры носят замкнутый характер и стремятся к изоляции от массовой культуры, а для молодежных субкультур также характерен протест, в основе которого лежит конфликт «отцы и дети».

Молодежная культура находит свое воплощение через те же виды искусства, что и «взрослая»: изобра-

зительные, зрелищные, выразительные, но имеет свои модные тенденции, актуальные стили и темы, своих героев и знаменитостей.

Молодежная культура заключает в себе систему кодов, по которым молодые люди мгновенно распознают «свое» и «чужое», с интересом принимая «свое», и категорично отторгая «чужое».

Зная и понимая, что читает, слушает, смотрит молодежь, над чем она смеется, как и где считает

модным проводить время, каковы ее кумиры, мы можем использовать это при создании своего продукта, наделяя его силой и привлекательностью трендов молодежной культуры.

Этот секрет давно понял бизнес, в результате чего возникла колоссальная индустрия, работающая на молодежь: существуют пресса, бренды одежды, спортивные товары, продукты питания, ориентированные исключительно на тинэйджеров.

Этот же подход применяет технология dance4life. Мы используем молодежную культуру (МК) как язык, на котором мы говорим с целевой аудиторией, как элемент, привлекающий внимание, как точку доступа к молодежи, как объединяющую силу.

**Молодежная культура как язык:** мы создаем информационные материалы, сценарии, послания, адресованные к целевой группе, с учетом вкусов,

привычек, предпочтений молодежи. Для этого мы следим за новыми трендами, вовлекаем молодежь в процесс разработки, тестируем слоганы, тексты и дизайны с целевой аудиторией, делаем продукт, который хотелось бы использовать самим.

**Молодежная культура как элемент** привлечения внимания: мы используем элементы субкультур и актуальные тренды при создании информационных продуктов / сценариев акций. Например, на волне хипстерской культуры для одной из акций мы разработали аксессуары, которые объединили в себе красную ленточку (символ борьбы со СПИДом) и традиционные хипстерские элементы – бабочку, очки, усы. Участникам уличных акций предлагалось фотографироваться с этими атрибутами, и акция имела колоссальный успех.



**Точка доступа:** мы понимаем, что молодежь регулярно проводит время в социальных сетях, на развлекательных мероприятиях, и интегрируем профилактическую работу в этот формат.

Также, если у нас получается убедительно использовать как инструмент профилактики виды искусства, например, рэп или граффити, мы получаем доступ к сообществу ребят, которые этими видами искусства увлекаются. Например, DJ Tiesto, создав трек dance4life, привлек внимание к проблеме ВИЧ-инфекции миллионов своих фанатов по всему

миру, а также вдохновил множество коллег донести профилактическое послание через музыку.

**Объединяющая сила:** особую привлекательность движению dance4life среди молодежи создают бренд dance4life, танец-символ dance4life, знаменитые люди - послы доброй воли, которые поддерживают проект, и развлекательный формат мероприятий, которые мы проводим.

Рассмотрим далее, как на практике превратить молодежную культуру в инструмент профилактики.



## Обучение через развлечение

Если мы будем изучать историю педагогики, то обнаружим, что в разные времена подходы к тому, должен ли ученик получать удовольствие от учебы, были очень разными. До сих пор на этот вопрос каждый педагог отвечает по-своему: кто-то предлагает самостоятельно изучить параграф, кто-то демонстрирует наглядные пособия, кто-то рассказывает истории, кто-то задает каверзные вопросы ученикам, пробуждая их любопытство и способность к самостоятельному мышлению.

Но любой современный педагог ощущает, как стремительное развитие информационных технологий предъявляет новые, очень жесткие требования к образовательным программам. Содержание интернет-ресурсов, онлайн-игр, коммерческих образовательных программ так увлекательно, ярко, интерактивно, что задает новый стандарт передачи информации, и молодежь, как наиболее восприимчивая к новому социальная группа, ждет, что образовательный материал будет тоже не просто полезным, но и увлекательным, эксклюзивным, интересно «упакованным». Если обязательное образование может позволить себе оставаться многословным, строгим, формальным, то, планируя дополнительную образовательную программу, мы должны четко понимать, что наш потенциальный конкурент за внимание аудитории - популярная компьютерная игра Angry Birds.

Высокая доступность информации приводит к жесточайшей конкуренции информационных посланий между собой, и как результат - к сокращению объема знаний, которые мы можем передать за один раз. Современный тренд и даже этикет таков, что информационное сообщение должно быть кратким, емким, четким, практически полезным.

Ответом на эти современные вызовы стал рост популярности подхода «обучение через развлечение».

По сути, ничего нового в идее передачи новой информации в развлекательном формате нет. С древних времен дети получают важную информацию о ценностях, нормах поведения, принятых в обществе, способах решения проблем, любви и дружбе, благородстве и предательстве из сказок. Казалось бы, развлекательное чтение на ночь, а на деле оно является мощным инструментом воспитания подрастающего поколения.

Из мифов Древней Греции мы можем узнать об особом мировоззрении той цивилизации, где человек равен Богу. Из православных притч можем лучше понять, как мораль этой религии находит воплощение в повседневных житейских ситуациях. Басни Крылова в простой и наглядной форме демонстрируют нам человеческие пороки и истины бытия.

Таким образом, обучение в процессе развлечения практикуется издревле, и совершенно не случайно свое название этот подход обрел благодаря легендарному современному сказочнику и мечтателю Уолту Диснею. В 1948 г. его компания впервые использовала термин edutainment для описания уникального формата развлекательных документальных фильмов о дикой природе «True-life adventures».

В современной истории существует множество примеров того, как эффективен и привлекателен подход edutainment.

В Советском Союзе школьники и взрослые познавали азы английского языка благодаря мультипликационному сериалу телеканала BBC «Мази в Гондолэнде», который демонстрировался в передаче «Детский час» и был невероятно популярен.

Передача «Улица Сезам» была основана

в 1969 г., чтобы дать детям из неблагополучных семей те же возможности в образовании, которые имеют дети в семьях среднего класса. Сегодня шоу пользуется популярностью среди детей и семей всех слоев общества, но конечная цель остается той же, а именно: решение образовательных потребностей детей через мощное сочетание СМИ и Маппет-шоу (англо-американская телевизионная программа с действующими лицами - куклами (маппетами)).

На российском телевидении есть прекрасные примеры мультипликационных сериалов для детей: «Смешарики» и «Фиксики», которые в развлекательной форме отвечают на многочисленные детские «почему?» и прививают полезные навыки и привычки.

Важно, что формат обучения через развлечение не ограничивается детской аудиторией.

Так, всевозможные молодежные сериалы рассматривают актуальные для подростковой аудитории темы – взаимоотношений, сексуальности, гендерных стереотипов, нежелательной беременности, рискованного поведения и его последствий. Конечно, далеко не всегда это получается сделать деликатно, взвешенно, но удачные примеры есть.

Современные музеи активно внедряют технологию обучения через развлечение. В музее развлекательных наук «Экспериментариум» в Москве вы можете наблюдать действие законов физики: например, как закручивается торнадо. Музей Корпус (Лейден, Нидерланды) представляет собой фигуру сидящего человека высотой 35 метров. Каждый посетитель поднимается по эскалатору через колено «великана» и совершает прогулку внутри человеческого тела, попутно узнавая, как работает сердце, что делают красные кровяные тельца, что происходит, когда человек чихает и как зарождается жизнь.

Еще одной интересной формой обучения через развлечение является формат конференции TED (аббревиатура от англ. Technology Entertainment Design; технологии, развлечения, дизайн). Миссия

конференции состоит в распространении уникальных идей («ideas worth spreading»), в формате 10-минутных выступлений, где люди, являющиеся ведущими специалистами в какой-либо теме, простым языком объясняют суть явления, достижения, открытия. Темы лекций разнообразны, а в списке выступающих такие известные личности, как нобелевские лауреаты, основатель Википедии Джимми Уэйлс, фронтмен группы U2 Боно. Формат так популярен, что более 8 тыс. волонтеров переводят выступления на несколько десятков языков, а десятки миллионов людей просматривают ролики конференции на Youtube.

Итак, что же такое обучение через развлечение?

Это обучающие модули, упакованные таким образом, чтобы одновременно обучать и развлекать. Оно включает как обучающие компоненты с дополнительными развлекательными моментами, так и полностью развлекательные компоненты, которые содержат обучающие моменты.

В профилактических мероприятиях обучение через развлечение может быть реализовано, если:

- в профилактическое мероприятие добавляется элемент развлечения (например, разучивание рэпа с профилактическим посланием, показ тематического фильма и т.д.);
- в развлекательное мероприятие включается образовательный элемент (например, организация профилактической акции на фестивале, концерте, клубной вечеринке).



## Как добавить в образовательное мероприятие элемент развлечения?

Рассмотрим примеры из опыта dance4life.

Вся концепция dance4life построена на основе edutainment, и все 4 этапа программы включают в себя элементы развлечения. Каждая страна обогащает концепцию программы практическими разработками,

отвечая потребностям своей молодежи. На своем собственном опыте мы выработали рекомендации, как можно обычному занятию придать элемент развлечения:

1. выяснить, как в молодежной культуре отражена

тема занятия (мероприятия), и интегрировать эту информацию (образы и пр.) в образовательный процесс. Существует колоссальное количество хороших фильмов, мультфильмов, сериалов, где обсуждаются самые разнообразные, актуальные для молодежи темы. Социальная реклама, граффити на социальную тему, музыкальные клипы, тексты песен, мотиваторы, демотиваторы, цитаты известных людей, инфографика – богатейший образовательный материал, вписанный в современный контекст. Если процитировать на занятии не Толстого, а Lady Gaga, предложить проанализировать текст рэппера или показать серию популярного мультфильма – реакция участников будет живой и позитивной;

2. превратить процесс получения знаний в игру. Самый простой и надежный способ: перед изучением нового материала сообщить, что после информационного блока будет викторина, за участие в которой участники смогут получить приз. Призы должны отвечать критерию «стильно, модно, молодежно»: жевательная резинка, забавная наклейка, магнитная закладка, леденец или записка с пожеланием / предсказанием, т.е. приятная оригинальная мелочь, выбранная с любовью.

Если надоела просто викторина, есть альтернативные варианты – кроссворд или дартс (когда вопросы разбиты на категории по темам или сложности, каждой категории соответствует сектор на круге, в который представители команды бросают дротик).

Продумывая формат занятия по теме туберкулеза, мы разработали своеобразный квест: команда должна пройти 5 станций, на каждой из которых узнает что-то новое о туберкулезе, выполняет задания и набирает баллы. Сценарий занятия можно найти в Приложении №4 и увидеть, как перечисленные ваши формы нашли воплощение в формате одного мероприятия.

Разрабатывая тему инфекций, передающихся половым путем, мы столкнулись с проблемой, как донести большой объем информации о разных инфекциях, их проявлениях и опасном влиянии на организм в развлекательной форме. В итоге мы создали пазл, где с одной стороны было изображение инфекции, а на обороте – подробное описание. Команды должны на время собрать пазл, а потом кратко пересказать описание друг другу;

3. добавить в процесс усвоения знаний элементы творческого самовыражения.

Процесс совместного творчества увлекателен и одновременно требует осмысления, интерпре-

тации полученных знаний. Рассмотрим несколько примеров, как это можно делать.

Обсуждая какое-либо сложное явление (к примеру, «дискриминация») можно предложить участникам выбрать карту из популярной настольной игры «Имаджинариум» или «Диксит», которая ассоциируется у них с этим явлением, а после обсудить, почему они выбрали именно эти картинки. Это простая и одновременно действенная форма, которая включает воображение участников, и позволяет глубже и всестороннее рассмотреть обсуждаемое явление, что является прекрасным способом актуализации проблемы.

Другой пример – подводя итоги занятия, можно предложить участникам изложить основные мысли, выводы для людей, который об этом знают мало, например, в виде объявления для соседей по подъезду. Или, завершая обсуждение темы стигмы и дискриминации, можно предложить участникам написать на листе формата А4 обращение со словами поддержки к людям, живущим с ВИЧ, а после сделать портретные фотографии участников с их посланиями в руках.

Таким образом, итогом занятия будет не только усвоение знаний участниками, но и нечто материальное, конкретный творческий продукт, который можно использовать и распространять.

Опыт показывает, что чем проще будет предложенный формат и чем четче он будет описан, тем легче участникам с ним работать, тем меньше это займет времени и результат будет более предсказуемым.

Например, многим специалистам нравится идея предлагать снимать социальные ролики. Но если группа не обладает особой компетенцией в написании сценариев и создании видео, мало знает о теме, на которую ей предлагают высказаться, то съемки видео могут занять значительное время, и при этом высок риск, что послание будет содержать неточные формулировки, ошибочные суждения, некорректные термины. Поэтому мы рекомендуем более «предсказуемые» формы совместного творчества для рефлексии и презентации полученных знаний: коллаж из картинок гляцевых журналов, мотиватор / демотиватор, фотография с посланием, объявление для соседей по подъезду.

## Как обучать на развлекательном мероприятии?

Как говорилось выше, благодаря использованию молодежной культуры, принципа «равный равному» и технологии «обучение через развлечение» (edutainment), такие серьезные темы как профилактика ВИЧ и ИППП, профилактика туберкулеза и другие социально-значимые темы становятся интересными и привлекательными. Создавая «яркую упаковку», мы можем с легкостью увлечь людей темой, которая с первого взгляда может быть скучной и даже отталкивающей.

И, используя эту возможность, наш проект успешно встраивается в различные развлекательные мероприятия. Такое «внедрение» позволяет нам, не тратя больших материальных и человеческих ресурсов на организацию мероприятия, проинформировать огромное число людей. Кроме того, встраиваясь в развлекательные мероприятия, мы получаем дополнительные возможности для установления новых

деловых контактов, популяризации темы, с которой мы работаем, освещения нашей деятельности в СМИ, а также – это отличный способ поощрить волонтеров проекта, предоставив им возможность бесплатно попасть на развлекательное мероприятие.

Что же мы имеем в виду под «развлекательными мероприятиями»?

Наш опыт показывает, что концерты, музыкальные, кулинарные и кинофестивали, ярмарки продукции handmade, различного рода выставки, спортивные мероприятия, всевозможные городские праздники, молодежные форумы, театральные представления и клубные вечеринки – все это площадки, собирающие большие группы людей, а следовательно, это очень подходящее пространство для нашей профилактической работы.



Главное — заранее выяснить, на кого рассчитано то или иное мероприятие и определить, являются ли эти люди нашей целевой аудиторией. И уже, исходя из вкусов аудитории, следует готовиться к работе на каждом конкретном мероприятии. Нам в поиске новых интересных мероприятий часто помогают сами волонтеры, ведь кто, как не они знают, какие мероприятия привлекательны для молодежи в данный момент? Кроме того, многие мероприятия проходят ежегодно (дни города, международные и государственные праздники, фестивали), поэтому в этих случаях есть возможность заранее спланировать и провести работу по подготовке к ним (переговоры с организаторами, подготовка команды, разработка элементов сценария).

За годы реализации проекта мы выработали определенный запас вариантов «встраивания» в развлекательные мероприятия, которые доказали свою эффективность. Степень нашей «заметности» на мероприятии может варьироваться в зависимости

от того, насколько близкий контакт удалось установить с организаторами и насколько хорошо получилось продемонстрировать актуальность нашей темы для мероприятия.

Чаще всего организаторы мероприятий охотно соглашаются на то, чтобы мы проводили анимацию для гостей силами команды волонтеров. Для организаторов — это простая возможность развлечь посетителей, не тратя собственных ресурсов, а для нас — прямой доступ к информированию нашей целевой аудитории.

Идеи для анимации, которые мы часто используем:

- информационная викторина;
- фото-акции;
- совместное творчество;
- экспресс-тестирование на ВИЧ / прохождение флюорографии.



## Информационная викторина

Информационная викторина — это излюбленная форма работы нашего проекта, мы не перестаем восхищаться простотой и в то же время эффективностью этого инструмента. Мы предлагаем людям ответить на вопросы и получить призы за правильные ответы. Примечательно, что независимо от возраста, социального статуса, пола и т.д. люди любят получать призы и с азартом включаются в игру. В качестве подарков мы используем совсем небольшие сувениры: конфеты, жвачки, значки, силиконовые браслеты, открытки, закладки, карманные календари, презервативы (если работаем со взрослыми), информационные материалы и т.д.

Вопросы, которые мы задаем, непосредственно связаны с темами проекта: ВИЧ-инфекция и инфекции, передаваемые половым путем, туберкулез, методы контрацепции и другие. (Примеры вопросов приведены в Приложении №6). При подготовке вопросов мы используем определенные принципы:

- мы спрашиваем то, что совершенно необходимо знать — базовая информация (значение терминов, методы профилактики, пути передачи и т.д.);
- добавляем несколько реально трудных вопросов, чтобы «продвинутым» участникам тоже было интересно;

• включаем несколько смешных вопросов для поднятия настроения;

• плюс пару вопросов по истории той или иной темы;

• добавляем вопросы о контактах служб, где можно получить помощь / дополнительную информацию (горячие линии, адреса и телефоны центров СПИД), и пока люди стоят в очереди, они имеют возможность неоднократно услышать эту информацию.

Кроме того, важно отметить, что на городских мероприятиях часто присутствуют дети. И именно они проявляют наибольшую активность, затаскивают родителей посмотреть, что тут происходит. Для того чтобы увлечь данную аудиторию и избежать неловких ситуаций, лучше сделать отдельный набор вопросов для детей. Мы обычно включаем в него простые вопросы о здоровом образе жизни, безопасном поведении, гигиене.

Сценарии проведения викторины могут различаться, но основная идея остается неизменной: человеку предлагается принять участие в викторине, вытянув вопрос и ответив на него. Вопросы пишутся на карточках и складываются в красивые цветные миски или барабан для лотереи. Люди также могут вытаскивать карточки с номерами, а ведущие — зачи-



тивать вопросы (это позволит задавать сложные вопросы, если участник обладает хорошими знаниями по теме).

Если человек правильно отвечает на вопрос, то ему предлагается либо взять маленький приз (например, карамельку), либо продолжить игру и за три правильных ответа получить приз побольше (например, значок или жвачку). Если человек отвечает неправильно, то ему обязательно дается верный развернутый ответ и предлагается вытянуть другие вопросы и продолжить игру. Если участников много, человек получает информационные материалы и перенаправляется к «специалисту» (отдельно выбранный член команды или приглашенный врач), который даст развернутый ответ на этот и другие вопросы.

Само место проведения викторины – это, как правило, один-два стола, на которых расположены вопросы викторины, призы, информационные материалы. Столы важно красиво оформить: можно использовать скатерти, шарики, флажки, плакаты вокруг и т.д. Волонтеры также должны выглядеть привлекательно. У них могут быть одинаковые забавные футболки, яркие парики, девочки могут быть, например, в юбках-пачках, тут нет никаких ограничений.

И, безусловно, особое внимание нужно уделить работе волонтерской команды. Помимо хорошего знания ответов на вопросы и вообще глубоких

познаний по теме, крайне важен эмоциональный настрой команды. Они должны излучать энергию, приветливость, драйв и харизматичность, без стеснения говорить на все темы, с легкостью вступать в коммуникацию и приглашать людей принимать участие в викторине. Кроме того, желательно, чтобы с волонтерами был врач, ведь всегда высока вероятность, что кто-то задаст сложный вопрос, и потребуются много времени и глубокие знания для ответа. Также некоторым людям может быть важно услышать мнение эксперта, а не волонтеров.

Еще один маленький секрет: если в самом начале мероприятия к столику никто не подходит, то можно создать «эффект толпы»: кто-то из волонтеров (не в брендированной одежде) принимает участие в викторине первым. Тогда другим людям будет проще подойти и включиться.

И еще один важный момент: можно поставить ящик для пожертвований и предлагать людям внести вклад в развитие проекта, если им понравилось участвовать в викторине. Обычно, если человек получил интересную информацию, приятные призы и хорошее настроение, то он с радостью пожертвует небольшую сумму. Но желательно заранее обговорить использование ящика для пожертвований с организаторами мероприятия.

Люди любят свои фотографии и этим надо пользоваться. Мы часто приглашаем ребят сфотографироваться с различными табличками, содержащими послания, связанные с темами нашей работы. Таблички

могут быть готовыми или люди сами могут написать свое мнение.



Мы также предлагаем выразить свое мнение и сформулировать текст для таблички самостоятельно, например:

- на мероприятиях ко Всемирному дню памяти людей, умерших от СПИДа, когда каждый желающий может выразить солидарность с людьми, живущим с ВИЧ;
- на акциях, связанных с репродуктивным здоровьем и правами подростков, где все желающие могут сфотографироваться со своим ответом на вопросы: нужно ли заранее разговаривать с подростками о том, как сохранить свое репродуктивное здоровье?; имеют ли современные подростки доступ к простой и достоверной информации о сохранении своего репродуктивного здоровья?

Список подобных идей бесконечен, главное — четко сформулировать цель и четкое послание. И, конечно, важно красиво оформить таблички, чтобы они были визуально привлекательны.

Такой тип анимации позволяет вовлечь людей,

побуждает их задуматься о своей позиции, сформулировать свое мнение, выразить свое отношение. И как приятное дополнение такой тип активности дает возможность проинформировать большее число людей, ведь сегодня крайне популярно выкладывать свои фотографии в социальные сети, передавая информацию друзьям. Кроме того, если разместить все фотографии с мероприятия в группах в социальных сетях и анонсировать это на мероприятии, то участники обязательно найдут их, чтобы посмотреть на себя.

Как идея для привлечения пожертвований этот способ тоже может быть эффективен. Можно предлагать людям пожертвовать деньги, если им понравилось принимать участие в акции или же за пожертвование можно моментально печатать фотографии желающих или делать фото на Polaroid.



## Совместное творчество

К этому типу анимации можно отнести бесчисленное число идей, основная мысль которых заключается в том, что мы вовлекаем участников мероприятий в творческий процесс, в ходе которого мы информируем их о нашей теме. Так, например, мы часто используем аквагрим. Наши волонтеры предлагают людям нанести аквагрим и, пока они рисуют, проводят профилактическую беседу и подробно рассказывают людям о проблеме ВИЧ-инфекции. При этом, люди стоящие в очереди, слышат эту информацию и тоже включаются в беседу, задавая дополнительные вопросы. И это лишь частный пример, можно придумать абсолютно любые способы по вовлечению людей в зависимости от умений, которые есть у команды (можно рисовать хной, делать интересные прически, проводить мастер-классы).

Выше мы описали процесс вовлечения людей в не связанную с нашей темой деятельность, во время которой мы предоставляем информацию, касающуюся проблематики проекта. Конечно, есть способы еще сильнее «погружать» людей в нашу проблематику. Мы можем предлагать им сделать что-то творческое, непосредственно на тему нашего проекта. Так, мы предлагали принять участие в росписи огромных листов фанеры с помощью аэрозольных красок. Согласитесь, трудно устоять и не попробовать себя в роли модного художника граффити. При этом в

ходе творческого процесса люди узнавали многое о ВИЧ-инфекции, так как трафареты, с которыми они работали, были сделаны на тему путей передачи ВИЧ, а также — отражали распространенные мифы о ВИЧ-инфекции. Это позволяло нашим волонтерам, помогающим создавать росписи, давать основную информацию по теме ВИЧ-инфекции.

Различные инсталляции, плакаты, выставки и пр. — это очень удобный способ вовлечения людей и создания арт-объекта на определенную тему, отражающую личное отношение. Мы обычно предлагаем выразить свою солидарность людям, живущим с ВИЧ, рассказать о своем отношении к проблеме ВИЧ, о путях передачи ВИЧ и методах защиты, о проблеме туберкулеза, продемонстрировать свои знания о репродуктивном здоровье и многое другое.

Отдельно хочется сказать о таком нашем инструменте, как письма с обещаниями. Мы предоставляем участникам мероприятий возможность написать себе письмо в будущее (свои мысли, планы, идеи) и еще пообещать себе что-то (сдать тест на ВИЧ, провериться на ИППП, сделать флюорографию). Люди запаковывают эти письма в наши конверты, пишут свои адреса, а мы отправляем их через некоторое время (через месяц или год), чтобы напомнить человеку о его намерении и о теме нашего проекта в целом.



## Экспресс-тестирование на ВИЧ/прохождение флюорографии

Как бы удивительно это ни звучало, экспресс-тестирование на ВИЧ и прохождение флюорографии тоже могут быть интересными. Зачастую людям сложно дойти до специализированного медицинского учреждения, а вот позаботиться о своем здоровье с минимальной тратой усилий — это совсем другое дело. Команда волонтеров может проводить информа-

ционную викторину, вовлекать людей в творческую деятельность, информируя и мотивируя их на заботу о своем здоровье. Очень хорошо, если при этом участники получают возможность моментально реализовать свою готовность. Поэтому мы всегда стараемся договориться с организаторами мероприятия и медицинскими учреждениями об организации

мобильных пунктов тестирования на ВИЧ / флюорографического обследования. Тут безусловно важно сохранить распределение обязанностей: волонтеры — вдохновляют, информируют, мотивируют и развлекают людей, а специалисты-медики предоставляют медицинские услуги и проводят все консультации. Такой тандем всегда дает прекрасные результаты.

Помимо различных вариантов анимации для гостей силами команды волонтеров, есть множество других способов представить проект во время развлекательных мероприятий. Об этом важно подумать заранее и провести переговоры с организаторами.

Так, например, можно договориться о том, что о проекте расскажут в пресс-релизах, разместят логотип и информацию на билетах, пригласительных, контрольных браслетах, на афишах, баннерах, пресс-волах, на экранах во время выступления

артистов или перерывов между выступлениями. Кроме того, можно договориться с артистами, чтобы они сказали несколько слов о проекте и пригласили людей участвовать в нем.

В целом, для того, чтобы участие в развлекательном мероприятии прошло успешно важно помнить:

- акции проекта должны проходить в развлекательном формате, интересном для собравшихся;
- информационные материалы также должны быть рассчитаны на целевую аудиторию мероприятия;
- акции проекта должны быть связаны с темой мероприятия и это должно быть где-то отражено;
- важнейшим моментом является позитивная и дружелюбная команда;
- нужно запастись призами — они без сомнений порадуют людей и привлекут внимание;
- фантазия и юмор тоже должны присутствовать!



## Роль известных людей в вовлечении молодежи в решение социальных проблем



Участие известных людей в жизни сообществ и решении социальных проблем — это давняя и славная традиция как российской, так и международной культуры. Она нашла яркое воплощение в деле борьбы со СПИДом. С самых первых дней эпидемии известные люди принимали непосредственное участие в поддержке затронутых эпидемией сообществ, сборе средств, информировании людей, борьбе со стереотипами.

Многие знаменитые актеры, музыканты, спортсмены, представители индустрии моды и красоты внесли и продолжают вносить свой существенный вклад в движение. Билл Гейтс, Шерон Стоун, Энни Ленокс, Руперт Эверетт, Мадонна, Боно, Элтон Джон, Ричард Гир, Лиз Тейлор, Виктория и Дэвид Бэкхем - список

имен бесконечен.

Это вдохновляет, и одновременно столь громкие имена могут оставлять ощущение, что вовлечение звезд — это какая-то далекая от локальных проектов и инициатив технология.

В этой главе мы поделимся своим опытом работы со знаменитостями.

За свою 10-летнюю историю проект dance4life работал с такими известными людьми, как DJ Tiesto, DJ Paul Van Dyk, DJ Fedde le Grand, DJ Hardwell, Will.i.Am, Владимир Владимирович Познер, DJ Feel, Алексей Воробьев, Вера Брежнева, Jukebox Trio и т.д.

На своем опыте мы выработали следующий алгоритм действий, как привлечь знаменитого человека поддержать социальную инициативу.

---

## Нужно определить, зачем нужна поддержка известного человека

Ответов на этот вопрос может быть несколько. Поддержка известного человека является «знаком качества» проекта, подтверждением, что инициатива является значимой, полезной, хорошей. У известного человека есть своя аудитория, которой мы можем его устами донести наше послание. При этом часть «сияния» известной личности распространится на нашу инициативу, и будет воспринята лояльно.

Известные люди могут подавать пример не только своей аудитории, но и другим известным людям, вовлекая их в свою деятельность. Так, посол доброй воли dance4life DJ Tiesto вдохновил стать послом доброй воли dance4life свою подругу, известную голландскую супер-модель Доутсен Круз, которая более пяти лет активно продвигает проект на глобальном уровне.

---

## Как мы можем сотрудничать со звездой?

Существует два варианта взаимодействия. Первый вариант – когда мы сотрудничаем один раз или эпизодически. Второй вариант – известный человек становится послом доброй воли нашего проекта / организации. Этот статус предполагает,

что известный человек берет на себя обязательство сотрудничать с нами на постоянной основе, это означает приверженность теме проекта, хорошую информированность по данному вопросу и готовность высказываться публично.

---

## Что могут делать для нас известные люди?

Известные люди могут помогать доносить наши послания до широкой аудитории. В том числе – создавая творческие продукты, которые несут нашу идею в некой креативной форме, привлекая внимание аудитории своим необычным форматом. Знаменитости, благодаря своему авторитету, могут помочь открывать двери туда, куда нам самим попасть не удастся, и доносить информацию до людей, принимающих решения. Звезды могут вдохновлять волонтеров, выражая поддержку той деятельности, которую они ведут. Из-за непростых условий, в которых работают добровольцы профилактических программ, это очень актуально. Формат такой поддержки может быть самым разнообразным – от видеообращений до непосредственных встреч и эксклюзивных выступлений для волонтеров. Наконец, известные люди могут помогать собирать средства.



## Какова может быть мотивация известного человека?

**Владимир  
Владимирович  
Познер**

«Я был в больнице, и был совершенно потрясен тем, что я там увидел. Медсестры, и не только, боялись маленьких ВИЧ положительных детей. Это, конечно, была поразительная вещь. Что можно с этим делать, и кто должен это делать, если не люди, которые имеют возможность говорить с публикой? Ну я же имею такую возможность! Работа послов доброй воли — она не в деньгах, она в том, что этот человек, пользующийся авторитетом, может конкретно сделать. Каждый делает то, что он умеет. Я, например, умею работать на экране, и я убежден, что это надо делать. Кроме того, хоть в Бога и не верую, но все-таки надо что-то сделать такое, чтобы в случае чего, потом сказать: «Вот видите, я не только грешил!» Вот моя мотивация».

**DJ Feel**

«Я всегда хотел заниматься чем-то подобным, но моя жизнь никак не пересекалась с темой ВИЧ. У меня нет знакомых или знакомых, о которых я знаю, что они ВИЧ-положительны. Я лично никогда не сталкивался с этой проблемой. Но когда я познакомился с питерской командой dance4life, я сразу понял, что мы должны вместе поработать, мы должны вместе что-то попробовать сделать. Я «в миру» известен как DJ Feel, и мой язык — это музыка, поэтому я на танцполе, если можно так сказать, или из радиоприемников в виде композиции, или из телевизоров в виде клипов могу донести какую-то идею, чтобы у каждого человека было некое осознание того, что он делает. За каждый, каждый его поступок, за каждое слово он должен нести ответственность и вот когда мы к этому придём, в большей или меньшей степени, тогда что-то начнет меняться. Я понимаю, что я лично не могу изменить ситуацию. Но я могу донести информацию».

**Доутсен Круз  
(Doutzen Kroes)**

«Я верю, что молодые люди могут изменить мир. dance4life дает возможность сделать реальный вклад в снижение эпидемии ВИЧ/СПИДа в своем окружении, в школах и во всем мире».

**Хардвел  
(Hardwell)**

«Мой девиз — «если ты можешь мечтать о чем-то, ты можешь это сделать». Я вижу, как это делает dance4life. За 10 лет эта инициатива выросла в большую международную организацию, которая обучила более 1,5 миллионов молодых людей борьбе против СПИДа. Я очень горд, что сделал свой вклад в это».

**Хедхантерц  
(Headhunterz)**

«Мое преимущество в том, что я реализую свою мечту и обращаюсь со своей музыкой к людям во всем мире. Но в то время как я делаю то, что люблю больше всего, три тысячи молодых людей в мире ежедневно инфицируются ВИЧ. Поэтому я счастлив, что как Посол доброй воли dance4life я могу вдохновлять моих поклонников действовать для того, чтобы вместе положить конец эпидемии ВИЧ/СПИДа».

**Эва Симонс  
(Eva Simons)**

«Мы живем в мужском мире. Я заметила, что многие женщины до сих пор легко позволяют учить себя чему-то и делают что-то против своей воли, например, небезопасный секс. Я считаю, что у женщин должно быть больше влияния, я хочу, чтобы было больше влиятельных женщин в мире! В Голландии нам повезло, у всех нас есть право на образование и мы все имеем равные возможности. Во многих странах это совсем по-другому! Я надеюсь, что смогу изменить такое положение вещей».

**The Partysquad**

«В Уганде мы впервые увидели какую борьбу ведет dance4life в некоторых странах. Если вы говорите о сексе и презервативах, мальчики просто хихикают. Но они часто и правда не имеют никакого представления о том, к чему приводят ВИЧ и СПИД».

**Иван Траоре,  
телеведущий MTV**

«Я считаю, что люди, которые имеют влияние в обществе, должны поддерживать то, что важно. Я сам вырос в среде простых людей, и сейчас появилась возможность влиять на это общество, я с удовольствием это делаю и помогаю тем людям, которых я знаю лучше всего».

**Вера Брежнева,  
певица и актриса,  
посол доброй  
воли UNAIDS**

«Я не только певица и актриса, в первую очередь я женщина и мама двоих детей, чье будущее меня волнует. А сегодня у меня как у гражданина мира есть возможность выступить с высокой трибуны и попытаться повлиять на будущее. Я хочу воспользоваться этой возможностью, чтобы просить вас не отступать, не останавливаться в достижении наших целей. Не останавливаться до тех пор, пока мы не добьемся, чтобы ни один ребенок не появлялся на свет ВИЧ-инфицированным, ни один во всем мире. Мы должны добиться того, чтобы отношение ко всем женщинам и девочкам было справедливым, равноправным и достойным — всегда и везде. Я потрясена тем, что ВИЧ-инфекция остается основной причиной смерти среди женщин репродуктивного возраста во всем мире. Что более 60% всех новых случаев ВИЧ-инфекции среди подростков в мире происходят среди девочек-подростков. Что уровень насилия в отношении женщин и девочек находится на шокирующем уровне и увеличивает уязвимость к ВИЧ-инфекции. Недостаточно того, что мы охватываем программами женщин в медицинских клиниках или девочек в школах. Необходимо помогать и тем, кто оказался в тяжелых жизненных обстоятельствах: в условиях военных действий, гуманитарного кризиса, в тюрьме, на улице, стал жертвой насилия. Я встречалась с потрясающими женщинами и подростками, живущими с ВИЧ, в Армении, России, Украине – и везде они сталкиваются с реальными проблемами. Им не нужны наши статистические данные и благие намерения. Им нужны уважение, практическая помощь и поддержка. Когда я общаюсь с ними, я призываю их обращаться за услугами и требовать доступа к лечению, отстаивать свои права в сфере сексуального и репродуктивного здоровья. Также регулярно я обращаюсь к своим читателям в соцсетях с призывом присоединиться к нам, чтобы совместными усилиями покончить с эпидемией СПИДа в регионе Восточной Европы и Центральной Азии. Я всегда говорю двум своим дочерям: только если мы будем делать что-либо вместе, будем прилагать максимум усилий, у нас получится изменить этот мир! Мы должны действовать сообща, и тогда, я уверена, мы сможем помочь каждой женщине и каждому ребенку!».

---

**Высказывание Веры Брежневой нам кажется особенно важным, потому что она является официальным Послом доброй воли UNAIDS, и ее сильная мотивация играет существенную роль: она может не только донести послание до молодежи и взрослого населения, но и повлиять на людей, принимающих решения.**

---

---

## Опыт работы с российскими звездами

Довольно часто у непосвященных в тему людей складывается мнение, что мотивация известного человека поддержать социальный проект — это только пиар. Мы не согласны с таким мнением. Безусловно, если человек тратит свое время, силы, идеи на наше дело, он должен получать что-то взамен: моральное удовлетворение или помощь в решении его бизнес-задач. Идеальный вариант — если находится известный человек, разделяющий идеи проекта, и радующийся возможности принять участие в решении важной лично для него проблемы. Именно поэтому мы, команда dance4life, выстраиваем дружеские отношения со своими знаменитыми партнерами и постоянно поддерживаем их приверженность. Мы также нередко наблюдаем, что к присоединению

к какой-либо инициативе звезд вдохновляют примеры их коллег международного уровня или коллег по цеху. Иначе говоря, «звезды» — это, в первую очередь, люди, и у каждого из них своя мотивация, свой «ключик к сердцу». Выяснить это можно, приглашая к диалогу, разговору, сотрудничеству.

Важно отметить, что человек, известный в городе, где действует проект, может быть не менее полезным, значимым, авторитетным помощником, чем приезжая «звезда». У региональных команд dance4life есть прекрасные примеры сотрудничества, когда местный бодибилдер, команда КВН, DJ, ведущий радиостанции, телеведущий или модельер вовлекались в поддержку программы и находили удобный для себя формат участия.

---

## Как выбрать «звезду»?

Важно осознанно подходить к выбору кандидатуры для сотрудничества, и главный критерием должен быть ее авторитет для целевой аудитории. Ошибка — выбирать звезду, которая нравится координатору программы, но не молодежи. Правильно выбирать тех знаменитостей, к которым прислушивается та группа,

для которой делается проект. Если предпочтения целевой группы неизвестны — ее можно спросить о них, и люди быстро сформируют список потенциальных кандидатур. Кстати, довольно часто бывает, что в процессе обсуждения выясняется, какие выходы на «звезд» есть у участников дискуссии.

---

## Как найти контакт?

Опыт показывает, что практически любую «звезду» можно найти через официальный сайт или социальные сети. Когда нужны местные знаменитости, поиск контакта еще проще — через родственников, одноклассников, общих друзей, соседей и т.д. Проблема заключается в том, что предложить и как мотивировать человека. Обычно, менеджеры «звезд» или даже они сами просят прислать предложение

- короткое описание, о чем идет речь и что от них требуется. Текст не должен занимать больше одной страницы, он должен содержать описание проекта, почему он важен; ссылку на сайт и/или социальные сети, а в конце должны быть перечислены варианты того, каким образом данный человек может вас поддержать и какую это принесет пользу.

## С чего начать сотрудничество со «звездой»?

Обычно мы начинаем сотрудничество с известным человеком плавно, с простых вещей. Самое простое и легкое - это сделать заявление (фотографию в тематической выставке, видеообращение, пост в социальных сетях, интервью для СМИ) по нашей теме: «Я считаю это важным, я это поддерживаю, обратите внимание, посмотрите здесь».

От звезды это не требует большого напряжения, это простой способ знакомства с темой и людьми, которые ей занимаются, а также – это интересно, так как мы берем на себя организацию эфира в СМИ, или продвижение видео, или размещение фотовыставки.

Мы никогда не начинали свое взаимодействие со звездами с предложения помочь нам привлечь деньги. Возможно потому, что в нашем обществе

тема ВИЧ не воспринимается как дело, на которое следует жертвовать средства, а потому для начинающего сторонника это будет слишком сложная задача. Но это не значит, что не стоит попробовать.

Когда мы приглашаем «звезду» высказаться по нашей теме, мы берем на себя ответственность за ее подготовку по теме обсуждения. Мы должны снабдить человека актуальными данными, исчерпывающими фактами, обсудить характерные заблуждения, ошибки, стереотипы, познакомить с терминологией. Dance4life Foundation подписывает с каждым послем меморандум о взаимопонимании, который четко описывает задачи и взаимные обязательства, таким образом обеспечивая взаимное уважение, устраняя неадекватные ожидания.

## Характерные ошибки при работе со «звёздами»

- Ошибка 1** → После мероприятия не выходить на связь. Мероприятие проведено, все довольны (или не довольны), и организаторы больше «звезде» не пишут. Это плохо, так как у известного человека не складывается картинка, было ли полезно его участие, и на следующие приглашения он может откликаться с меньшей охотой / энтузиазмом.
- Ошибка 2** → Попытка очень сильно выразить благодарность. Иногда это выглядит так: «звезда» на званом ужине сидит за отдельным богатым столом, ей дарят дорогие подарки, хотя мероприятие, к примеру, посвящено сбору средств в пользу обездоленных, и все это выглядит неэтично. Этого делать не нужно, так как если известный человек решил поддержать тот или иной проект, то не за угощения или подарки, а потому что ему это важно. Уважение к «звезде» лучше выражать, продумывая формы ее участия, когда вклад звезды дает максимальный эффект, способствует изменениям.
- Ошибка 3** → Лебезить, общаться «снизу-вверх». Люди, которые достигли успеха сами, отлично реагируют, если с ним держатся на равных, спокойно и уверенно взаимодействуют, зная себе цену, так как дело, к которому предлагается присоединиться «звезде», важно. Известный человек получает возможность присоединиться к решению значимой социальной проблемы, и это достойно уважения.
- Ошибка 4** → Один из характерных страхов, когда работаешь с известным человеком – что у него нет времени, он занят, и ты всегда не вовремя. Но опыт показывает, что если известный партнер считает важным проект, в который его приглашают, он найдет для участия в нем время. Это требует от нас предупредительности и уважения ко времени известного человека. Мероприятия и встречи должны быть продуманы с технической стороны, все должно быть удобно, тщательно спланировано, заранее обговорены все детали. Если человек не любит фотографироваться, его нужно уберечь от назойливых просьб о совместной фотографии

---

## Что можно делать со «звездами», которые с нами давно и надолго?

Если у нас сложились надежные прочные отношения с известными людьми, мы можем делать вместе более масштабные и сложные проекты.

Так, Владимир Владимирович Познер оказывает колоссальную поддержку проекту, снимаясь в информационных кампаниях, рассказывая о проблеме ВИЧ в своих программах на 1 канале, а также – инициируя переговоры с людьми, принимающими решения, по теме профилактики ВИЧ.

DJ Feel бесплатно выступал на двух клубных вечеринках – в Томске и Южно-Сахалинске, его гонорар и процент с билетов на мероприятие были перечислены руководством клубов на развитие проекта в данных регионах.

Список идей и дел может быть разнообразен и зависит от отношений конкретного проекта с конкретным известным человеком, поэтому нужно экспериментировать и искать свои пути.

---

## Информационные материалы

Обычно социальным инициативам приходится действовать при минимальном бюджете, выдавая максимальный результат.

Наш опыт показывает, что для профилактических проектов вовсе не нужны дорогие многостраничные буклеты на глянцевой бумаге с роскошной полиграфией. Во-первых, люди перегружены информацией, а потому читают мало (особенно – молодые люди), предпочитая ясные, четкие, корот-

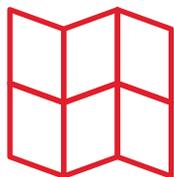
кие тексты. Во-вторых, хипстерская культура, пришедшая на смену эпохе гламура, принесла с собой простоту, находчивость, бережливость, а потому креативные печатные материалы, недорогие в производстве – в самом модном тренде.

Как сэкономить? Мы выработали для себя два решения: выбор недорогих форматов печатных материалов и краудсорсинг.

---

## Недорогие форматы печатных материалов

### Буклеты – «складушки»



Мы печатаем буклеты – «складушки» на листе формата А4, готовый буклет складывается особым образом. Внимание читателя привлекает необычный и удобный формат буклета – красивый, модный, легко входит в карман.

Вместо дорогой глянцевой бумаги можно использовать крафт бумагу, которая не только дешевая, но и красивая.

Текст можно организовать в виде инфографики. Она позволяет изложить ключевые мысли компактно, емко, наглядно.

Минимум иллюстраций и лаконичная цветовая гамма не отвлекают внимание читателя от содержания, а заодно – экономичны в производстве, так как полноцветная печать стоит дороже.

### Плакаты



При минимальном бюджете выпуск плакатов – отличное решение. Они дешевы в производстве, дают большой охват людей (если размещены в месте высокой проходимости) и долго служат (если есть возможность разместить их под стеклом).



## Краудсорсинг

С развитием интернет-технологий возник и активно развивается краудсорсинг (англ. crowdsourcing, crowd — «толпа» и sourcing — «использование ресурсов») — решение общественно значимых задач

силами добровольцев, координирующих свою деятельность с помощью информационных технологий.

В нашем опыте есть примеры вовлечения пользователей в процесс создания контента.

### Три примера из практики:

1

Благодаря пользователям сообщества «Женщины, идущие вместе» в facebook мы смогли собрать примеры фраз, которые следует и не следует говорить, если твой близкий признался, что у него ВИЧ-инфекция. Этот бесценный материал, основанный на личном опыте людей, живущих с ВИЧ, мы превратили в листовку, которая с феноменальным успехом разошлась по социальным сетям.

2

Благодаря волонтерам и сторонникам региональных команды dance4life, мы создали фотовыставку, рассказывающую о том, что молодые люди в России думают о своих репродуктивных правах. Каждый желающий присоединиться присылал свою фотографию с чистым листом формата А4 в руках и цитатой, что он думает о репродуктивных правах молодежи. С помощью дизайнера мы переносили цитату на лист в руках молодого человека, и получили фотогалерею портретов молодых россиян, заявляющих о важности репродуктивных прав молодежи.

3

В 2011-2013 гг. команда dance4life Россия вела проект «Онлайн-профилактика», в рамках которого обучала специалистов общественных организаций и государственных учреждений, работающих с молодежью, различным интернет-инструментам. Для отработки навыка создания и совместного редактирования текста в google docs мы дали группе задачу создать статью о существующих видах контрацепции. На основе результатов этого коллективного труда в 2014 г. проект dance4life создал видео-инфографику о контрацепции.



## Общероссийские акции

Акции являются одним из простых и действенных способов объединения волонтеров и привлечения внимания широкой общественности к социальным проблемам. Для dance4life как сети команд проведение совместных акций является «клеем», который объединяет движение.

Движение dance4life проводит минимум пять акций в год, приуроченных к следующим тематическим датам: день влюбленных (14 февраля), день борьбы с туберкулезом (24 марта), день памяти людей, умерших от СПИДа (третье воскресенье мая),

день контрацепции (26 сентября) и день борьбы со СПИДом (1 декабря). Даты выбраны не случайно: все эти темы рассматриваются в программе «Жизненные навыки».

Акции одновременно и по единой концепции проводятся в регионах проекта и охватывают тысячи, а порой и сотни тысяч человек.

Российская команда dance4life выполняет роль методического центра по созданию концепций общероссийских акций и выработала свой алгоритм разработки сценария такой акции.



## Требования к концепции акции

Создавая идею акции, российская команда dance4life руководствуется следующими соображениями:

- Мы осознаем, что все команды dance4life будут проводить акцию на разных площадках, для разных целевых аудиторий, и поэтому нам нужно выработать некий объединяющий элемент, активность, которую мы можем предложить любым потенциальным участникам вне зависимости от места, времени, формата проведения мероприятия.

- Мы разрабатываем свои акции так, чтобы любой желающий мог воспользоваться нашим предложением и провести акцию самостоятельно, поэтому воплощение идеи должно быть простым и недорогим.

- Послание и концепция акции, раздаточные материалы должны соответствовать духу бренда dance4life – нести позитивный посыл, учитывать последние тенденции в молодежной культуре, обучать через развлечение.

- На основе опыта проведения акций мы пришли к выводу, что для каждой из них нужно разрабатывать три варианта реализации:

- вариант, который может реализовать один активист, опираясь только на свои силы;
- вариант, который может сделать группа активистов, т.е. публичное мероприятие;
- вариант проведения акции в Интернете.

Рассмотрим пример акции, приуроченной к 1 декабря, которая проходила в 2013 г. Активистам, которые действуют в одиночку, были предложены следующие варианты действий:

1. Пройди онлайн тренинг «Жизненные навыки» на нашей новой обучающей платформе.
2. Возьми готовый план урока и проведи классный час в своем учебном заведении (готовый сценарий

прилагался).

3. Распечатай листовку о ВИЧ и положи ее в почтовый ящик соседям, чтобы они узнали о том, как сохранить свое здоровье (готовый макет прилагался).

4. Вдохнови Президента РФ, написав ему письмо с просьбой обратить внимание на проблему ВИЧ в России (была приложена подробная инструкция как это сделать).

Помимо этого, для Интернета, массовых акций и действий одиночных активистов был предложен объединяющий элемент. Идея принадлежит активисту – волонтеру нижегородской команды dance4life Стасу Мырову. Стас изобразил элементы хипстерской культуры – усы, бабочка, очки - в виде красной ленточки.

Всем участникам акций к 1 декабря – будь то интернет-пользователи или посетители профилактических акций, предлагалось сделать фото с этими аксессуарами и поделиться результатом в социальных сетях. Эта, казалось бы, простая, молодежная, веселая форма вовлечения большого числа людей создала замечательный повод напомнить о ВИЧ-инфекции и поговорить об этой проблеме.

В процессе проработки концепции акции российская команда dance4life согласовывает тему, содержание и творческое решение с сетью команд dance4life.

Для обеспечения непосредственного вовлечения молодежи в процесс разработки материалов слоган и дизайн выставляются на голосование в социальных сетях, и нередко случаи, когда в голосовании побеждает не вариант-фаворит национальной команды, а какой-то другой :).



## Распространение материалов силами пользователей / партнеров

После того, как концепция акции и все сопроводительные материалы готовы, российская команда dance4life выкладывает описания и макеты в открытый доступ на сайте проекта и социальных сетях, приглашая всех желающих присоединиться.

Мы используем ресурс информационных тема-

тических электронных рассылок, объединяющих специалистов, работающих в области профилактики ВИЧ (например, ITPCru), чтобы поделиться своими разработками и пригласить коллег свободно ими пользоваться. Мы стараемся разослать материалы заранее, хотя бы за две недели до тема-

тической даты, чтобы у партнеров было время для планирования и реализации замысла.

В 2014 г. мы стали делиться своими разработками со специалистами региональных центров СПИД, и встретили понимание и живой отклик, так как оказалось, что в регионах существует спрос на готовые сценарии акций и новые разработки информационных материалов.

В целом, вся описанная выше работа является еще одним примером применения технологии краудсорсинга, когда в условиях дефицита ресурсов на распространение своих разработок мы вовлекаем заинтересованное окружение в производство и продвижение контента. Люди с удовольствием участвуют, если они считают важным / полезным / качественным создаваемый материал.



## Информационные кампании

Еще одним важным инструментом, который мы используем для увеличения охвата целевой аудитории профилактической информацией, являются массовые информационные кампании. Фонд «ФОКУС-МЕ-ДИА» использует эту технологию с 1998 г. и накопил значительный опыт разработки, реализации и оценки

кампаний. Ниже представлен наш опыт разработки и продвижения трех кампаний — по профилактике туберкулеза, продвижению тестирования на ВИЧ и кампания, направленная на информирование родителей.



## Кампания по профилактике туберкулеза «Просветись»



Информационная кампания «Просветись» была первой пробой dance4life в теме профилактики туберкулеза, и она вышла действительно успешной.

Кампания возникла как продолжение знаменитого фотопроекта Сержа Головача «Звезды против туберкулеза», в котором 37 известных людей сфотографировались со своими флюорограммами, призывая людей проходить регулярное обследование на туберкулез. Идея кампании «Просветись»

состояла в создании и распространении видео в продолжение фотовыставки и создании интернет-сайта кампании.

Этот проект dance4life выполнял в сотрудничестве с Лабораторией социальной рекламы. Приступив к разработке креативной концепции, мы проанализировали существующие информационные кампании по профилактике туберкулеза на тот момент, и этот анализ показал, что примеров крайне мало, особенно – отечественных, так как тема туберкулеза незаслуженно остается в стороне от широких просветительских кампаний.

Разрабатывая креативное решение, мы стремились найти такой вариант, который позволил бы вовлечь некоторых героев фотопроекта, при этом сохранив идею с флюорографией, и заодно — рассказать чуть больше о том, почему обследование на туберкулез важно.

Мы пошли от обратного: от убеждения, что эта тема не является важной, эти тезисы доводились до такого абсурда, что зрителю становилось понятно: регулярное обследование на туберкулез необходимо.

Главным героем кампании стал Антон Комолов, который снялся в видеоролике совершенно бесплатно. В дополнение к основному ролику с Антоном Комоловым мы сделали короткую инфографику, где сделали акцент на то, что обследование на туберкулез можно бесплатно пройти в ближайшей поликлинике.

В целом кампания состояла из трех продуктов: видеоролики, фотовыставка, которую мы выпустили в виде плакатов (это позволило ее легко размещать и распространять), и веб-сайт. На веб-странице были размещены материалы кампании, и была предложена забавная анимация для пользователей в виде теста — проверки знаний о туберкулезе. Если пользователь давал верные ответы на все вопросы, сайт создавал для него именной сертификат знатока, которым человек мог поделиться в социальных сетях.

Большую роль в продвижении кампании сыграли региональные команды dance4life. Именно они вели переговоры с местными органами власти и телевидением, обеспечили размещение видеороликов и организовали презентации фотовыставки.

Фотовыставка стала площадкой, вокруг которой

происходили все остальные мероприятия. Важно подчеркнуть, что идея имела мощный «вирусный» эффект: местные знаменитости фотографировались с флюорограммами, и выставка пополнялась портретами местных звезд. Это могли быть депутаты, спортсмены, КВНщики, музыканты, телеведущие, ученые, врачи и т.д. Публика приходила на фотовыставку, чтобы посмотреть на известных людей, и там ей предлагались различные виды анимации, позволяющие узнать больше о теме, где можно пройти обследование на туберкулез и т.д. Все это служило цели максимально широкого распространения информации о туберкулезе и вовлечения людей.

Многие телеканалы и агентства, размещающие видеорекламу, с большим удовольствием бесплатно разместили ролики кампании, так как материалы были позитивными, понятными, современными. В видео мы использовали инфографику, которая только становилась популярной и вызывала большой интерес. Ролики еще несколько лет продолжали появляться в эфирах — настолько они полюбились телеканалам.



## Кампания по продвижению тестирования на ВИЧ «Какой ты герой: положительный или отрицательный?»

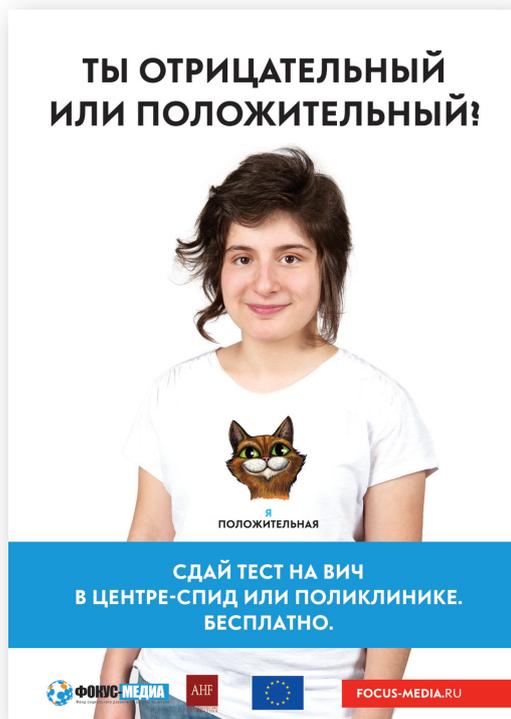
Мы задумали создать информационную кампанию для молодежи по формированию осознанного отношения к необходимости тестирования на ВИЧ. В России на тот момент было мало кампаний, продвигающих тестирование на ВИЧ, и тем более не было кампаний, направленных конкретно на молодежь. Формулируя техническое задание для креативного агентства, мы представили ожидаемый результат как осознание молодыми людьми теста на ВИЧ как взрослого поступка.

Мы пригласили к работе над информационной кампанией агентство POWERS, так как нам нравился ее бренд «I'm Siberian». Агентство предложило несколько концепций. Мы выбрали ту, которая предполагала игру смысла слов «положительный» и «отрицательный». С одной стороны — это результат теста на ВИЧ. С другой стороны — положительный и отрицательный герой. Идея призыва заключалась в том, что молодому человеку предлагалось выяснить, какой он герой — положительный или отрицательный?

Сама постановка вопроса давала понять, что любой статус лучше, чем незнание. А также — это креативное решение позволяло увидеть тему и в другом ракурсе — с точки зрения толерантного отношения, так как было понятно, что и отрицательным героем быть круто, что полностью соответствует молодежному протесту, а герой с положительным статусом — он положительный, хороший герой.

Мы долго обсуждали выбор концепции внутри команды, понимая, что можем подвергнуться критике, что «рекламируем» положительный статус, «снижая настороженность» граждан в отношении ВИЧ. Но в конечном итоге мы, посоветовавшись, приняли решение делать кампанию именно в соответствии с этой стратегией.

Мы нашли двух людей, которые стали лицами кампании. Отрицательного героя представил волонтер команды dance4life (Москва) Тимур Генералов, а положительным героем стала ВИЧ+ девушка с открытым статусом Яна Панфилова (Украина).



Разрабатывая кампанию, мы советовались с региональными командами dance4life по поводу выбора каналов коммуникации с целевой аудиторией с учетом отсутствия бюджета на размещение кампании. В итоге были выбраны: аудиоролики, плакаты, буклеты, наклейки, баннеры для печатных СМИ и веб-сайтов.

Молодые люди играли непосредственную роль в процессе разработки и воплощения кампании. Мы вместе обсуждали слоган, концепцию, выбирали варианты дизайна при помощи голосования в социальных сетях, продумывали план продвижения кампании.

Таким образом, эта кампания была создана молодыми людьми для молодых людей.

Еще одним ноу-хау стало то, что впервые к продвижению кампании мы пригласили центры СПИД. Мы заранее по электронной почте разослали приглашение поддержать кампанию в центры СПИД; со своей стороны мы были готовы предоставить материалы и макеты, а от центров СПИД просили помощи в продвижении.

Что из этого получилось?

## Диана Иванова, Москва

«Благодаря интересной и многогранной концепции, а также материалам кампании, созданным для «бюджетного» размещения, нам удалось объединить усилия единомышленников и добиться довольно широкого распространения материалов. 15 региональных Центров СПИД и 12 региональных команд dance4life активно продвигали кампанию в своих регионах, проводя акции на улицах, в учебных учреждениях, в торговых центрах и местах отдыха, размещая плакаты в центрах СПИД, учебных и спортивных учреждениях. Плакаты кампании были размещены на 360 разных площадках, информационные буклеты получили 10 650 человек; 27 радио-

станций крутили у себя в эфире аудио-ролики кампании, также они были размещены на остановках общественного транспорта, в домах культуры, в магазинах, в учебных, спортивных и медицинских учреждениях. Некоторые регионы смогли разместить материалы кампании на билбордах в своих городах.

Помимо вдохновляющих цифр результатов размещения, хочется подчеркнуть, что кампания вызвала теплый отклик у молодежи - нашей непосредственной целевой аудитории, а также у людей, живущих с ВИЧ. Для нас это является показателем профессионально сделанной работы».

## Информационная кампания для родителей «Поговорите со своим ребенком о репродуктивном здоровье»

В первую очередь, эта кампания направлена на родителей подростков. Выше мы уже говорили о том, что, по данным наших исследований (см. приложения 9 и 10), многие родители декларируют, что считают тему репродуктивного здоровья важной для ребенка и готовы поговорить с ним об этом. Но большинство родителей сделают это в ответ на вопросы ребенка, а не спланировав разговор заранее. В то же время, подростки скорее готовы искать информацию о репродуктивном здоровье в Интернете или у сверстников, стесняясь обратиться за помощью к родителям. Поэтому наша главная цель в этой кампании — побудить родителей разговаривать со своими детьми на темы, касающиеся репродуктивного здоровья. Кроме того, обсуждая слоган кампании, мы столкнулись с тем, что само словосочетание «репродуктивное здоровье» непонятно и мало используется людьми. Найти популярных синонимов к нему нам тоже не удалось. Креативное агентство предлагало не рисковать, подумать о том, как иначе сформулировать наше послание, но мы приняли другое решение. Исходя из того, что словосочетание не знакомо и нет популярных синонимов, значит люди в принципе не думают и не разговаривают об этом. Мы решили, что поставим перед собой цель вводить данное понятие в картину мира родителей подростков, чтобы показать им — эта тема в принципе существует. Это тот первый шаг, который необходимо сделать

для развития дальнейшего диалога с родителями. Поэтому словосочетание «репродуктивное здоровье» сохранилось в слогане кампании.

В нашей информационной кампании мы показываем, что довольно странно ожидать от подростка того, что он первым заговорит на тему репродуктивного здоровья. И чтобы творчески передать эту идею в видеоролике кампании девочка-подросток начинает разговаривать с мамой, и вдруг ее голос меняется на голос Владимира Познера. Это рождает у зрителя очень странные эмоции, ощущение абсурда. Именно это мы и хотели передать: нет никаких оснований ожидать от ребенка инициативы. Вместо этого мы предлагаем родителям подготовиться к деликатному разговору при помощи нашей обучающей онлайн-платформы «Жизненные навыки» (2live.ru), и заговорить с ребенком первым. Или же родители могут ознакомиться с платформой, начать разговор с ребенком, а потом направить его на онлайн-платформу для самостоятельного ознакомления, что позволит ребенку получить больше информации.

Кампания стартовала в апреле 2015 г. и будет продолжаться до конца года. Для распространения видеоролика кампании мы используем Интернет и региональные телевизионные каналы. Кроме того, мы создали аудиоролик, который размещался на радио в 4 регионах России, видео без звука для транспорта, торговых центров и других мест, где можно разместить видео на плазменных панелях. Также мы создали макеты печатной продукции, которые размещались в регионах: билборды, плакаты А4 и А5 для транспорта и различных учреждений, флаеры. Размещение материалов кампании в регионах взяли на себя наши партнеры – региональные команды. Для этого мы объявили конкурс мини-грантов и оказали финансовую поддержку четырем регионам, приславшим самые сильные, на наш взгляд, концепции продвижения. Распространение видео в Интернете взяло на себя специализированное агентство, которое размещает видео-контент в различных группах в социальных сетях. Кроме того, мы распространяем материалы кампании через наши и дружественные Интернет-ресурсы.



### Как Ваш ребёнок узнает о репродуктивном здоровье?

По данным исследований\*, подростки ищут ответы на свои вопросы касательно репродуктивного здоровья среди сверстников и на просторах Интернета. Далеко не всегда подросток может самостоятельно разобраться в этом потоке противоречивой информации.

Чтобы помочь своему ребёнку сохранить здоровье, начните серьёзный разговор сами — не ждите, что он заговорит первым!

Найдите подходящие слова на [2live.ru](http://2live.ru)



\*По результатам исследования ИТ-подростки: диалог о половом воспитании, проведенного Центром исследований гражданского общества и гражданского сектора НИУ Высшей Школы Экономики по заказу Фонда «ВОСЖИД/ДЛН».

## Какова была роль молодежи в процессе разработки и продвижения кампании?

Эта кампания направлена на взрослых, мы не могли полностью опираться на мнение молодежи при ее создании. Тем не менее, наши участники были вовлечены в несколько этапов:

— молодые люди помогали еще на этапе исследования находить респондентов и просить их ответить на вопросы;

— разработанную концепцию кампании мы обсуждали с нашими координаторами и их помощниками на очной встрече. Мы попросили их составить список необходимых материалов, которые потребуются для продвижения кампании, и провели с ними мозговые штурмы на тему того, как в этих материалах может быть реализована наша идея. Например, все высказались за то, что удобно будет использовать видео без звука, так как плазменные экраны являются удобным и доступным инструментом. Но без звука наша первоначальная идея не работала, у нас пропал голос

В.В.Познера. И тогда молодые люди предложили идею, которая и была реализована - в видеоролике без звука мы показали, что девочка несколько раз пытается заговорить, но так и не решается это сделать. Та же идея была использована и в аудиоролике;

— в дальнейшем команды волонтеров были вовлечены в написание концепций продвижения кампании в своих регионах, и в тех командах, которые получили минигранты волонтеры вовлечены в процесс размещения материалов;

— помимо самой кампании молодежь была вовлечена в создание онлайн-платформы. После запуска ее первого варианта, мы попросили молодых людей протестировать платформу, дать обратную связь, насколько она удобна, интересна, привлекательна. Мы получили много критических замечаний, советов для улучшения платформы, которые впоследствии использовали для ее усовершенствования.

## Использование Интернета для вовлечения молодежи

По данным исследований за 2014 г., значительное число населения нашей страны имеет доступ к Интернету и использует его (крупные города – 80%, – малые города с населением менее 100 тыс. человек – 50%), а молодежь – безусловно, является одной из наиболее активных групп. В России ежедневно пользуются Интернетом 89% подростков в возрасте 12–17 лет, что вместе с детьми до 12 лет составляет около 10 млн пользователей.

Поэтому Интернет становится все более и более эффективным каналом для общения с подростками и вовлечения их в деятельность проекта. Также он позволяет добиваться большого охвата целевой группы с минимальными финансовыми вложениями. В этом пособии описываются многие удобные онлайн инструменты для совместного принятия решений, создания продуктов и обучения (Google-документы и Google-группы – в главе 8, вебинары - в главе 8). Также удобные онлайн инструменты для работы с молодежью доступны у нас на сайте (<http://www.focus-media.ru/projects/prevention/>),

их можно найти и на других сайтах - все зависит от поставленной задачи.

В данной главе мы будем подробно говорить о нашем опыте использования Интернета на каждом из этапов проекта.

### ⇒ Вдохновлять ⇐

На этапе «Вдохновлять» мы сравнительно немного используем Интернет. В основном, для анонсирования мероприятия на ресурсах учебных заведений и на наших ресурсах. Также после запуска проекта мы приглашаем всех присоединиться к нашим группам в социальных сетях и следить за новостями. Для того, чтобы как можно больше подростков зашли к нам в группы, после каждого

мероприятия команды проекта делают альбомы с фотографиями участников мероприятия в социальных сетях.

Еще на этом этапе мы используем Интернет для сбора обратной связи. После запуска проекта участники могут написать отзывы и заполнить анкеты по электронной почте, в социальных сетях. Или можно использовать специальные ресурсы для опросов (Google-формы, SurveyMonkey).

## ≡ Обучать ≡

Для этапа «Обучать» у нас создан онлайн аналог – обучающая платформа 2live.ru, о которой можно подробно прочитать в главе 7. Эта платформа позволяет обучать тех подростков, которые по каким-то причинам не могут пройти очный тренинг.

## ≡ Вовлекать ≡

Третий этап проекта – «Вовлекать». Здесь, мы максимально задействуем Интернет. Мы используем популярный сервис для публичного обмена короткими сообщениями «Twitter», приложение обмена фотографиями и видеозаписями «Instagram», интернет-сервис, предоставляющий услуги видеохостинга Youtube, создаем совместно информационные материалы в Google документах. Эти дополнительные сервисы позволяют нам поддерживать связь с участниками проекта сразу на нескольких онлайн площадках и предоставлять им разные типы информации.

Но максимальную работу по информированию и вовлечению подростков в проект мы все-таки ведем в социальных сетях. Фонд «ФОКУС-МЕДИА» в своей работе активно использует:

- «ВКонтакте», так как сегодня это наиболее популярная сеть среди российских подростков;
- «Facebook», так как это самая популярная международная сеть, набирающая все больше российских пользователей.

Для этого в каждой из них создана группа проекта,

где мы и наши участники публикуем тематическую информацию.

Для того чтобы группа была «живой» и активной, необходимо постоянно наполнять ее новыми публикациями на определенную тему (каждая отдельная публикация информации в социальной сети называется «пост»). Например, в наших группах мы пишем о темах, с которыми работаем (ВИЧ, туберкулез, ИППП, методы контрацепции и др.), пишем о том, что делают другие организации и активисты России и всего мира, занимающиеся этими темами, о том, какой вклад в изменение ситуации делают известные люди. Кроме того, мы публикуем анонсы и фотоотчеты с мероприятий, фотографии с участниками проекта из разных регионов и из московского офиса, ну и, конечно же, не обходится без милых постов про любовь, дружбу, детишек, котят, веселых шуток на тему репродуктивного здоровья, отношений между полами и так далее. К счастью, социальные сети позволяют использовать огромный диапазон форматов подачи информации: текст, сочетающийся с привлекательными картинками, видеозаписи, музыка и документы.

Отдельно хочется сказать об **опросах**, которые можно проводить в социальных сетях. Мы заметили, что они очень хорошо работают и вовлекают участников в диалог. Так, можно поинтересоваться мнением участников группы на ту или иную тему, проверить их знания и дать потом верный ответ на вопрос. Этим инструментом рекомендуется пользоваться, чтобы люди привыкали высказывать свое мнение в группе. Кроме того, опросы позволяют давать участникам реальный шанс участвовать в принятии решений. Например, мы регулярно проводим голосования в наших социальных сетях, чтобы выбрать тему для акции, выбрать один из нескольких вариантов дизайна, чтобы определить, кто из звезд сейчас популярен, какие призы могли бы мотивировать молодежь и многое другое. Помимо того, что таким образом мы вовлекаем молодежь в проект, в принятие решений, мы еще и узнаем мнение нашей целевой аудитории без использования фокус-групп, больших очных опросов, без дополнительного привлечения экспертов.

Активное участие людей дает множество возможностей, для достижения наших задач. А именно:

- вовлекать участников в распространение готовой информации;
- вдохновлять их на создание и распространение своего уникального контента;
- вместе создавать готовые продукты;
- принимать совместные решения;
- вовлекать наших участников в адвокативную работу.

Итак, как же можно задействовать то разнообразие инструментов социальных сетей для вовлечения молодежи в нашу деятельность? Безусловно, тут нет исчерпывающего ответа, всегда можно находить все новые и новые решения. Мы приведем здесь те возможности, которые используем сами.

Самое простое, что могут сделать участники групп в социальной сети – это нажать на одну кнопку **«Поделиться записью»** («Рассказать друзьям»). Это действие называется **репостом**. Для пользователя это очень простой шаг, благодаря которому еще несколько сотен человек могут увидеть опубликованную информацию. Бесспорно, это очень ценная возможность, поэтому мы часто напоминаем о ней волонтерам и сторонникам: открытым текстом пишем в конце постов просьбу сделать репост, постоянно говорим на тренингах о том, что это простое действие важно и приносит большую пользу. Обычно мы активно призываем людей делиться тематическими постами, приуроченными к памятным датам, праздникам. Так, в День памяти людей, умерших от СПИДа, мы устраивали флешмоб репостов и просили людей поделиться видео о толерантном отношении к женщинам, живущим с ВИЧ. Таким же образом мы распространяли принты с информацией о том, как себя вести, если вы узнали, что у знакомого ВИЧ (каких фраз надо избегать, как лучше выражать свои чувства, чем можно реально помочь и т.д.), принты с фактами о современном лечении ВИЧ. Такие **флешмобы репостов** очень хорошо работают, когда в группе состоят активные приверженные единомышленники.

Для того чтобы еще эффективнее вовлекать людей в распространение информации можно проводить **конкурсы репостов**. В них мы просим участников сделать репост нужной записи, и разыгрываем призы среди тех, кто это сделал. Это очень простое действие, и люди охотно вовлекаются в конкурс даже за очень скромные призы.

Для повышения вероятности участия людей в конкурсе важно просто и наглядно изложить его условия (можно сделать короткое описание в виде

текста или/и нарисовать правила схематично). Условия конкурса можно разместить как отдельный пост или как тему в разделе «обсуждение» и давать ссылку на эти записи.

В конкурсах репостов удобнее всего выбирать победителя случайным образом (об этом тоже важно написать в условиях). Для этого существует большое число специальных ресурсов, где нужно просто ввести ссылку на нужный конкурс, а компьютер определит победителя из тех людей, кто сделал репост (например, [vkonkurs.ru](http://vkonkurs.ru)). Для того чтобы обеспечить прозрачность конкурса, важно прикрепить снимок экрана (принт-скрин), где видно, что программа выбрала именно этого человека.

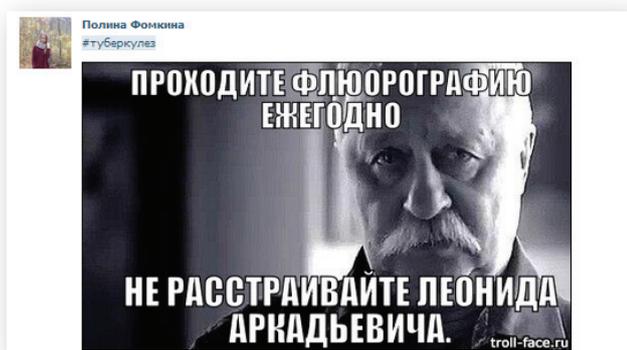
Другим, более сложным для участников, типом конкурса являются **творческие конкурсы**. Мы просим участников создать что-то уникальное, на заданную тему. Участникам нужно не просто один раз нажать на кнопку, а придумать и сделать что-то свое. Такие активности требуют большего вовлечения, но и предполагают большее эмоциональное погружение участников в процесс.

В нашей практике было очень много таких конкурсов, мы видим, что волонтерам реально интересно создавать что-то свое, уникальное.

Например, в день борьбы с туберкулезом мы предлагали участникам сделать демотиваторы и мемы (смешные картинки, имеющие характерное, легко узнаваемое визуальное оформление) на тему симптомов туберкулеза, прохождения флюорографии, способов профилактики и т.д.

На первый взгляд может показаться, что юмор в работе с подобной темой не уместен, но это не так. Учитывая, что мы проводим этот конкурс среди людей, которые осведомлены о проблеме в рамках проекта, да и в социальных сетях мы регулярно размещаем обучающие видео и информационные посты, то шутки наших участников этичны. В нашем конкурсе люди (в том числе и ребята, перенесшие туберкулез) высмеивали игнорирование симптомов болезни, лечение бесполезными средствами (чай с медом, леденцы от кашля), избегание регулярного прохождения флюорографии и другие виды безответственного поведения. Ни одной шутки по отношению к людям, затронутым проблемой, не было.

В результате этого конкурса более 40 человек создали веселые картинки, которые мы использовали в работе. При помощи такого конкурса мы вовлекли людей, дали им возможность проявить свои творческие способности и собрали большой запас интересной информации для дальнейшей работы.



Для того чтобы отслеживать работы участников мы просили их использовать хештег #туберкулез, по которому мы легко находили все посты. Хештег — это слово или фраза, которым предшествует символ # (и этот символ пишется со словом/фразой слитно, без пробела). Важно, что после публикации в социальной сети, нажав на это слово, виден список публикаций от всех пользователей этой сети, которые тоже использовали данный хештег.

В связи с этим важно использовать малораспространенные хештеги или даже придумывать те, которые вообще еще никто не использовал. Это поможет выбирать победителей только среди тех, кто реально участвовал в конкурсе. Лучше заранее смотреть, какую информацию выдает поисковик социальной сети по хештегу, который планируется использовать. При этом лучше создавать уникальный хештег небольшого размера, чтобы людям было просто его воспроизвести и написать без ошибок.

Кроме хештегов, для отслеживания участников можно использовать отдельный альбом в группе, созданный специально для данного конкурса. Это удобно тем, что все конкурсные работы размещены в одном месте. Правда, в этом случае друзья участника конкурса не увидят в своей новостной ленте публикацию с его конкурсной работой, а, следовательно, информационный эффект конкурса в разы снизится.

Еще одним тонким моментом творческого конкурса является выбор победителя. Нужно либо самим выбрать лучшего / собрать конкурсное жюри, либо предложить пользователям сети проголосовать, и тогда побеждает человек, набравший максимальное число лайков. А можно использовать оба варианта одновременно.

Организовывая конкурс, важно с самого начала понимать его цель: если необходимо собрать как можно больше интересных и креативных идей и выбрать лучшую, то следует назначить жюри конкурса. При этом крайне важно в условиях конкурса прописать критерии отбора победителя.

Например, мы организовывали конкурс «Развесели подъезд», с целью выбрать идею для акции, которую можно реализовать во всех наших регионах. Задачей участников было придумать что-то, что могло бы порадовать соседей. Мы заранее написали о нашей цели и в условиях конкурса прописали, что победит та идея, которую можно будет легко реализовать в других городах, с минимальными затратами. При этом, мы, конечно же, учитывали необычность идеи, творческий подход, но это весьма субъективные критерии, которые не однозначны для всех участников конкурса. А для волонтеров интересно и значи-

мо, чтобы их идея была реализована всеми командами проекта. Это, возможно, мотивирует больше, чем какие-либо материальные призы.

Итак, мы можем предоставить выбор пользователям сети, и тогда с большой вероятностью конкурсанты будут приглашать своих друзей проголосовать за их идеи. Это дает нам большой охват новых пользователей. Но в таком случае победить могут не работы, которые превосходят другие по качеству, а те, чьи авторы оказались наиболее социально-активными. При этом важно помнить о существовании специальных программ и сайтов, которые «накручивают» лайки, поэтому важно следить за такими случаями и пресекать их.

Мы предлагаем использовать оба механизма: жюри определяет победителя (и тогда мы сами контролируем процесс выбора качественной идеи), а пользователи присуждают «приз зрительских симпатий» (что мотивирует участников вовлекать своих друзей в процесс выбора).

Помимо опросов, флешмобов с репостами, конкурсов репостов и творческих конкурсов для вовлечения молодежи можно использовать **флешмобы со сменой аватарок** (фотографий анкет пользователей). Мы призываем пользователей сменить свою аватарку в честь какого-то знаменательного события. Например, во Всемирный день борьбы с туберкулезом мы просили участников сети добавить к своей фотографии ромашку – символ борьбы с туберкулезом. Некоторые волонтеры умеют пользоваться графическими редакторами и самостоятельно добавляли наш макет цветка на фотографии. Для того чтобы помочь всем остальным мы договаривались с волонтерами, чтобы они добавляли изображение ромашки на фотографии, которые присылали желавшие принять участие во флешмобе.

Другим вариантом технической реализации этого конкурса может быть просьба сфотографироваться с чем-то (что легко доступно / легко сделать самому) и разместить фото как аватарку. Так, волонтеры нашей команды из Нижнего Новгорода, в преддверии Всемирного дня борьбы со СПИДом придумали, как стилизовать под красную ленточку (символ борьбы со СПИДом) популярные среди молодежи аксессуары: бабочку, очки, усы. Каждый желающий мог легко распечатать эти макеты, вырезать и сфотографироваться с ними. Флешмоб поддержали очень многие подростки, так как идея соответствовала моде и была проста в реализации.

Через социальные сети можно вовлекать молодежь и в адвокативную деятельность. Например, создавая петиции на специальных ресурсах, мы

можем постоянно приглашать нашу аудиторию **подписать петицию**, если они согласны с ее содержанием. При этом важно регулярно писать о тех обновлениях, которые происходят со сбором подписей и о последующей судьбе петиции после того, как будет собрано нужное число подписей. Кроме того, можно рассказывать участникам группы о тех возможностях, которые можно использовать, чтобы повлиять на ситуацию. Ведь в последнее время становится все проще **написать письмо в органы власти, принимающие решения**. Так, мы предлагали нашим участникам группы отправить письмо Президенту с просьбой обратить внимание на проблему эпидемии ВИЧ в России через специальный онлайн ресурс Приемной Президента РФ. В акции приняло участие более 150 человек. Конечно, это серьезно не повлияет на принятие решений, но акция дает результаты: молодежь приучается вести диалог с органами власти, открыто выражать свое мнение, узнает об инструментах, которые позволяют это сделать; а так как органы власти обязаны отвечать на все запросы, мы не даем им забыть про актуальность темы.

При организации подобной акции также важно максимально упростить задачу для участников. Не каждый человек готов формулировать свое видение стратегических действий по изменению ситуации, аргументировать свою точку зрения, написать обоснование значимости проблемы. Мы готовили письмо-шаблон, который каждый мог взять за основу и изменить его на свое усмотрение. Кроме того, хорошим результатом являлось уже то, что пользователи читали письмо перед отправкой.

## ≧ Праздновать ≦

Следующий этап проекта dance4life – «**Праздновать**». Здесь, безусловно, Интернет дает огромные возможности для анонсирования мероприятий, подогрева интереса к нему. Кроме того, мы задействовали компонент «Праздновать» для мотивации команд к повышению квалификации через Интернет. Так, проводя онлайн школу для волонтеров, мы давали домашние задания командам. И той команде, которая справится с заданием лучше всех, мы помогали оплатить проезд части волонтеров (из других регионов) на нашу финальную вечеринку.

Но также у нас есть опыт более масштабного

использования Интернета на этом этапе. В 2014 г. у нас не было возможности организовать крупное мероприятие в Москве. Мы решили создать видео с участием всех наших самых активных волонтеров из всех регионов страны (вот такая амбициозная затея!). Для создания атмосферы общего праздника мы попросили команды провести у себя в регионах яркие мероприятия для волонтеров в фотостудиях в течение одной недели перед Всемирным днем борьбы со СПИДом. Волонтеры рассказывали о своих вечеринках в социальных сетях, выкладывали фотографии и видео с одинаковым #хештегом (#party4life). Мы делали репосты этих записей в общероссийскую группу и создавалось явное ощущение общего праздника и общего видео обо всех нас.

Получившееся видео было выложено в Интернете, оно вызвало очень теплые отклики: многие говорили о том, что оно трогает до слез, ведь мы организовали процесс так, что с помощью современных возможностей Интернета разделяющие нас тысячи километров не ощущались, а молодые люди были активно вовлечены в процесс.

Таким образом, очевидно, что Интернет позволяет вовлекать молодежь в различную деятельность. Важно сначала точно определить цель использования этого ресурса, подобрать подходящую форму взаимодействия, четко обозначить ожидания от участников, обеспечить прозрачность всех процедур и, конечно же, вдохновлять людей в процессе деятельности.



# DANCE4LIFE КАК СЕТЬ

## Как создавалась сеть?

Международный фонд dance4life передает технологию dance4life в страны по принципу франшизы.

В России эксклюзивным правом распространять технологию dance4life обладает фонд социального развития и охраны здоровья «ФОКУС-МЕДИА». При этом фонд развивает проект через партнерскую сеть региональных команд dance4life. Это волонтерские команды, действующие на базе государственных учреждений или некоммерческих организаций. Отношения между командами проекта и фондом «ФОКУС-МЕДИА» закреплены соглашением о сотрудничестве. «ФОКУС-МЕДИА» обеспечивает организационную, методическую, ресурсную поддержку сети команд dance4life, а команды берут на себя следующие обязательства:

- обеспечить внедрение всех четырех компонентов проекта – «Тур, объединяющий сердца», «Жизненные навыки», «Действуй ради жизни», «Празднуй»;
- наладить работу в учебных заведениях или на других молодежных площадках (не менее 10 учебных заведений в год), выполняя полный цикл мероприятий;
- самостоятельно изыскивать средства для развития проекта в регионе;
- самостоятельно поддерживать и возобновлять волонтерскую команду;
- проводить мероприятия, направленные на продвижение бренда dance4life в регионе;
- поддерживать и развивать региональное движение «людей перемен»;
- принимать участие в общероссийских акциях, проводимых dance4life (5 раз в год: день всех влюбленных, день борьбы с туберкулезом, день памяти людей, умерших от СПИДа, день контрацепции, всемирный день борьбы со СПИДом);
- предоставлять 1 раз в квартал описательный отчет о реализации проекта в регионе;
- привлекать региональных послов доброй воли;
- поддерживать постоянный контакт с координатором проекта в общероссийской команде;

• 1 раз в год участвовать в координационной встрече dance4life.

Как любая социальная инициатива, проект действует в условиях ограниченных ресурсов, поэтому российская команда заинтересована в том, чтобы партнерами проекта становились устойчивые, опытные организации, которые смогут самостоятельно привлекать ресурсы и развивать проект в своем регионе.

Российская команда разработала соответствующие условия вступления в программу. К проекту dance4life могут присоединиться некоммерческие и даже коммерческие организации и государственные учреждения, которые:

- имеют доступ в учебные заведения;
  - привлекают молодых людей к добровольческой деятельности;
  - имеют опыт проведения тренинговых программ в области защиты здоровья;
  - имеют опыт планирования и проведения мероприятий / акций;
  - имеют опыт привлечения ресурсов (государство, бизнес, частные пожертвования);
  - имеют устойчивую материально-техническую базу;
  - имеют свободный доступ в Интернет;
  - имеют человека, который готов заниматься проектом на регулярной основе, и быть в постоянном контакте с общероссийской командой;
  - не осуществляют политической / религиозной деятельности;
  - готовы оплатить половину расходов на организацию семинара по передаче технологии dance4life.
- В первые годы реализации проекта в России фонд «ФОКУС-МЕДИА» сам приглашал потенциальных партнеров и оказывал финансовую поддержку организациям на этапе запуска проекта. На следующем этапе развития, по мере роста популярности проекта, заинтересованные организации сами стали обращаться в фонд с просьбой поделиться технологи-

ей dance4life. Большую роль в продвижении проекта играли и играют региональные команды, которые регулярно представляют результаты работы проекта на различных региональных и общероссийских форумах, что способствует неослабевающему интересу к технологии dance4life.

В 2014 г. общероссийская команда проекта впервые открыто обратилась к сети региональных

центров СПИД с предложением поддержать внедрение технологии dance4life в своих регионах и на своей базе, результатом стали тренинги в трех новых субъектах РФ – Екатеринбурге, Архангельске, Иркутске.



## «Легкая» и «полная» версии программы

Всего за годы своего существования в России проект действовал в 37 субъектах, но число команд постоянно варьировалось по целому ряду причин. Технология dance4life – комплексная, что требует значительных ресурсов (как минимум – организационных и человеческих) для ее внедрения. Также технология в определенной степени зависит от открытости к сотрудничеству учебных заведений и молодежных площадок как точек доступа к молодежи.

В связи с тем, что в последние годы СПИД-сервисные организации в России испытывали серьезный дефицит финансовой поддержки, а также система образования все прохладнее относилась к инициативам по профилактике ВИЧ, многие команды dance4life не смогли выжить в таких условиях.

Российская команда dance4life разработала «легкую» версию для регионов, где не хватает ресурсов / поддержки для реализации полного цикла программы. Команды, работающие по «легкой» версии, берут на себя обязательство участвовать только в общероссийских акциях проекта. Акция – это очень

гибкая форма работы, которая позволяет включить в себя все 4 этапа модели dance4life – вдохновить, обучить, вовлечь участников и отпраздновать результаты. Акция может быть проведена на любой площадке, где есть наша целевая группа, а участие в акции привлекательно для добровольцев. Любой организатор знает, что под мероприятие всегда легче мобилизовать людей и ресурсы, чем на регулярную работу. Конечно, акция не является полноценной заменой тренинговым программам, не позволяет достичь глубокого и комплексного понимания материала участниками, но дает возможность напомнить об актуальности проблемы, ответить на вопросы, расширить знания, подтолкнуть к действиям, а также продвинуть бренд dance4life, сделать его более узнаваемым в разных регионах, что расширяет возможности для поиска финансирования на полную программу. Именно поэтому появление «легкой» версии проекта стало компромиссным решением на период неблагоприятных обстоятельств.



## Система коммуникации и принятия решений

Каждая команда dance4life в России действует по своему собственному плану, но одновременно деятельность всей сети команд скоординирована,

что достигается через развитую систему коммуникации и принятия совместных решений.

### 1 >>> Координационная встреча

На ежегодной трехдневной координационной встрече сеть dance4life Россия определяет цели и задачи на год, показатели, к которым мы стремимся, список мероприятий. В ней обычно участвуют координаторы всех региональных команд, а также – добровольцы команд, которые достигли лучших показателей в прошедшем году. Фонд «ФОКУС-МЕДИА» обеспечивает организацию и оплату расходов, свя-

занные с проведением встречи, включая проезд участников. При планировании используются материалы ежегодных международных встреч, которые dance4life Foundation проводит для представителей всех стран, участвующих в проекте. На них все страны участники обсуждают общие цели и задачи проекта, делятся своими достижениями, рассказывают об уроках, которые удалось извлечь, обмениваются опытом и т.п.

Первый день встречи обычно посвящен подведению итогов прошедшего года, второй – презентации лучших практик и выступлениям приглашенных экспертов по актуальным темам, а третий день – обсуждению плана на следующий год.

## 2 >>>

### Google-группа и чат

Для обсуждения срочных вопросов, подготовки мероприятий, согласования информационных материалов, обмена опытом координаторы проекта dance4life используют чат в социальной сети ВКонтакте, а также закрытую google-группу. Оба эти инструмента позволяют нам поддерживать непосредственный ежедневный контакт, несмотря на географические расстояния, и оперативно вырабатывать решения.

## 3 >>>

### Google docs

Для подготовки ежеквартальных отчетов о работе проекта с 2013 г. команда dance4life стала использовать google docs – инструмент, который позволяет неограниченному количеству людей, имеющему доступ к документу, совместно работать над ним.

Так, все координаторы проекта имеют доступ к excel-форме квартального отчета, и вносят в нее данные о достигнутых результатах в течение первых 15 дней месяца, следующего за кварталом. Внедрение такой практики позволило сократить усилия координатора региональных команд, работающего в общероссийской команде, по обобщению поступающих сведений, а кроме того, позволило привнести некоторый дух соревновательности, ведь все координаторы видят достижения других команд в едином файле.

## 4 >>>

### Поддержка контакта с волонтерами dance4life

Так как одними из основных ценностей проекта являются его «горизонтальность» и вовлеченность всех участников, то российская команда проекта dance4life уделяет значительное внимание поддержке контакта не только с координаторами, но и с волонтерами проекта.

Важными площадками поддержки контакта с молодежью являются группа ВКонтакте и страница на facebook, где 5 раз в неделю появляются новости о работе проекта, о проблемах, которые стремится решить проект, людях, которые вовлечены в борьбу с ВИЧ, и т.д. Подробнее о работе в социальных сетях рассказано в разделе «Использование Интернета для вовлечения молодежи».



## Система обучения команд dance4life

Изначально международный офис dance4life наделил правом передачи технологии dance4life некоммерческую организацию Red Zebra, уникальность которой заключается в умении применять молодежную

культуру и творчество как инструмент решения разнообразных социальных проблем. Тренинги Red Zebra буквально меняют взгляд на мир, наглядно показывая, какой мощной созидательной силой обладает музыка

и танец, объединяя людей, преодолевая предубеждения и разницу культур, вдохновляя к творческому поиску и самореализации.

Тренинг по передаче технологии dance4life, который проводит Red Zebra, в большей степени сфокусирован на подробном разборе 1 этапа модели dance4life, а именно – как проводить тур, соединяющий сердца. В первые годы реализации проекта региональные команды dance4life в основном проводили запуски, так как остальные этапы требовали проработки с учетом российской специфики.

В 2012 г. Red Zebra подготовила из группы координаторов и волонтеров проекта несколько тренеров, которые имеют право передавать технологию

dance4life. Потребность в таких тренерах существовала с момента запуска проекта в России, так как привезти тренеров из Великобритании для обучения команды в каждый российский регион, где действует проект, не представляется возможным.

Все это позволило российскому проекту организовать систему подготовки региональных команд силами только российских тренеров, объединив в программе тренинга лучшее от Red Zebra и из российского опыта. В настоящее время система подготовки региональных команд включает пятидневный тренинг по передаче технологии и онлайн обучение.



## Пятидневная программа по передаче технологии dance4life

В условиях того, что наш проект расширяется путем вовлечения новых партнерских организаций на территории всей России, перед нами всегда стоял вопрос о том, как эффективно обеспечить полноценную передачу технологии новым командам. У нас нет единого сценария этого тренинга, так как в каждом регионе мы встречаем совершенно разные команды и учитываем их индивидуальные особенности.

Прежде, чем говорить о самом тренинге, хочется упомянуть о том, как мы ведем переговоры с потенциальной командой. Здесь важно, что мы просим заинтересованные организации написать мотивационное письмо и подробно рассказать о себе, о том, почему они хотят развивать проект и какими возможностями для этого они обладают. Нам важно, чтобы команда максимально показала свою заинтересованность в проекте и готовность его развивать. Кроме того, при организации тренинга важно, что новый регион финансово вкладывается в его организацию (например, предоставляет хорошее помещение, обеспечивает проезд и проживание тре-

неров, организует питание участников). Важно понимать, что проведение тренинга - это всегда энергозатратный процесс, требующий от тренеров высокого профессионализма, постоянной собранности, а также – достаточно больших материальных затрат. Мы вкладываемся только в те организации, которые сами тоже готовы вкладывать свои силы и финансы. Также мы всегда просим организаторов тренингов собирать для обучения тех людей, которые сами в этом заинтересованы (при возможности даже проводить конкурсный отбор). Без внутренней мотивации участников наш проект реализовывать сложно.

Помимо этого, мы приветствуем участие в семинаре людей, имеющих опыт тренерской работы и работы с нашими темами. Но это не является обязательным условием.

Что же касается самого тренинга, то сначала важно понимать, какие задачи мы перед собой ставим, а затем разработать и адаптировать его под каждую команду.

### Мы стремимся выполнить следующие задачи:

---

**Передать настроение проекта, его дух, ценности**

---

**Сформировать представление о том, как устроен проект**

---

**Создать команду**

---

**Предоставить знания по темам, с которыми мы работаем**

---

**Дать возможность применить полученные знания на практике**

---

**Вдохновить команду на дальнейшую деятельность**

# 1

## Настроение и дух проекта

Безусловно, передать настроение и дух проекта каким-то отдельным информационным блоком невозможно. Это должно быть понятно и чувствоваться в каждой детали, каждой презентации, каждой разминке, каждой фразе тренера. Согласитесь, невозможно передать подросткам технологию «равный обучает равного» без вовлечения их в дискуссию, уважительного отношения к мнению каждого, без использования простого неформального языка, достаточной доли самоиронии, умения быть естественным и порой смешным. Все это позволяет молодежи раскрыться и прочувствовать философию проекта, а не просто услышать о ней. Хотя, конечно, важно и проговорить многие моменты. Обычно, в середине тренинга мы обсуждаем философию проекта, наши ценности и показываем, как это реализовано в проекте, приводим примеры из текущего тренинга.

Не случайно мы поставили эту задачу на первое место. Участники тренинга всегда смогут самостоятельно найти дополнительную информацию о репродуктивном здоровье, отработать тренерские навыки, набить шишек и научиться проводить мероприятия, но им необходимо увидеть какой «крутой» результат они могут получить, какой подход к работе, какое отношение поможет им этого добиться.

# 2

## Сформировать представление о том, как устроен проект

Другая задача, которую мы выполняем во время тренинга - дать представление о том, как устроен проект. Сюда относится информационный блок об актуальности темы, о том, какие демографические проблемы есть у нас в стране, какова ситуация с репродуктивным здоровьем молодежи и как проект работает с этими проблемами, какую пользу приносит. Также, нам важно четко продемонстрировать каждый из четырех этапов проекта, объяснить их значение для проекта в целом. Помимо этого, мы обсуждаем темы адвокации и фандрайзинга, использования молодежной культуры в проекте, процесс организации мероприятий, разработку и проведение акций, жизнь команды, систему отчетности и минимальные показатели, которые мы ожидаем от работы региональной команды.

# 3

## Создать команду

Создать команду – это еще одна задача. Чтобы проект заработал в регионе крайне важно создать настоящую команду единомышленников, ведь подросткам предстоит столкнуться с большим сопротивлением со стороны общества, а также – с большим числом задач, с которыми они не сталкивались прежде. И, чтобы их запал не угас, важно иметь надежное плечо, источник вдохновения и сил внутри команды. Для выполнения этой задачи мы включаем в программу тренинга упражнения на знакомство и разминки, которые позволяют человеку раскрыться с разных сторон, показать свою индивидуальность. Здесь важно задействовать юмор и самоиронию (безусловно, сочетающиеся с деликатностью, атмосферой защищенности), чтобы участники могли позволить себе расслабиться и быть такими, какие они есть. Важно проговорить, что для успешной жизни команды в ней должны уживаться разные люди, и тогда их разные таланты, сильные стороны обогатят группу, дадут больше возможностей для реализации проекта. Кроме того, мы уделяем много внимания работе в мини-группах, чтобы у участников была возможность поработать вместе, научиться общаться и договариваться, создавать общий качественный продукт.

Также на сплочение работают блоки с обсуждениями различных спорных вопросов, где участникам нужно высказать свое мнение. Спорные вопросы на то и спорные, что рождаются противоположные точки зрения, и тренеру важно дать группе возможность бережно прожить подобные ситуации (организовать процесс так, чтобы участники аргументировано высказывали свою позицию и с уважением относились к другой точке зрения). Этот навык очень пригодится им в команде.

4

## Передать участникам знания по темам, с которыми мы работаем

Но, безусловно, для того, чтобы команда дальше успешно реализовывала проект, нам необходимо передать участникам знания по темам, с которыми мы работаем. Для этого в тренинге есть множество информационных блоков, касающихся репродуктивного здоровья, профилактики социально значимых заболеваний, которые мы подробно обсуждаем, отвечаем на возникающие вопросы.

5

## Применить полученные знания на практике

Для того чтобы у команды не было страха сделать первый шаг и подготовка к деятельности не затянулась, мы создаем для участников ситуацию, где им необходимо применить полученные знания на практике. Для этого при организации тренинга мы договариваемся с принимающей стороной о том, что в последний день команда будет проводить «Запуск» в учебном учреждении (этап «Вдохновлять») или же акцию в городе. Конечно же, это повергает участников тренинга в ужас, но в то же время заставляет сразу серьезно воспринимать информацию, так как они знают, что в ближайшее время надо будет самостоятельно создать качественный продукт. Такая ситуация позволяет участникам мобилизовать все силы, вложиться и получить результат. После проведенных мероприятий мы организуем обсуждение в команде: кому что понравилось, что можно улучшить. Тут всегда важно соблюсти баланс – дать позитивную обратную связь и полезные советы на будущее. Эта часть тренинга очень важна, так как дает команде первый опыт совместного успеха и преодоления страха и трудностей. За всю историю проекта не было ни одной ситуации провала, все команды успешно справлялись со стоящей перед ними задачей.

6

## Вдохновляем команду на дальнейшую деятельность

В ходе всего тренинга мы вдохновляем команду на дальнейшую деятельность. Эту задачу также невозможно реализовать какими-то отдельными упражнениями, презентациями. Тренерам важно всегда подчеркивать значимость вклада, который делают участники проекта, важно создавать для них ситуации успеха. Сама возможность быть самостоятельными и проявлять свои таланты вдохновляет подростков. Кроме того, в конце тренинга каждая команда пишет план работы на ближайший год. Участники находят интересные пути реализации проекта, описывают другие организации, интересные молодежные проекты, известных в городе людей, которые могут стать партнерами проекта, помочь реализовать его. Этот процесс важен для планирования и для вдохновения участников, ведь подростки сами создают для себя план деятельности именно в том виде, в котором он им будет интересен.

Все эти задачи мы решаем, проводя пятидневный тренинг с полным погружением – по 8 часов каждый день (с двумя перерывами на чай и одним обедом). Мы адаптируем тренинг под группу в зависимости от

того какие знания и опыт уже есть у участников, работали ли они уже в одной команде и т.д. Но если обобщить весь наш опыт в данном направлении, то можно выделить два базовых варианта.

## ВАРИАНТ №1

Мы рассказываем о проекте, презентуем его «Запуск» (первый этап «Вдохновлять»), коротко разбираем основные его блоки и предоставляем участникам возможность самостоятельно разобраться и подготовиться к его проведению по готовым подробным сценариям. Максимальное время тренинга мы уделяем разбору и тренировке проведения «Жизненных навыков» (второй этап проекта «Обучать»). Кроме того, рассказываем о том, что такое адвокатура, рассказываем об использовании молодежной культуры, о том, что значит «Действовать» в нашем проекте, как самим организовать мероприятие или встроиться в другое.

Плюсом данного подхода является то, что мы можем тщательно подготовить команду к реализации

первых двух этапов проекта, разобрать многие подводные камни, трудные ситуации и способы с ними справиться.

Недостатком такой организации тренинга является то, что у нас не остается достаточно времени, чтобы подробно обсудить остальные важные моменты проекта (этап «Действовать» и практические навыки по разработке и проведению мероприятий, этап «Праздновать», адвокативную деятельность и др.). Кроме того, от большого потока информации о самой теме репродуктивного здоровья (ВИЧ, ИППП, методы контрацепции, желанная беременность, гендерные вопросы...) и о тренерской работе к концу тренинга многим подросткам трудно сохранять внимание и работоспособность.

## ВАРИАНТ №2

В рамках этого подхода мы презентуем «Запуск» и подробно его разбираем, практикуем с участниками проведение каждого из блоков. Блок «Обучать» мы преподносим в рамках подробного разбора деятельности проекта. Например, рассказывая о работах в социальных сетях, можно дать задание самостоятельно ознакомиться с нашим видео о контрацепции и сделать у себя в социальных сетях пост на эту тему; разбирая проведение информационной викторины, можно представить участникам блоки по «ИППП» и «ВИЧ» и попросить их составить список вопросов для инфопалатки. Таким образом, мы подробно разбираем многие аспекты работы проекта: значение и содержание третьего этапа проекта «Действовать», самостоятельную организацию и участие в готовых мероприятиях, работу со звездами,

адвокативную деятельность, фандрайзинг и другие.

Плюсом данного подхода является то, что мы успеваем максимально разобрать и проработать ту деятельность, которая отличает наш проект от других.

К недостаткам можно отнести недостаточно глубокую проработку тем, связанных с репродуктивным здоровьем, и тренерских навыков. Но все это приходит во время практической деятельности. Кроме того, чтобы компенсировать этот пробел мы создали подробное пособие по «Жизненным навыкам» с описанием всех блоков, их целей и основных выводов. Люди, которые будут проводить тренинг, смогут легко к нему подготовиться.

В последнее время такой подход стал для нас основным.

## Онлайн-обучение

dance4life - это проект, открытый к инновационным подходам, поэтому новые знания, опыт и решения накапливаются в нем быстро.

В 2011 г. мы осознали, что накопленный материал не вмещается в программу тренинга по передаче технологии, поэтому российская команда стала искать альтернативный способ делиться полученной информацией с волонтерами проекта. В условиях дефицита ресурсов мы выбрали вариант обучения онлайн. У фонда «ФОКУС-МЕДИА» в прошлом был успешный опыт организации онлайн обучения для НКО в виде онлайн курсов, и мы решили использовать этот опыт для проекта. Для dance4life мы выбрали совсем новый на тот момент инструмент - проведение вебинаров.

У вебинаров как инструмента обучения есть множество плюсов как для ведущих, так и для участников. Современные платформы для проведения вебинаров имеют развитый функционал, достаточный для того, чтобы без труда организовать интерактивное занятие – можно демонстрировать видео и слайды презентации, рисовать на экране, проводить опросы и голосования, подключать приглашенных спикеров и т.д.

Для вебинара не имеет значения, где находится ведущий, поэтому можно легко проводить занятие с ведущими и участниками из любых уголков мира.

Еще одним важным плюсом вебинаров является возможность записать занятие и выложить запись для всех желающих. Так, если кто-то из участников в день вебинара занят на учебе или уехал из города,

не имеет доступа к Интернету или узнал о вебинаре слишком поздно, но заинтересован получить информацию, то достаточно зайти на сайт [www.dance4life.ru](http://www.dance4life.ru) в раздел «Онлайн-школа» и изучить материал самостоятельно, в удобное время и в удобном месте.

Что касается преимуществ для участников, то, по меткому выражению одной из учениц, «очень весело учиться, сидя дома на диване». Участникам вебинара нет необходимости тратить время на сборы и дорогу – учиться можно прямо дома, с кружкой чая, в домашних тапочках.

Но у вебинаров есть и свои ограничения. Потенциальный участник должен иметь компьютер, колонки / наушники для вывода звука и устойчивый доступ к Интернету, при этом скорость интернет-соединения должна позволять транслировать видео и аудио сигналы.

Вебинар не является полноценной заменой интерактивному тренингу. Такая форма позволяет передать информацию, но для полноценной отработки навыка необходимы очные тренинги/ семинары.

Доступность обучения через вебинары имеет и обратную сторону. Участие в очном семинаре требует от человека планирования, отказа от других дел, таким образом, человек больше дорожит возможностью участия. Вебинар очень доступен, именно поэтому люди легче отказываются от участия в нем по каким-то спонтанным причинам, зная, что можно посмотреть запись, потом забывая это сделать. Это важно учитывать, продумывая систему мотивации и удержания участников вебинаров.



## РЕЗУЛЬТАТЫ, ПОЛУЧЕННЫЕ В РОССИИ

### РЕЗУЛЬТАТЫ В СФЕРЕ ИНСТИТУЦИАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

- 1) формирование пакета инструментов для работы с молодежью, их описание;
- 2) создание онлайн и оффлайн продуктов, предлагаемых региональным партнерам для работы с целевой группой;
- 3) система мониторинга и оценки проекта;
- 4) работающая сеть региональных партнеров;
- 5) система постоянного обучения и переподготовки региональных координаторов и команд волонтеров

В октябре 2010 г. центральным офисом dance4life в Амстердаме было принято решение провести оценку результатов проекта. Для его проведения были выбраны две страны – Россия и Уганда. В России исследование по оценке социального воздействия проекта было проведено Центром исследований гражданского общества и некоммерческого сектора Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» при поддержке Программы фундаментальных исследований НИУ ВШЭ в 2011 г. Сбор эмпирической информации проводился независимыми агентствами при организационном содействии Фонда «ФОКУС-МЕДИА». Директор Фонда Е.Г. Алексеева принимала участие в разработке анкеты для опроса и руководства для проведения качественных исследований. Полевые исследования были проведены в четырех городах России: Ижевск, Томск, Челябинск, Тверь.

В исследовании были использованы как качественные методы (глубинные экспертные интервью, фокус-группы), так и количественные (индивидуальное интервью с использованием структурированной анкеты). В качественном исследовании приняли участие представители различных целевых групп: участники проекта в возрасте 13-19 лет (20 интервью, 6 фокус групп), учителя

образовательных учреждений, где был реализован проект (8 интервью), члены волонтерской команды, принимающие участие в реализации проекта (8 интервью), менеджеры проекта в различных регионах (5 интервью).

Целевой группой исследования являлись юноши и девушки, прошедшие все три этапа проекта, и проживающие в четырех указанных городах. Объем выборки: 105 респондентов, среди которых 48% принадлежали возрастной группе 13-16 лет, 44% – 17-19 лет, 8% – 20-23 года. Молодые люди старше заявленных в программе возрастных границ (13-19 лет), были опрошены как уже закончившие программу, прошедшие все этапы и до сих пор вовлеченные в добровольческую деятельность. Изменения в знаниях, отношении и поведении участников проекта оценивались на качественном уровне координаторами проекта в баллах по специальной анкете, заполняемой участниками перед и после участия в проекте. Анкеты собирались в течение всего периода реализации проекта. Сбор осуществляли менеджеры проекта на местах, в каждом отдельном городе, образовательном учреждении.

Далее представлен анализ основных результатов в контексте восприятия проекта и эффектов участия для молодых людей.

### Общее восприятие проекта

Что касается участников проекта молодых людей, то они декларируют положительное отношение к нему. Участие в первом и втором этапах проекта в основном вызывает среди молодых людей заинтересованность, любопытство и удивление. Во многом это связано с тем, что зачастую до участия в проекте ни учителя, ни родители не разговаривали с молодыми людьми на тему инфекций, передающихся половым путем, контрацепции и репродуктивном здоровье. По оценкам участников, данные темы были ранее им неизвестны или уровень знания был довольно низким. Преобладало фрагментарное знание, отсут-

ствовала общая логическая картина.

Общее восприятие участниками проекта третьего этапа «Действовать» характеризуется высоким энтузиазмом по поводу возможности реализовать собственные идеи, попробовать себя в роли организатора. Именно здесь в ходе планирования и проведения добровольческого мероприятия молодые люди могут на практике применить все полученные на двух предыдущих этапах знания по вопросам профилактики ВИЧ/СПИДа и ведения здорового образа жизни, развить социальные навыки, «усвоить» нормы культуры добровольчества и благотворительности.

Мои лично ощущения от тура, они еще присутствуют во мне. Это очень задевает за душу, ты чувствуешь, что что-то не так, что нужно что-то делать, нужно как-то помогать. Что можно что-то исправить, что эту статистику ужасающую можно как-то исправить. И тут тебе показывается, как же эту статистику можно исправить ...

**Фокус-группа, девушки, 17 лет, Ижевск**

Кроме того, молодые люди, принимающие участие в проекте, декларируют активное распространение информации о нем среди своего социального окружения – друзей, родителей, учителей, в том числе в других школах. В ряде случаев информация о проекте распространялась и незнакомым людям, например, в ходе специального добровольческого мероприятия. Об этом свидетельствуют как качественные, так и количественные данные. Юноши и девушки стремятся поделиться своими переживаниями, оповестить друзей о том, что они являются участниками проекта – так ответили 93% опрошенных. Приведенные данные свидетельствуют о социальной актуальности, уместности и привлекательности проекта в молодежной среде. Быть участником проекта не является чем-то порицаемым или постыдным, наоборот, это приветствуется среди сверстников.

По свидетельствам молодых людей, среди

представителей второй целевой группы – учителей и родителей пока не сформировано устойчивого отношения к проекту. С одной стороны, присутствует убеждение, что ученикам важно знать об инфекциях, передающихся половым путем, чтобы защитить себя и своих близких. С другой стороны, часть учителей считают, что такого рода информация негативно влияет на нравственное воспитание молодых людей, дает им знания избыточные и не актуальные для их повседневной жизни. По мнению части учителей, информированность не обезопасит их в будущем, а наоборот, будет стимулом – молодые люди из любопытства могут начать употреблять наркотики, курить, раньше начнут вести половую жизнь. Возникновение подобных социальных барьеров во многом является следствием существующих в обществе ограничений, социальных стигм и табу по отношению к ряду тем, в том числе ВИЧ/СПИД и половому воспитанию.

Существуют разные мнения, в том числе и негативные, что проект развращает молодежь, донося до нее такую некрасивую и неприличную информацию. С ними говорят о сексе, такое слово вообще в школе произносить нельзя. Но замалчивание оно же к чему-то приводит всегда. Специалисты нам рассказали, например, я не знала об этой ужасной статистике в городе, в области и вообще в России. Наверное, в какой-то степени вот это замалчивание и привело к тому, что люди не знают элементарных вещей, как себя защитить. Вот поэтому я думаю, что уже хватит об этом молчать, об этом просто нужно говорить, но говорить правильно. (Учитель истории, классный руководитель, женщина, 37 лет, Челябинск).

**Фокус-группа, девушки, 17 лет, Ижевск**

Таким образом, общее восприятие проекта двумя основными группами его участников (молодые люди, учителя и родители) в целом умеренно положительное. В основном заявленное негативное отношение к проекту среди учителей и родителей вызвал не сам проект, а тема, им поднимаемая. В опреде-

ленной мере можно объяснить подобную негативную оценку первичной реакцией на чувствительную тему. Как обозначено выше, уровень знания о ВИЧ/СПИДе среди населения находится на невысоком уровне, что также не способствует положительным оценкам проекта со стороны родителей и учителей.



## Эффекты от участия в проекте

### Информированность

Опрошенные региональные менеджеры программы оценивали уровень знаний молодых людей о ВИЧ и СПИДе до и после участия в проекте.

Уровень информированности молодых людей о ВИЧ/СПИДе перед началом проекта оценивается как достаточно низкий. Имеющаяся у них информация являлась зачастую неконкретной и была общего характера. Например, молодые люди могли знать, что можно заразиться через кровь, но не знать наверняка, можно ли целоваться с инфицированным человеком, здороваться с ним за руку и можно ли заразиться ВИЧ/СПИДом от укуса комара. Такие данные подтверждают факт наличия в обществе большого количества мифов и стереотипов вокруг темы ВИЧ/СПИДа.

Социальные стереотипы, как показывают результаты настоящего исследования, широко распространены среди молодых людей. Практически каждый опрошенный декларировал уверенность в том, что проблема ВИЧ/СПИДа никак не может затронуть его самого или кого-то из его окружения. Проблема во многом представлялась как некое обособленное социальное явление, которое касается преимущественно маргинальных групп – наркозависимых, бездомных, мужчин, практикующих секс с мужчинами.

Среди тех, кто до участия в проекте знал о проблеме ВИЧ/СПИДа, большинство получили информацию на школьных уроках ОБЖ, биологии или через Интернет. Общие знания на тему входят в обязательную школьную программу. Однако, по мнению опрошенных участников проекта, информация, которая предоставляется им в формальном виде уроков, не заинтересовывает их и плохо усваивается.

Ни один участник проекта не говорил о том, что информацию о ВИЧ/СПИДе и путях передачи он получил от своих родителей. Тем не менее, среди участников проекта наблюдается запрос как на возможность открытого диалога с родителями, так и на информацию о репродуктивном здоровье в целом, несмотря на то, что многие опрошенные декларировали невысокую степень доверительности отношений с родителями и невозможность обсуждения с ними подобных чувствительных тем. Таким образом, программа dance4life может быть оценена как одна из возможных альтернатив семье как источнику получения информации о репродуктивном и сексуальном поведении, о вопросах ВИЧ/СПИДа.

Уровень знаний молодых людей о ВИЧ и СПИДе до участия в проекте был оценен региональными менеджерами проекта на 4 балла из 10, после участия – 8 из 10. В этом случае мнение самих участников проекта, преподавателей и региональных менеджеров совпадает, все они отмечают рост уровня знаний о ВИЧ /СПИДе, путях его передаче и репродуктивном здоровье.

Я вообще считаю, что все-таки мне стало легче жить. Потому что раньше я думал, что еду в автобусе и меня заразят ВИЧ инфекцией. Я очень боялся в детстве комаров, думал, что могу заразиться ВИЧ. А теперь мне стало жить легче, можно спокойно есть и целоваться.

**Фокус-группа,  
юноши, 18 лет, Ижевск**

Особо стоит отметить тот факт, что после участия в проекте, снизился декларируемый уровень веры в существующие стереотипы относительно ВИЧ-инфекции. Об этом свидетельствуют результаты анкетирования молодых людей. Поскольку методология данного исследования подразумевала единовременные замеры, лонгитюдное исследование было невозможным в силу ряда ограничений, то изменение установок участников носит оценочный характер. Необходимы дополнительные замеры, чтобы оценить масштабы изменения установок относительно стереотипов среди молодых людей.



## Навыки и поведение

Они готовы работать дальше с этой темой, они более ответственно говорят о каких-то вещах, с большим пониманием относятся к каким-то проблемам. То есть по их поведению, высказываниям можно сказать, что дети осознают, что перемены случились и перемены эти к лучшему.

**Учитель географии,  
женщина, 39 лет, Ижевск**

Я знаю одного человека, который бросил курить после этих жизненных навыков. Второй перестал пить, перестал покупать пиво. То есть каждый раз на выходных он обязательно выпивал литр-полтора пива. Сейчас он может раз в полгода, если выпьет. Говорит: нет, не хочу.

**«Человек перемен»,  
молодой человек, 16 лет,  
Челябинск**

Большинство опрошенных молодых людей утверждает, что благодаря своему участию в проекте, а именно, в третьем этапе «Действовать», им удалось развить коммуникационные и организационные навыки. Они научились выстраивать взаимодействие с людьми разных возрастов, а также отметили в себе рост ответственности за свои действия и выбор. Важно, что учителя указали на ту же тенденцию. По их мнению, участники проекта развиваются по всем направлениям, в том числе и в учебе они становятся более успешными. Во многом это стало возможным благодаря участию молодых людей в организации и проведении добровольческих мероприятий, которые реализовывались их собственными силами под руководством менеджеров проекта. Молодые люди самостоятельно работали на каждой стадии реализации добровольческого или благотворительного мероприятия – разработка, презентация и защита проекта, переговоры с представителями школьной и городской администрации, родителями, осуществление информационного сопровождения проекта, обеспечение местом проведения и технической поддержкой и т.д.

Результаты данного исследования показывают, что участие в третьей стадии проекта позволяет молодым людям получить навыки, обучение которым отсутствует или в меньшей степени представлено в стандартной школьной программе. Получение соответствующего опыта можно оценивать как положительный эффект проекта. Необходимо отметить, что самостоятельную работу по организации и презентации добровольческого или благотворительного мероприятия можно назвать уникальным опытом для молодых людей, особенно, если речь идет о молодых людях, находящихся в интернатных учреждениях, в трудной жизненной ситуации. Возможность самостоятельной инициативы, ощущение поддержки и осознание социальной значимости и востребованности вносит положительный вклад в социализацию и жизненный опыт.

Наряду с информацией о репродуктивном и сексуальном здоровье, в проекте значительное внимание было уделено вопросам употребления алкоголя и курения. Как демонстрируют результаты исследования, участники проекта высоко оценивают полезность полученной информации. Её новизна меньше, чем информации по вопросам ВИЧ/СПИДа, однако, опрошенные декларируют повышенный интерес к данной теме. Часть школьников утверждает, что они стали чаще задумываться о своем здоровье в долгосрочной перспективе, думать о последствиях употребления алкоголя или курения, которые могут проявиться в зрелом возрасте.

## Стигма и табу

Раньше я думал, что их нужно сослать на один остров, чтобы там жили только они. А проект изменил мое мнение. Теперь я знаю, что с ними можно жить, здороваться, обниматься, целоваться и все будет нормально

**Смешанная фокус-группа, мальчик, 19 лет, Тверь**

Перечисленные выше эффекты от участия в проекте включают изменение отношения к проблеме ВИЧ/СПИДа среди участников. По мнению самих молодых людей, до участия в проекте они были менее толерантными и иногда говорили о своем предвзятом отношении к людям, живущим с ВИЧ/СПИДом, к другим группам, например, национальным и сексуальным меньшинствам. До участия в проекте молодые люди в большой степени разделяли позицию о социальной опасности болезни, в их высказываниях читается обеспокоенность за свое собственное здоровье и безопасность в результате контакта с ВИЧ-инфицированными.

Среди участников проекта, прошедших два первых этапа, отношение к проблеме ВИЧ/СПИДа и людям, живущим с ВИЧ/СПИДом оценивается как достаточно толерантное. После прохождения обучающих стадий проекта подавляющее большинство опрошенных молодых людей не согласно с утверждениями о необходимости изоляции ВИЧ-положительных людей. Не разделяют точку зрения, что ВИЧ-положительные не должны учиться в школах или получать определенные услуги 99% опрошенных молодых людей. Участники проекта также не разделяют точку зрения, что ВИЧ-инфицированный человек получает то, что «заслуживает», что ВИЧ/СПИД – это результат предыдущего образа жизни, социального положения и других обстоятельств (95%).

## Обсуждение

Логика и содержание проекта dance4life по-разному воспринимается представителями двух основных целевых групп проекта: учителями школ, в которых он реализуется, его участниками, являющимися в основном школьниками, и их родителями. Однако в целом можно говорить о положительном к нему отношении со стороны школьников и неоднозначной позиции работников образовательных учреждений и родителей, что, скорее всего, связано с общей табуированностью данной темы в обществе. Все опрошенные молодые люди заявляют о наличии тех или иных эффектов, полученных в ходе участия в проекте. Во-первых, речь идет о приобретении дополнительных знаний о проблематике ВИЧ/СПИДа, репродуктивном здоровье и навыках ведения здорового образа жизни. Это особенно важно в свете широкой распространенности стереотипных представлений о ВИЧ/СПИДе среди населения, а также отсутствия доступных и адекватных информационных каналов по данной проблематике. Во-вторых, участники декларируют наличие дополнительных социальных и личностных эффектов, затрагивающих установки и поведение участников. Например, практически все опрошенные молодые люди (96%) уверены, что в будущем не будут предвзято относиться к людям, живущим с ВИЧ/СПИДом. В-третьих, большинство школьников декларируют большую компетентность в плане обсуждения сенситивной проблематики ВИЧ, сексуального поведения (87%), а также демонстрируют наличие развитых навыков открытого обсуждения соответствующих тем (89%). В-четвертых, проект оказал положительное влияние и на практические навыки участников – больше половины опрошенных респондентов заявили о том, что получили опыт организации и проведения различных добровольческих мероприятий (68%). Подобные навыки полезны молодым людям для личностного развития, обучения или при выходе на рынок труда.

Результаты исследования дают основания предположить наличие положительных эффектов как в плане развития общих социальных навыков –

организационных и коммуникативных, так и практических навыков ведения здорового образа жизни – отказ от употребления алкоголя и курения. Рассмотрим положительные эффекты подробнее ниже.

Общим результатом проекта в плане развития социальных навыков у школьников является повышение уровня инициативности, формирование лидерских качеств и готовности к самоорганизации. Молодые люди, которым удалось в процессе участия в проекте успешно реализовать то или иное собственное добровольческое мероприятие, испытывают значительный рост уверенности в своих силах, а также выражают готовность к решению различных задач в будущем. Вместе с тем, масштаб подобных изменений сравнительно невелик. Только 20% участников проходят все этапы проекта полностью. Большинство молодых людей участвуют только в первых двух этапах. Организовывать добровольческую инициативу по проблематике проекта или участвовать в ее подготовке намерены только некоторые подростки. В целом, молодые люди окружены довольно дружественной атмосферой проекта, которая комфортна для них и может выступать своеобразным стимулом к развитию потенциала участников. При анализе полученных данных стоит учитывать, что благодаря своему участию в проекте, молодые люди являются хорошо информированными о проблеме ВИЧ/СПИДа и важности формирования толерантного отношения к людям, живущим с ВИЧ/СПИДом. В определенной степени это определяет более высокий порог терпимости и открытости к соответствующим темам среди опрошенных респондентов. В связи с этим, необходимо учитывать искажения по причине социальной желательности ответов. Несмотря на обозначенные ограничения, доля толерантно настроенных молодых людей все же остается высокой.

Удалось также зафиксировать положительные изменения в нескольких группах, непосредственно связанных с реализацией проекта. Так, например, опрошенными участниками проекта было отмечено, что их родители меняли свое отношение к нему с негативного на положительное, видя те изменения, которые происходят с детьми. Такие изменения зачастую сопровождались в целом пересмотром взглядов по отношению ко многим проблемам, в том числе к важности информирования молодых людей на тему репродуктивного здоровья. Помимо этого, положительный опыт запусков проекта способствует распространению его понимания среди широкого круга представителей городских и школьных администраций.



## Выводы

В ходе исследования получены результаты, позволяющие предположить наличие значимых положительных эффектов для молодых людей от участия в проекте.

**Во-первых**, среди участников выявлен запрос на информацию о репродуктивном здоровье и на возможность откровенного диалога со значимыми взрослыми (родителями, учителями) на эту тему. Зафиксирован рост общего уровня информированно-

сти о широком спектре тем – репродуктивное здоровье, способы контрацепции, инфекции, передаваемые половым путем, ВИЧ-инфекция. Полученные знания для значительной части участников оказались новыми, а если и были известны им ранее, то не вызвали заинтересованности в практическом применении для сохранения и укрепления собственного здоровья. Последнее, а именно уверенность в применимости и актуальности обозначенной информации для сохране-

ния и укрепления собственного здоровья, является важным результатом проекта.

**Во-вторых**, заметен более ответственный подход к собственному сексуальному и репродуктивному здоровью. В результате исследования удалось зафиксировать изменение модели поведения участников проекта, часть которых утверждает, что пересмотрела свои взгляды на употребление алкоголя, курение и начало (ведение) половой жизни.

**В-третьих**, участие в проекте способствовало развитию таких социальных навыков, как умение выстраивать коммуникацию с людьми различных возрастов и статусов, чувство ответственности за свои слова и действия. Участники проекта заявили о повышении уровня инициативности в организации и участия в различных добровольческих мероприятиях. Подобные приобретенные в рамках проекта навыки оказывают значимое положительное влияние на формирование среди молодых людей, вовлеченных в проект, культуры социального участия и добровольчества.

**В-четвертых**, изменилось восприятие инфекций, передающихся половым путем. Если до участия в проекте такие заболевания во многом воспринимались как социально отдаленные и не нуждающиеся в профилактике, то после - как те, которые могут коснуться каждого, даже если человек не ведет маргинальный образ жизни.

В связи с этим, пятым значимым эффектом от участия в проекте является развитие чувства толерантности не только к проблеме ВИЧ/СПИДа, но и к людям, живущим с соответствующими инфекциями. В целом, молодые люди, принявшие участие в проекте, достаточно адекватно воспринимают наличие в обществе определенных социальных проблем, могут открыто их обсуждать, понимая при этом важность их решения и возможность собственного участия.

Социальные технологии, используемые в ходе реализации проекта, выгодно отличаются от традиционного способа информирования молодежи. Участие в проекте является для молодых людей социально одобряемым со стороны большинства их сверстников и ближайшего окружения. Информация, предоставляемая в проекте, вызывает интерес и оценивается участниками как актуальная и полезная. Они стремятся поделиться ей со своими друзьями. Особой спецификой проекта является его краткосрочность, позволяющая легко тиражировать опыт информирования и обучения большого числа молодых людей, что не требует серьезных финансовых вложений. Действуя методом «снежного кома», проект вовлекает все большее число участников. С 2005 по 2014

г. проект охватил 155 260 молодых людей, 37567 человек прошли программу «Жизненные навыки», более 27 тыс. человек прошли все этапы проекта и получили почетное звание «людей перемен»; подготовлено более 5 тыс. волонтеров, из них в настоящее время активно работают в проекте 2186 человек. В проекте приняли участие 2196 школ в 37 регионах Российской Федерации. Профилактическими мероприятиями было охвачено более 310 тыс. человек.

Выбранная модель имеет, очевидно, ряд недостатков, среди которых наиболее значимым является трудность формирования устойчивых знаний и навыков ведения здорового образа жизни. Исследование также выявило трудность обеспечения мотивации участников для прохождения всех 4-х этапов проекта. Тем не менее, в условиях отсутствия подобной информации в образовательных учреждениях, наличия у подростков барьеров обсуждения данных тем с родителями, и в целом, в условиях отсутствия системного подхода к профилактике ВИЧ/СПИДа среди различных групп населения, краткосрочное информирование и обучение большого числа молодежи является крайне ценным и до определенной степени эффективным. Очевидно, что для более глубокого освоения знаний и формирования устойчивых навыков в данной сфере необходимы более долгосрочные программы, реализуемые различными акторами – семьей, школой, гражданским обществом, государством. Сочетание разработанной государством системной стратегии действий по повышению информированности о способах заботы о репродуктивном здоровье и ее реализации школой, семьей и гражданским обществом является наиболее эффективным с точки зрения улучшения состояния здоровья как молодых россиян, так и в дальнейшем всего населения.

В целом, участие молодежи в добровольческой деятельности, направленной на формирование здорового образа жизни и профилактику ВИЧ/СПИДа, представляет собой не только реальный механизм решения существующих социальных проблем, но и является фактором для дальнейшей интенсификации развития культуры добровольчества и благотворительности в стране в целом.

## Влияние проекта на молодежь устами ее представителей. Вдохновляющие личные истории

В 2013 г. в рамках онлайн-школы dance4life для волонтеров был проведен вебинар «История движения dance4life», ведущим которого была директор международного движения dance4life Эвелин Эндекерк. После вебинара российская команда dance4life объявила конкурс для «людей перемен» «Я – часть истории dance4life». Задача участников состояла в том, чтобы написать историю о себе, ответив на следующие вопросы:

- Что меня вдохновило присоединиться к проекту

dance4life ?

- Чему я научился благодаря проекту dance4life ?
- Что я сделал в проекте dance4life ?
- Каким достижением в dance4life я особенно горжусь?

Мы приведем несколько примеров, о чем написали ребята, так как эти истории дают исчерпывающий ответ на вопрос, какие изменения произошли с ребятами благодаря участию в проекте.

«Однажды я, от горшка два вершка и стеснительной натуры, должна была провести 5 сессий «Жизненных навыков». На мои плечи легла ответственность. Мне пришлось отвечать за то, как я действую на людей, какой пример подаю, какие ошибки совершаю. В таких обстоятельствах ты становишься взрослее и осмысленней, потому что ты в ответе.

Вопреки всем моим ожиданиям, произошло вот что: абсолютно каждый человек, с которым я занималась, подходил ко мне и благодарил. Даже не за информацию или профилактику, но за вдохновение и энергию. Я горжусь тем, что дала надежду этим ребятам. Мы все из Кемеровской области, и у нас, увы, тяжелая ситуация по ВИЧ и похожая ситуация с наркоманией, в том числе подростковой. У многих из ребят, соседи и близкие страдали от одной из этих проблем, иногда от двух сразу. Моя информация дала им надежду: если эту болезнь побеждают во всем мире, значит, можно победить ее и в соседнем доме. dance4life дарит необычайное чувство единства, и мне нравится это чувство. Одержат победу над проблемой мы можем только вместе, а значит, надо держаться сообща».

**Амосова Дарья, Кемерово**

«На самом деле, присоединяясь к проекту d4l, я не знал, чем он занимается. В тот момент сработал «стадный инстинкт»: где все, там и я, но сейчас dance4life для меня - это жизнь! Благодаря проекту я научился публично выступать, правильно управлять группой ВКонтакте, я перестал бояться ВИЧ-позитивных людей, а еще теперь я блестяще владею фотошопом! Мои достижения в проекте не столь велики: я всего лишь куратор небольшого волонтерского отряда, и наши планы и проекты все время упираются в материальную составляющую, но, несмотря на это, мы скидываемся и покупаем все, что нужно, чтобы донести до молодежи информацию о ВИЧ. За два года мы (в том числе и я) рассказали о ВИЧ 500-600 школьникам и 200-300 взрослым людям! Спасибо за внимание!».

**Максимов Егор, Нижний Новгород**

«Так получилось, что благодаря моей инициативе dance4life появился в Удмуртской республике. Я случайно наткнулся на сайт в Интернете и очень заинтересовался. В тот момент наша команда – республиканский волонтерский педагогический отряд «Свет» - переживала некий «деятельный кризис», нам нужно было что-то новое, что-то инновационное, чтобы вызвать интерес у волонтеров (все стандартные методы профилактики к тому моменту мы уже перепробовали). Меня привлекла в проекте его массовость - это здорово, когда огромное количество людей со всего света связаны между собой одной общей идеей, одной целью. Идея танца в профилактическом мероприятии также стала причиной выбора - такого раньше в нашей работе не было. Я рассказал моей команде о проекте, и мы единогласно решили, что хотим им заниматься.

Благодаря dance4life я научился масе вещей! В первую очередь – открыто, без стеснения говорить на деликатные темы, такие как половая жизнь и ИППП. Я узнал целый пласт полезной информации, которая стала актуальной, прежде всего, для меня самого. Я научился делать различные, с первого взгляда не совсем привлекательные темы, горячими и актуальными для обсуждения с молодежью. Разнообразные мероприятия, которые надо было продумывать и организовывать – это площадка, где развивались мои креативные и организаторские навыки. А ещё dance4life научил меня экономить время и спать по три часа в сутки! (в лагерных сменах, например). Я действительно горжусь всем, что было сотворено нами, ведь каждое событие – это масса потраченной созидательной энергии, сил и времени. Я горжусь тем, сколько молодых людей узнали о ВИЧ, сдали тест на ВИЧ и прошли обследование на туберкулез благодаря нашим акциям».

**Бессонов Дима, Ижевск**

«Ребята из команды dance4life пригласили меня помочь провести акцию к 14 февраля. Работая на мероприятии, я впервые осознала, что огромное количество влюбленных, которые в тот вечер шли мимо нас под руку, могли быть подвержены риску заражения. Я поняла, как важно этим счастливым людям знать, как защитить себя и уметь это делать, в противном случае это может привести к необратимым последствиям.

Как-то мы проводили тренинг «Жизненные навыки» для ребят, живущих в детском доме в Рязани. Этот опыт оставил горячий отпечаток в моей памяти, и я испытываю гордость за проведенный семинар. Порой необходимо приложить немало усилий для того, чтобы вдохновить людей на благородные поступки, ведь все чаще сталкиваешься с безразличием общества, нежеланием принимать обстоятельства извне. Многие живут со своими проблемами в своем маленьком мире, но это не выход. Мне безумно приятно осознавать, что благодаря нашей работе, люди не остаются равнодушными. Это маленькая победа позволяет делать мир чуточку лучше».

**Воронина Алена, Москва**

«dance4life что-то изменил во мне. Я стала смотреть на различные события в моей жизни, свои поступки и поступки других людей совершенно по-другому. Я поняла, что есть люди, у которых проблемы куда серьезнее моих, но они не огорчаются и продолжают жить, не унывая и не оглядываясь назад. Такие люди стали для меня большим примером, и они заслуживают уважения.

Иногда бывает сложно донести информацию об ответственном поведении до молодежи. Тема достаточно деликатная, и многие подростки относятся к ней с насмешкой и иронией. Но я вижу в этом только положительные стороны. Подобные ситуации помогают каждому из нас научиться общаться со сверстниками на эту тему, побороть какие-то собственные страхи и комплексы, и я считаю это огромным вкладом в проект. Чем больше мы сможем рассказать, тем больше шансов остановить распространение ВИЧ-инфекции. Достоверная информация - наше главное оружие. И нужно уметь преподнести ее так, чтобы она была и актуальной, и интересной для молодежи. Я учусь этому.

А самое главное – о нас знают. Мы часто участвуем в городских мероприятиях, и бывает приятно, когда звонит твоя бабушка или классный руководитель и говорит, что тебя только что показывали по телевизору. Маленькое, но приятное достижение».

**Калиничева Анастасия, Тверь**

«Когда я пришел в проект, я был самым младшим участником, и в тот момент мне было сложно выстраивать взаимоотношения с людьми. Первое, что мне дал проект - это навык общения и построения взаимоотношений. Он помог мне раскрыться и проявить все свои способности, качества. Я горжусь тем, что в Твери проект делается коллективом, который сформировался как семья, и у меня есть вторая настоящая семья из моих самых любимых, дорогих, по-настоящему добрых и честных друзей. Тот, кто я сейчас есть - это все мне дал проект, и я даже не знаю, каким бы подростком я вырос, если бы не он».

**Мохов Толя, Тверь**

Больше всего мне приятно видеть отклик в глазах тех ребят, с которыми работаем, слышать о том, какой важной для них оказалась информация, полученная от нас. Я горжусь, что научилась вдохновлять людей, горжусь, что после наших усилий у кого-то открываются глаза, и он начинает видеть глобальную проблему ВИЧ, осознавать, как защитить себя и близких, горжусь, что многие, увидев и осознав, присоединяются и так же активно участвуют, и все это действительно огромно-о-омный повод для гордости и радости».

**Акопян Ануш, Москва**

«Начало моему участию в проекте было положено осенью 2009 г. Я попал в лагерь на волонтерскую смену. Там было 5 представителей проекта, и они провели для нас тот незабываемый запуск. Честно сказать, я не до конца понимал, что происходит. Было понятно, что говорят о важных вещах, но почему танцуют – оставалось загадкой. Когда я вернулся в свой посёлок, я нашел группу dance4life Нижнего Новгорода vk, начал отслеживать происходящие события. И чем больше я просматривал новостей, фотографий, тем больше приходило понимание, важности и необычности проекта.

Следующий виток моей истории произошёл в апреле 2010 г.: я был сильно увлечен плетением из ниток фенечек, и, чтобы хоть как-то показать свою поддержку проекту, я сплел логотип dance4life, сфотографировал и выложил в один из альбомов в группе. Фотография вызвала всеобщий интерес и одобрительные комментарии. Вскоре со мной связалась координатор проекта в Нижегородской области Ирина Ежова, и мы начали переговоры о проведении обучения команды у нас в поселке. Это привело к тому, что к октябрю у нас в поселке была создана команда, и я стал ее координатором. Мы ездили по разным отдаленным пунктам в нашем районе, в различные сельские и деревенские школы, проводили запуски и акции. Мы даже делали свою собственную сувенирку. Попутно деятельности в своём посёлке я ездил на координационные встречи в Нижний Новгород, обучал команды.

К осени 2011 г. я переехал для учебы в Нижний Новгород, и начал заниматься проектом там. Я обучал команды и обучался сам. Мое мировоззрение менялось в процессе моей работы в проекте. dance4life стал для меня более глубоким, более открытым, более четким. Столкновение с ранее далекими от меня ситуациями (например, работа с коррекционной группой в детском доме) заставили переосмыслить сам подход к профилактике, работе с людьми, работе над собой. Запал не прошел, но направлен он, в первую очередь, не на прыжки и веселье, но на нахождение путей решения задач, для развития проекта, для помощи людям, что, на мой взгляд, и является конечной целью проекта.

Спустя 3 года, я пришел к тому, что та деятельность, которой занимаюсь я и мои друзья, является одновременно привилегией (не бояться смотреть проблеме в лицо и бороться с ней – прерогатива только для сильных духом) и обязанностью, которую мы все добровольно на себя возложили. Возможно, это прозвучит пафосно, но, как говорится: «Я – художник, я так вижу». Возможно, я стал менее импульсивным, но более рациональным, что, как мне кажется, такому серьезному проекту необходимо, ведь мы говорим хоть и с улыбкой, но о серьезных вещах».

**Мыров Стас, Нижний Новгород**

«Я особенно горжусь своим первым тренингом, проведенным в классе коррекционной школы. В действительности дети, которые учатся в таких классах, с виду не отличаются от обычных подростков. Обычно в таких классах собирают детей из неблагополучных семей или проблемами со здоровьем, которых не возьмут в другие школы. За ребятами из таких школ часто не следят родители, им прощают шалости педагоги, они рано начинают курить и пить, и считают это нормальным. Я так горда этим тренингом не потому, что он был очень удачным - для меня он был действительно первым и самым сложным: за партами сидели мои ровесники, которые совершенно не владели информацией о ВИЧ, которым было скучно оставаться после уроков, которых раздражала вся внеклассная работа, которых не отпустили домой раньше из-за того, что к ним пришли непонятные люди с лекциями. Хотелось рассказать им как можно больше, вдохновить, зажечь идеей, выйти из формата скучных уроков, найти подход к каждому. С многими ребятами из той школы я общаюсь до сих пор, и уверена в том, что они знают, как уберечь от ВИЧ-инфекции себя и своих близких».

**Барсуک Мария, Великий Новгород**

«Проект dance4life стал неотъемлемой частью моей жизни. Я вступила в проект ровно год назад, вдохновившись замечательным отношением проекта к людям. Я была в восторге от чувства равенства среди всех: администрации, директора, ребят разных возрастов. Это побудило меня работать в коллективе и получать от этого удовольствие, потому что раньше я не понимала, что такое коллектив. Я научилась по-настоящему жить, дружить, любить, я научилась уважать и понимать других.

Проект dance4life дал мне понять, что люди с ВИЧ-инфекцией такие же прекрасные и замечательные, как и все остальные. dance4life объяснил мне, что жалость и поддержка - это разные вещи. Ведь каждый, к кому проявляют жалость, становится слабее, а кого поддерживают и понимают, становится крепче. Спасибо проекту за эти важные вещи, которые действительно необходимы для каждого.

Я очень рада, что dance4life не предполагает каких-либо строгих ограничений в проведении мероприятий, поэтому этим летом у меня была потрясающая возможность провести запуск в Австралии. Я проходила курсы английского языка и была среди людей самых разных национальностей. Они были очень разные, и никто не знал про наш проект. Я решила посвятить ребят и рассказать им о серьезности угрозы ВИЧ-инфекции. Для меня была большая гордость провести запуск на чужом языке и без посторонней помощи. Мы даже делали перкусии, и ребята были просто в восторге!».

**Радуйко Аделина, Москва**

«Благодаря dance4life мне удалось понять, что на самом деле все люди одинаковые, все мы равны между собой. Я научился быть толерантным ко всем людям.

Мне удалось помочь своей команде развить мультимедийную составляющую запусков проекта (и продолжаем развивать!), чтобы они стали более яркими, стали «танцевальнее» и запоминающимися для ребят, участвующих в данном мероприятии, чтобы это отложилось у них в памяти. Всегда радуется, когда участники позитивно отзываються о прошедшем мероприятии. Проект «Танцуй ради жизни» дал мне возможность для творческого самовыражения и саморазвития. Мы с нашей командой создаем интересные видеоролики, социальную рекламу, и для меня это большое достижение – расти профессионально».

**Димов Лева, Ижевск**



## Приложения: алгоритмы и сценарии профилактических мероприятий

- 1) Сценарий «Запуска» (первый этап проекта «Вдохновлять»)
- 2) Сценарий тренинга «Жизненные навыки»
- 3) Сценарии акций
- 4) Сценарий урока по профилактике туберкулеза
- 5) Сценарий урока по профилактике ВИЧ
- 6) Варианты проведения информационных викторин:
  - ВИЧ;
  - туберкулез;
  - ИППП.
- 7) Организация финального мероприятия
- 8) Как организовать вебинар?
- 9) Результаты исследования «Что подростки думают о половом воспитании»
- 10) Результаты исследования «Что взрослые думают о половом воспитании»
- 11) Список ссылок на полезные видеоролики

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №1**

---

**План-сценарий проведения школьного запуска. «Тур, соединяющий сердца».**

**Запуск проводится в течение 40-50 минут и представляет собой интерактивный образовательный урок - презентацию проекта.**

№	Название этапа	Содержание	Задачи	Комментарий для ведущих и техника	Длительность
1.	<b>Создание живой атмосферы. Приветствие и разминка.</b>	Демонстрация видео («инфографика о проекте с трэком от DJ Erik Arbores» , видео с DJ Tiesto, видео с региональными командами) в то время, пока люди заходят в зал; Демонстрация видео видео «Перкуссия»; перкуссия	- Установить взаимоотношения с участниками; - Привлечь их внимание; -Актуализировать тему	Когда видео заканчивается, звук делаем плавно тише. Анонс, что ждет участников; Включаем видео с перкуссией. Приветственное слово. Разминка: Перкуссия «Тсс-тсс» Принцип: Я показываю, потом вместе (касается перкуссии) Обозначение актуальности темы. Приглашаем следующих ведущих на сцену <b>1-3 человека</b>	5-6 мин
2.	<b>Информация о проекте</b>	Показ видео о проекте; Вопросы	- дать более широкое представление о проекте и о его участниках	<b>2 человека</b> После вопросов к ролику ведущий делает подводку к видео «История борьбы»	7 мин
3.	<b>История эпидемии ВИЧ в России</b>	Показ видео «История эпидемии ВИЧ» Вопросы	- Информирование о истории связанной с эпидемией ВИЧ в России на сегодняшний день - вдохновить на то, что мы можем изменить ситуацию объединяясь	Можно сказать про актуальную статистику в регионе и в стране. Можно сначала предложить участникам предположить самим сколько человек в России ежедневно узнают, что у них ВИЧ <b>1 человек</b>	5 мин
4.	<b>Информация о ВИЧ</b>	Показ видео «Кубики» о ВИЧ-инфекции Вопросы	-Информирование по теме ВИЧ-инфекции	<b>1 человек</b> После видео ведущий задает вопросы. Ему помогает команда раздавать призы (важно установить правило поднятой руки и внимательно следить кто первый)	15 мин
5.	<b>Разучивание танца HIV</b>	Разучивание части HIV танца и текста	- Вовлечение участников в танец	Изучаем слова, объясняя их значение Объясняем, как делается перкуссия (шаги, хлопки)	5 мин

				<b>1-3 человека</b>	
6.	<b>Толерантность</b>	Показ видео «Светлана Изамбаева» Вопросы	- Формирование толерантного отношения к ВИЧ+	Показываем этот ролик. Можно спросить, какие чувства вызвало видео <b>1 человек</b>	7 мин
7.	<b>Призыв к действию</b>	Ведущие рассказывают о том. Как каждый из участников запуска может повлиять на то, чтобы остановить эпидемию	- побудить людей распространять информацию - побудить людей присоединиться к команде dance4life	Сообщаем о возможном участии в компонентах «Жизненные навыки» и «Действуй ради жизни», а также – имена и координаты, к кому нужно обратиться для записи <b>1 человек</b>	2 мин
8.	<b>Танец танцует вся команда</b>	Ведущий приглашает всех участников присоединиться к международному танцу-символу.	- Развитие заинтересованности аудитории в проекте	Ведущий, перед тем как пригласить всю команду на сцену, говорит пару слов о том, почему именно танец является символом проекта, и для чего мы его танцуем. Затем приглашает команду на сцену <b>Вся команда</b>	5 мин
9.	<b>Завершение</b>	Заключительная возможность призвать молодежь проявлять ответственное отношение к своей жизни и возможность поблагодарить всех, кто сделал все, чтобы сделать сегодняшнюю встречу плодотворной. Дать контактную информацию	- Установка неформальных взаимоотношений с аудиторией. - Дать возможность связаться с вами и получить дополнительную информацию	Оворим контактную информацию и напоминаем о возможности записаться в команду и оставить свои контакты. Remix (фондовая музыка) Если у зрителей возникнут вопросы, задерживаемся и отвечаем на вопросы, общаемся неформально и доброжелательно <input type="checkbox"/>	2 мин

**Длительность интерактивного урока:** от 40 мин. до 50 мин.

**Место:** Актовый зал или любое просторное помещение, оснащенное звуковыми колонками, проектором, экраном и ноутбуком.

## Развернутый сценарий

1.

Задорное видео <http://www.youtube.com/watch?v=wz8jOZtIsIM> или <https://www.youtube.com/watch?v=sAmS3GuyRSc> или любое другое, которое сейчас популярно и поднимает энергию.

Всем привет! Я рад(а) приветствовать вас в вашем учебном заведении на презентации проекта dance4life!

В течение следующих 45 минут у вас будет уникальная возможность:

- узнать, что такое перкуссия
- почему всемирно известный DJ FEEL считает, что dance4life - это круто
- и как вы можете изменить мир к лучшему

Видео «Перкуссия» <http://www.youtube.com/watch?v=N86BrOLEhEY>

Когда ролик «Перкуссия» заканчивается, ведущий выходит на середину сцены.

**Ведущий:** Мы только что увидели с вами перкуссию. Перкуссия это выстукивание ритма с помощью различных частей тела. И сейчас посмотрим, на что вы способны. Мы вместе выучим одну крутую перкуссию. Я показываю, а потом вы повторяете.

Учимся делать перкуссию «ТссТсс»

О, это было очень круто.

2.

**Ведущий:** Посмотрите, в наших простых синхронных действиях рождается энергия.

И dance4life верит в то, что молодые люди способны генерировать энергию, которая может нести позитивные изменения в окружающий мир. Не секрет, что существует определенное количество угроз здоровью молодежи, ведь именно в молодом возрасте люди ищут свое место в жизни, нарушают запреты, ищут партнера. Ежедневно сталкиваясь с незнакомыми, новыми ситуациями, молодые люди более уязвимы. Осознавая все эти трудности, dance4life стремится помочь, объединяя молодежь, преодолеть все эти трудности безопасно. Подробнее, что такое dance4life, вам расскажет следующий ролик.

Ролик о проекте <http://www.youtube.com/watch?v=59-lipWnM2c>

**Вопросы к видео:**

1. Чем занимается проект dance4life?

Да, проект занимается сохранением репродуктивного здоровья молодежи. Вовлечением молодых людей в борьбу с эпидемией ВИЧ.

**Какие основные этапы проекта и в чем их суть?**

Он достигает эту цель через четыре последовательных этапа:

Вдохновляет молодежь на получение информации  
Обучает основным навыком сохранения здоровья  
Вовлекает в активные действия  
И празднует вместе с участниками проекта свои достижения

**Каких известных людей увидели?** Jukebox Trio, Владимир Познер, Вера Брежнева, DJ FEEL

**Как вы думаете, почему они поддерживают проект?** Они разделяют ценности, нравится сам проект, хотят изменить мир к лучшему. Они помогают нам быть услышанными, привлечь большее внимание молодежи.

На мировом уровне нас также поддерживают: DJ Tiesto, DJ Fedde Le Grand, DJ Erik Arbores, супермодель Доутсен Круз, DJ Paul Van Dyke и многие другие.

### 3.

**Ведущий:** И такая поддержка звезд встречается и в мировой истории борьбы с ВИЧ. Вся история эпидемии ВИЧ- пример невероятной сплоченности людей из абсолютно разных сфер: ученые, активисты, звезды, бизнес. Именно такое объединение дало возможность впервые за всю историю человечества пройти сложный путь от первых случаев заражения до нахождения лекарств всего за 17 лет.

Об этом пути мы предлагаем посмотреть вам следующее видео.

**Ролик «История эпидемии»** <http://www.youtube.com/watch?v=7ja1-cMJMF0>

**Ведущий:** у меня есть для вас 2 новости: хорошая — в мире с каждым годом снижается число новых случаев заражения; плохая — в России число новых случаев растет.

Как вы думаете, сколько сейчас новых случаев в день? В 2014 – около 213

### 4.

Поэтому чтобы остановить эпидемию нам важно знать, как защитить себя. Чтобы лучше понимать, что такое ВИЧ-инфекция давайте посмотрим следующее видео.

Будьте внимательны, после будут каверзные вопросы в викторине.

**Ролик «Кубики» (короткие)** <http://www.youtube.com/watch?v=hnx-v4fQI9A>

**Вопросы для викторины**

**(все задавать не обязательно):**

Что такое ВИЧ?

Как передается ВИЧ?

В каком году вирус ВИЧ был впервые обнаружен в России?

Что такое период окна, и сколько он может длиться?

Опасно ли учиться вместе с человеком с ВИЧ-инфекцией?

Можно ли по внешнему виду человека определить есть ли у него ВИЧ?

Где в организме живет ВИЧ?

Какую систему организма поражает вирус иммунодефицита человека?

Как еще называется парентеральный путь передачи ВИЧ-инфекции? (через кровь)

Может ли ВИЧ-положительная женщина родить здорового ребенка?

Можно ли заразиться ВИЧ имея одного постоянного партнера?

Перечислите способы защиты от передачи ВИЧ половым путем? Воздержание, презерватив, или сдать тест на ВИЧ обоим партнерам по два раза, чтобы удостовериться. Что у обоих нет ВИЧ и тест не попал на период окна)

## 5.

### Танцевальный блок HIV

**Ведущий:** Вы уже продвинутые, много знаете, но важно, чтобы еще больше людей узнали информацию о том, как защитить себя. И наш проект стремиться донести эту информацию для максимального числа людей. Поэтому мы привлекаем звезд, поэтому мы используем еще одну важную штуку — молодежную культуру. И неотъемлемым компонентом молодежной культуры является танец. У нашего проекта есть танец-символ. Его знают тысячи людей по всему миру. Танец не зависит ни от языка, ни от культуры, ни от пристрастий в музыке.

И сейчас мы с вами разучим маленький, но самый сложный кусочек.

Но прежде, чем мы это сделаем — мы выучим небольшой рэп-куплет:

Включить слайд с текстом.

Прочитать текст и перевести. Отрепетировать быстро его произносить.

Потом переходим к движениям.

**Ведущий:** Отлично, давайте похлопаем себе! Это было круто!

Посадили людей.

## 6.

### Блок о толерантности

Мы направляем свою энергию, чтобы предотвратить новые случаи заражения. Но уже сейчас есть люди, которые лично столкнулись с этой инфекцией. И важно видеть, что это реальные люди, живущие рядом с нами. И часто они сталкиваются с кучей трудностей из-за того, что многие из нашего общества толком не знают ничего о ВИЧ и разделяют негативные стереотипы и верят в мифы о ВИЧ.

Я хочу показать видео с реальными героями, у каждой из них своя история и они открыто делятся ими. Они настоящие герои, ведь это сложный шаг решиться и открыто говорить о своем ВИЧ-положительном статусе.:

Ставим ролик о толерантности [http://www.youtube.com/watch?v=eHxC\\_ghxMtg&list=PLtNMoX28FfOijYFNN4PBrDgfMqIk5P9uH&index=2](http://www.youtube.com/watch?v=eHxC_ghxMtg&list=PLtNMoX28FfOijYFNN4PBrDgfMqIk5P9uH&index=2) или <https://youtu.be/AtjIgZVKFdM>

### Вопросы:

Какие чувства вызывает это видео?

NB: Если люди не отвечают на вопрос или говорят немного, хранитель пространства из зала рассказывает о своих чувствах, или ведущие рассказывают свою историю.

Готовы ли вы на то, чтобы ваш сосед по лестничной клетке/преподаватель был ВИЧ+?

А какова бы была ваша реакция, если бы узнали, что ваш друг ВИЧ+?

А если бы у вас были романтические отношения, и вы бы узнали, что у человека ВИЧ? Смогли бы вы продолжить эти отношения?

Какие чувства это у вас вызывает?

## 7.

### Призыв к действию.

Как можно остановить эпидемию?

Только, когда новые случаи прекратятся. И с этой точки зрения, каждый из вас может внести свой вклад.

Ведь мы то знаем про пути передачи, про ситуацию с ВИЧ в стране, это позволяет нам избавиться от стереотипов и помочь ВИЧ-положительным людям жить обычной жизнью. И именно знания помогают нам сделать свой вклад в то, чтобы остановить эпидемию.

- Если вы воспримите эту информацию серьезно и будете ее использовать - это вклад
- Если вы поделитесь этой информацией с друзьями и близкими - это вклад
- Вы можете сдать тест на ВИЧ
- Можете позвать друзей сдать тест
- Зайти на он-лайн платформу 2live.ru и получить еще больше знаний + крутой именной сертификат
- Вы можете подписаться в наши группы в соц.сетях и регулярно делать репосты, делаясь информацией со своими друзьями
- И очень серьезный вклад, который вы можете сделать- стать волонтером нашего проекта, стать частью нашей команды и постоянно

вместе с нами менять этот мир к лучшему.

! Расскажите о том, где можно оставить свои контакты и записаться в волонтеры.

**8.**

### **Танец-символ**

В знак благодарности за ваше участие и внимание сегодня мы хотим показать вам танец-символ целиком. Вы можете присоединиться, тем более что самый сложный момент вы уже знаете.

Я приглашаю всю команду на сцену.

**Финальный трек есть Вконтакте: dance4life – drill track**

**9.**

### **Завершение**

**Ведущий:** Спасибо еще раз всем, заходите в нашу группу ВКонтакте.

Если у вас остались вопросы, вы можете задать их нашей команде.

Оставьте нам свои контакты (почту, телефон, страницу ВК)

Пока!

Затем включается фоновое видео или музыка, участники задают вопросы, расходятся...

Видео с финальных мероприятий:

<http://www.youtube.com/watch?v=yttUOI2VmQM>

<http://www.youtube.com/watch?v=oEN-NT0jX10>

[http://www.youtube.com/watch?v=DbRsOln\\_2vE](http://www.youtube.com/watch?v=DbRsOln_2vE)

Перкуссии

<http://www.youtube.com/watch?v=jKVHBhyrvjM&list=PLtNMox28FfOijYFNN4PBrDgfmQlk5P9uH&index=1>

Наш канал на youtube где можно найти интересного

<http://www.youtube.com/user/dance4lifeRu>

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №2**

---

## «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»

Тренинговый модуль по формированию жизненных навыков проекта dance4life РОССИЯ



Фонд социального развития и охраны здоровья «ФОКУС-МЕДИА»,

## **Раздел 1. Идеология тренинга.**

### **Это тренинг жизненных навыков**

Понятие «жизненные навыки» определяется Всемирной организацией здравоохранения как *«способности адаптивного и положительного поведения, которые позволяют личности адекватно взаимодействовать с повседневной жизнью»*. Формирование жизненных навыков это подход в профилактике, который базируется на модели изменении поведения и использует методы поведенческой психологии.

А это значит, что наш тренинг направлен на достижение следующих традиционных для профилактических семинаров **задач**:

- информирование;
- развитие личностных навыков;
- обучение социальным навыкам.

### **Темы нашего тренинга:**

- как человек учится
- юноши и девушки
- о близости
- строение репродуктивной системы
- желанная беременность
- контрацепция
- инфекции, передающиеся половым путем
- ВИЧ-инфекция
- профилактика употребления психо-активных веществ

По окончании тренинга наши участники могут получить знания по этим темам и сформировать жизненные навыки, которые помогут им в дальнейшей жизни.

### **Что получают участники от нашего тренинга?**

Пожалуйста, прочитайте внимательно!

Результаты - за время прохождения тренинга участники:

- познакомятся с тренерами и друг с другом;
- озвучат собственные ожидания от тренинга;
- узнают цели тренинга и соотнесут их с собственными ожиданиями;
- познакомятся с программой тренинга;
- примут правила работы на тренинге;
- получат информацию о существующих стереотипах в отношении своего и противоположного пола;
- обсудят, почему важен диалог между противоположными полами для понимания друг друга;
- обсудят возможные последствия начала половой жизни в подростковом возрасте;
- осознают ответственность, которая возникает при начале половых отношений;
- повысят уровень информированности о строении и функционировании репродуктивных систем мужчин и женщин;
- убедятся, каким сложным и совершенным механизмом является репродуктивная система человека;

- обсуждают оптимальные условия, при которых должно происходить рождение и воспитание ребенка;
- придут к выводу о важности осознанного выбора контрацепции;
- получат знания о видах контрацепции;
- узнают преимущества и недостатки методов контрацепции, наиболее подходящих молодежи;
- получат общие знания об инфекциях, передающихся половым путем (ИППП) и признаках их проявления;
- осознают опасность самолечения в случае заражения ИППП;
- получат общие знания ВИЧ-инфекции;
- осознают важность проходить тест на ВИЧ в случае рискованных ситуаций;
- осознают важность выбора защиты от заражения;
- получают информацию о механизмах формирования зависимости и влиянии зависимости на жизнь человека и отношения в паре;
- актуализируют негативные последствия экспериментов с наркотиками;
- выработают варианты собственного вклада в сохранение здоровья молодежи.

Откуда взялись эти результаты, вы увидите, когда посмотрите сводную таблицу методологии нашего тренинга.

### **Коммуникативные послания на тренинге.**

Если мы хотим поменять поведение наших участников на более безопасное или по-другому, менее рискованное, то мы должны запастись определенными инструментами.

**Коммуникативные инструменты** (тренинг, информационные материалы, ролики) воздействуют на поведение целевой группы, пропагандируя определенные модели или нормы поведения. Выбрав норму поведения, необходимо сформулировать ее таким образом, чтобы она превратилась в призыв к действию. Такой призыв к действию, обращенный к целевой группе, называется **посланием**.

### **Основное послание тренинга:**

Для того чтобы сохранить свое здоровье и быть счастливым в любви, важно обладать достоверной информацией, брать ответственность за свое поведение и принимать решения, осознавая их последствия.

Мы сформулировали послания (основные выводы, к которым нужно привести группу), для каждого упражнения семинара.

Задача тренера использовать их: во-первых, разделяя их, и во-вторых, не забывая озвучивать в контексте проведения упражнений тренинга.

Вы можете ознакомиться со сформулированными целями, результатами и посланиями для каждого блока тренинга.

Зачем это нужно? Мы понимаем, что все тренеры разные, и даже упражнения проводят по-разному. Поэтому мы стараемся сделать так, чтобы ключевые мысли - послания были заранее проговорены и написаны, что позволит приблизить все проводимые тренинги по данной программе к единому стандарту.

### **Этические вопросы**

Существуют региональные, национальные или религиозные традиции, которые важно иметь в виду при проведении программы «Жизненные навыки». Так, существует отрицательное отношение к сексу до брака, неприятие использования средств контрацепции и разные другие строгие правила у различных религиозных конфессий или

сообществ, поэтому ведущему важно во время проведения программы постараться не оскорбить чувств участников.

При обсуждении старайтесь быть терпимыми к звучащим мнениям, даже если они противоречат вашим убеждениям, т.к. они могут базироваться на традиционных представлениях семьи, сообщества, нации.

Вместе с этим, важно понимать, что в интересах сохранения здоровья и под влиянием научных открытий традиции способны меняться, хотя это медленный и сложный процесс, поэтому задача ведущего – расширить представления участников о проблеме, показать, что существуют разные точки зрения и подходы к решению однотипных проблем.

## Раздел 2. МЕТОДОЛОГИЯ

**Целевая аудитория: девушки и юноши в возрасте от 15 до 19 лет**

### Общая цель тренинга:

Способствовать сохранению здоровья и формированию навыков, поддерживающих благополучие

### Конкретная цель:

предоставить подросткам достоверную информацию о навыках сохранения репродуктивного здоровья, путях защиты от заражения инфекционными заболеваниями и профилактики употребления психо-активных веществ

**Длительность тренинга: 7 часов (с 10:00 до 19:00)**

### Программа семинара:

Время	Продолжительность	
10.00 - 10.45	45	Блок 1: "Введение" Знакомство. Ожидания. Цели и задачи семинара. Правила работы. Оценка знаний. Анкетирование "до"
10.45 – 11.05	20	Блок 2: "Как человек учится"
11.05 – 11.45	40	Блок 3: "Юноши и девушки"
11.45 -12.00	15	Перерыв
12.00 - 12.10	10	Разминка
12.10 – 12.50	40	Блок 4: "О близости"
12.50 – 13.30	40	Блок 5: "Строение репродуктивной системы"
13.30 – 14.00	30	Блок 6: "Желанная беременность"
14.00 – 15.00	60	Обед
15.00 – 15.10	10	Разминка
15.10 – 15.50	40	Блок 7: «Методы контрацепции»
15.50 – 16.30	40	Блок 8: «Инфекции, передающиеся половым путем»
16.30 – 16.45	15	Перерыв
16.45 – 16.55	10	Разминка
16.55 – 17.35	40	Блок 9: «ВИЧ-инфекция»
17.35 – 18.05	40	Блок 10: «Психо-активные вещества»
18.05 – 18.35	30	Блок 11: «Что я могу сделать, чтобы изменить

		ситуацию к лучшему?»
18.35 – 19.00	25	Завершение. Обратная связь. Анкетирование «после».

### Сводная таблица методологии тренинга

Программа семинара, цели блоков/сессий, результаты и послания.

	Мин.	Номер блока		Цель/задача	Результаты По окончании тренинга участники:	Послания от тренера
10.00 - 10.45	45	1	Введение Знакомство. Ожидания. Цели и задачи семинара. Правила работы. Оценка знаний. Анкетирование «до»	Создать доверительную и рабочую атмосферу	познакомятся с тренерами и друг с другом; озвучат собственные ожидания от тренинга; узнают цели тренинга и соотнесут их с собственными ожиданиями; познакомятся с программой тренинга; примут правила работы на тренинге;	Сегодня мы работаем как группа Мы работаем по единым правилам, которые будут обеспечивать безопасность и комфорт для каждого из нас. Мы согласовали единые задачи, которые будем решать на семинаре. Тренеры будут стараться, чтобы большинство ожиданий связанных с темой семинара, были выполнены
10.45 - 11.05	20	2	Как человек учится	Помочь участникам выработать понимание психологических механизмов получения нового полезного опыта, определение своих потенциальных зон развития	Узнают психологические механизмы развития и получения нового опыта; поймут, как окружение может влиять на наше развитие и получение нового опыта	Человек развивается тогда, когда он готов открыто делиться информацией, задавать вопросы, говорить о своих чувствах, готов воспринимать обратную связь от других людей, не боится пробовать себя в новых ситуациях, в новом качестве
11.05 - 11.45	40	3	Юноши и девушки	Помочь участникам осознать влияние стереотипов во взаимоотношениях между полами и необходимость открытого диалога для формирования объективной картины	Получат информацию о существующих стереотипах в отношении своего и противоположного пола; обсудят, почему важен диалог между противоположными полами для понимания друг друга	Нередко наши представления о противоположном поле полны осуждения и стереотипов, которые могут мешать нам понимать друг друга и общаться Для того чтоб сложить объективную картину, важно быть открытым к обратной связи и диалогу
11.45	15		Перерыв			

12.00						
12.00	10		Разминка			
12.10						
12.10	40	4	О близости	Обсудить с участниками разные мнения по отношению к теме начала половой жизни	обсудят возможные последствия начала половой жизни в подростковом возрасте; осознают ответственность, которая возникает при начале половых отношений	Осознанное воздержание - это надежный способ защиты репродуктивного здоровья для подростков, этот выбор, достойный уважения. Стратегия "один партнер на всю жизнь" - это модель идеальных отношений, которая, как любой идеал, требует большого труда, а также невозможна без равноценного вклада двух партнеров. Начиная половую жизнь, человек должен осознавать ответственность за принятое решение, должен осознавать последствия своего решения и выбрать свой способ защиты от негативных последствий, основанный на достоверных знаниях
12.50						
12.50	40	5	Строение репродуктивной системы	Предоставить участникам информацию о строении репродуктивных систем женщины и мужчины, а также о механизме наступления беременности. Мотивировать участников к сохранению своей репродуктивной системы	повысят уровень информированности о строении и функционировании репродуктивных систем мужчин и женщин; убедятся, каким сложным и совершенным механизмом является репродуктивная система человека	Сложно заботиться о том, что не замечаешь, поэтому знания о том, как устроена наша репродуктивная система, помогают нам лучше понимать свой организм и заботиться о нем. Репродуктивная функция организма также естественна и важна, как любые другие функции организма, в ней нет ничего стыдного, смешного или
13.30						

						некрасивого
13.30 – 14.00	30	6	Желанная беременность	мотивировать участников осознанно подходить к вопросу планирования беременности	обсудят оптимальные условия, при которых должно происходить рождение и воспитание ребенка; придут к выводу о важности осознанного выбора контрацепции	репродуктивная функция человека не зависит от желания человека: если складываются благополучные условия и яйцеклетка встречается со сперматозоидом, то наступает беременность, даже если партнеры ее не планировали; рождение и воспитание ребенка – это серьезная ответственность, и несовершеннолетним родителям крайне сложно обеспечить оптимальные условия для воспитания ребенка самостоятельно; планировать беременность – это неотъемлемая часть культуры здоровья современного человека
14.00 – 15.00			Обед			
15.00 – 15.10	10		Разминка			
15.10 – 15.50	40	7	Методы контрацепции	предоставить участникам информацию о методах контрацепции и более подробно обсудить те методы, которые наиболее приемлемы для молодежи	получат знания о видах контрацепции; узнают преимущества и недостатки методов, наиболее подходящих молодежи	Любой человек, который начал половую жизнь и не готов к рождению детей, должен осознанно подойти к выбору контрацепции. Для подростков и молодежи оптимальными способами контрацепции являются воздержание и презерватив. Отказаться от контрацепции может

						только тот человек, который состоит в стабильных долгих отношениях/ браке, готов к рождению/ обеспечению ребенка и оба партнера прошли тестирование на ИППП/ВИЧ и необходимое лечение. Аборт не является средством контрацепции!
15.50 — 16.30	40		Инфекции, передающиеся половым путем	Повысить уровень информированности участников по теме «инфекции, передающиеся половым путем»	получат общие знания по ИППП и признаках их проявления; осознают опасность самолечения в случае заражения	Важно запомнить, что все ИППП передаются половым путем, не излечиваются самостоятельно и могут протекать бессимптомно. Изменение сознания при употреблении ПАВ существенно повышает риск вступления в незащищенный контакт и заражения ИППП. Презерватив и воздержание – оптимальные варианты защиты для молодежи.
16.30 — 16.45	15		Перерыв			
16.45 — 16.55			Разминка			
16.55 — 17.35	9		ВИЧ-инфекция	Мотивировать участников практиковать безопасное поведение в контексте эпидемии ВИЧ-инфекции	получат общие знания ВИЧ-инфекции, осознают важность проходить тест на ВИЧ в случае рискованных ситуаций, осознают важность выбора защиты от заражения	ВИЧ-инфекция – это неизлечимое заболевание, которое долгое время никак не проявляется и человек может даже не подозревать о том, что у него ВИЧ. Любой человек, у которого был хотя бы один незащищенный половой контакт, может быть

						<p>потенциально заражен ВИЧ, причем у девушек риск заразиться еще выше, чем у юношей</p> <p>Свой точный ВИЧ-статус и статус партнера можно узнать, только сдав тест</p> <p>Надежной защитой от заражения ВИЧ являются воздержание и презерватив</p> <p>Отказ от презерватива возможен только тогда, когда оба партнера получили отрицательный результат теста на ВИЧ, а также предусмотрели другие способы защиты от ИППП и незапланированной беременности</p>
17.35 – 18.05	30	10	Психо-активные вещества	Мотивировать участников на осознанный отказ от проб ПАВ	получат информацию о механизмах формирования зависимости и влиянии зависимости на жизнь человека, отношения в паре; актуализируют негативные последствия экспериментов с ПАВ	Наркотики, алкоголь и другие ПАВ уводят от человеческих отношений. Любая зависимость негативно сказывается на самом человеке, его близких, любимых семье. Существует единственный надежный способ не попасть в зависимость от психо-активных веществ – это никогда не пробовать их
18.05 – 18.35		11	Что я могу сделать, чтобы изменить ситуацию к лучшему?	Способствовать формированию активной жизненной позиции. Мотивировать на участие в компоненте программы	выработают варианты собственного вклада в сохранение здоровья молодежи	Обладая знаниями о том, каковы современные угрозы здоровью молодежи, мы в силах изменить ситуацию к лучшему – мы можем защитить не только

				«действуй ради жизни»		себя, но и своих друзей, родных и близких. Мы приглашаем вас принять участие в следующем этапе проекта dance4life – «действуя ради жизни», разработав и реализовав какое-либо действие, которое поможет защитить здоровье окружающих нас людей, и этим изменить мир к лучшему
18.35 – 19.00	25	12	Завершение. Обратная связь. Анкетирование «после».	Подведение итогов семинара. Получение обратной связи.	Эмоциональное закрепление пройденного материала; мотивирование на продолжение работы и оценка тренинга	Семинар только начало работы, которую мы можем делать вместе.

## **Раздел 3. ОРГАНИЗАЦИЯ ТРЕНИНГА**

### **Кто проводит?**

#### **Требования к тренеру:**

- опыт проведения тренингов по ВИЧ-инфекции, наркозависимости, ИППП
- опыт работы в программе dance4life
- отличное знание базовой информации по теме семинара (строение репродуктивной системы, контрацепция, ВИЧ, ИППП, профилактика употребления психо-активных веществ)

Лучше всего если тренинг будет проводить команда из 2-х человек, разного пола. Более 2-х человек не рекомендуется, так как тренинг длится один день.

Планируя тренинг, определитесь, кто будет главным тренером в вашей паре.

#### **Для кого?**

Количество человек в группе: рекомендуется от 14 до 26 участников, оптимально 20 человек.

Возраст участников: девушки и юноши в возрасте от 13 до 19 лет.

Если в группе будет примерно равное количество парней и девушек, это повысит эффективность работы.

Перед началом тренинга уточните, не будет ли совместное участие в группе девушек и юношей являться неприемлемым для участников по религиозным мотивам (для некоторых религиозных общин возможно проведение данного тренинга отдельно для групп юношей и девушек).

#### **Логистика тренинга**

Тренеру обязательно необходимо убедиться перед началом тренинга, что все аспекты материально-технического обеспечения учтены, и что оборудование, которое вам понадобится для его проведения, доступно и находится в рабочем состоянии.

Лучше всего составить список необходимого оборудования перед началом каждого тренинга. Для его организации необходимо продумать многие логистические аспекты, например, такие как:

- поиск помещения для проведения тренинговых сессий;
- питание (как основное, так и во время кофе-брейков);
- безопасность личных вещей;
- возможность оказания медицинской помощи в случае необходимости и т.п.

Помещение должно соответствовать следующим требованиям:

1. Должно потенциально вмещать не менее 30 человек
2. Удобные стулья по количеству участников, поставленные в круг.
3. Возможность подключения техники
4. Возможность использования стен для того, чтобы прикрепить листы флип-чарта.

Рекомендуемое материально-техническое обеспечение для данного тренинга:

- компьютер
- экран
- мультимедийный проектор
- акустическая система (**важно!** иначе не будет слышно звука видеофильмов)
- видеокамера, фотоаппарат
- переносные электрические кабели
- стулья, рассчитанные по количеству участников и столы, если необходимы
- листы ватмана (большие чистые листы бумаги, блокноты для флип-чарта)
- набор бумаги А4
- флип-чарт (стенд, доска для фиксации плакатных листов и записей на них)
- наборы маркеров (4, по количеству планируемых малых групп)
- бумажный (малярный) скотч
- ножницы
- кнопки, скрепки
- степлер

## Программа

Краткая программа тренинга (в идеале) предоставляется участникам вместе с приглашением на тренинг.

В программе укажите время и место проведения тренинга, равно как и другие детали, которые могут оказаться важными для вашего конкретного тренинга.

Сертификат – свидетельство об успешном прохождении тренинга. Он выполняет важную функцию: мотивирует участника на дальнейшую работу в данном направлении.

Сертификаты – не просто хороший тон со стороны организаторов тренинга. Сертификат привносит серьёзность, придаёт вес, как статусу самого тренинга, так и статусу участника. К тому же – это память о совместной работе и опыте общения.

## Видео материалы

Видеоматериалы, которые потребуются вам для проведения семинара:

- Мультипликационный фильм «Когда девочка вырастет», серии 1 и 3
- Мультфильм «Get out»
- Презентация «Люби, живи и будь ответственным»
- Фильм «Контрацепция»
- Фильм «ВИЧ»
- Фильм «Я+» (по желанию)

## Раздаточные материалы для участников

По решению команды dance4life, перед тренингом могут быть подготовлены комплекты раздаточных материалов для каждого участника тренинга:

- папки с файлами, для подшивки и сортировки раздаточных материалов тренинга;
- ручки, карандаши;
- блокнот;
- программа тренинга с расписанием тренинговых занятий;
- бейдж участника;
- информация об участниках тренинга с контактной информацией.

## Раздел 4. ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ БЛОКОВ ТРЕНИНГА

### Блок 1 «Введение»

Продолжительность: 45 минут

#### Цель сессии:

Создать доверительную и рабочую атмосферу

#### Результаты:

К концу сессии участники:

- познакомятся с тренерами и друг с другом;
- озвучат собственные ожидания от тренинга;
- узнают цели тренинга и соотнесут их с собственными ожиданиями;
- познакомятся с программой тренинга;
- примут правила работы на тренинге;

**Методы проведения сессии:** групповая дискуссия, упражнение на знакомство

**Необходимые материалы и оборудование:** бейджи, флип-чарт, компьютер, мультимедийный проектор, экран, листы для флип-чарта, маркеры

#### Содержание и подход к ведению сессии:

Тренеры приветствуют всех участников тренинга, представляются, указывают, кто является организатором тренинга (какая организация). Приветствуют всех участников.

#### Знакомство

ОЧЕНЬ ВАЖНЫЙ БЛОК семинара. Дает настрой на последующую работу и позволяет участникам почувствовать себя комфортнее.

Вариант знакомства: ведущий предлагает участникам написать на бейдже свое имя. Параллельно с заполнением бейджа он попросит участников придумать прилагательное, которое начинается с той же буквы, что и имя. Участникам очень важно назвать тот эпитет, который подчеркивает их индивидуальность.

После того, как все КРУПНО надписали бейджи и прикололи их, первый участник называет свое имя и придуманное прилагательное. Пример: «Максим мудрый», «Ольга оригинальная», «Наталья находчивая» и т.д.

Важно, чтобы тренер помогал участникам находить альтернативу, позволяющую уменьшить количество повторов. Не стоит бороться с позитивными подсказками участников друг другу.

#### Ожидания

Ведущий просит каждого участника подумать над тем, с какими ожиданиями от работы он пришел сегодня на встречу. Ведущий выдает каждому участнику несколько стикеров с просьбой написать на каждом стикере одно ожидание. После того, как участники выполняют это задание, ведущий предлагает им приклеить стикеры на флип-чарт.

После этого ведущий, совместно с участниками, комментирует ожидания; если ожидания выходят за рамки планируемой работы, то это обсуждается с группой. Плакат с ожиданиями фиксируется скотчем на стене и сохраняется до конца тренинга, с тем, чтобы в конце его участники могли увидеть, насколько их ожидания оправдались.

3. Далее ведущий тренер дает вводную информацию о программе тренинга, поясняя, что будет происходить в течение дня. Ведущий обязательно сообщает, во сколько тренинг начнется и закончится, а также - что запланировано два перерыва по 15 минут и один большой перерыв на 1 час.

5. Ведущий предлагает участникам выработать и принять правила группы, объясняя, зачем они нужны.

Правила работы группы (варианты).

- право говорящего \ правило поднятой руки \ взаимоуважения

Один начал говорить, все слушают его, не перебивая. Хочешь высказаться – подними руку.

- право ведущего (это правило может инициировать сам ведущий)

Ведущий ведет группу к поставленной цели и поэтому может инициировать и прекращать дискуссии. Следит за регламентом.

- правило конфиденциальности

Личную информацию, услышанную на группе, никто не имеет права разглашать, выносить за круг.

- правило «безоценочных высказываний»

Каждый высказывает свое мнение, может говорить о своих чувствах, не осуждая и не оценивая мнение другого.

- правило пунктуальности

Приходи вовремя, не опаздывай.

Ведущий объясняет смысл каждого правила, предлагает группе откорректировать, добавить недостающие или убрать неподходящие правила (в соответствии с решением группы в список заносятся новые правила, или вычеркиваются старые). Принятые правила записываются на плакатном листе, который фиксируется скотчем на видном месте и остается там в течение всего тренинга.

**Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- Сегодня мы работаем как группа
- Мы работаем по единым правилам, которые будут обеспечивать безопасность и комфорт для каждого из нас
- Мы согласовали единые задачи, которые будем решать на семинаре
- Тренеры будут стараться, чтобы большинство ожиданий связанных с темой семинара, были выполнены

## **Блок 2 «Как человек учится»**

Продолжительность: 20 минут

### **Цель сессии:**

Помочь участникам выработать понимание психологических механизмов получения нового полезного опыта, определение своих потенциальных зон развития.

### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- узнают психологические механизмы развития и получения нового опыта
- поймут, как окружение может влиять на наше развитие и получение нового опыта

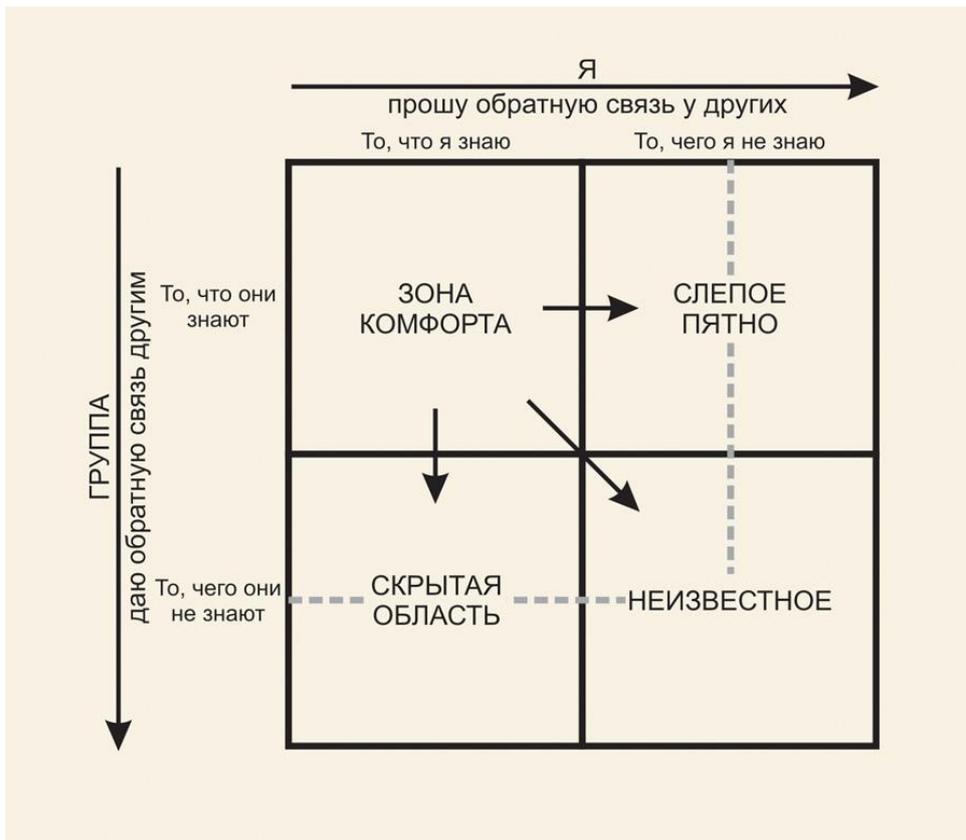
**Методы проведения сессии:** лекция, групповая дискуссия

**Необходимые материалы и оборудование:** флип-чарт или доска, маркеры

### **Содержание и подход к ведению сессии:**

Ведущий обращается к группе: «Сегодня нам предстоит обсуждать много достаточно тонких тем, узнавать новые факты, открывать в себе новые черты, и для того, чтобы помочь вам быть максимально-эффективными в этом процессе, мы предлагаем вам обсудить схему, которая описывает, как мы развиваемся и получаем новый опыт.

Мы видим квадрат, который состоит из четырех частей.



Обсудим каждую часть квадрата в отдельности.

Левый верхний квадрат – «**Зона комфорта**» - это то, что знаем и мы, и другие. Например, я знаю, что меня раздражает, когда мне несколько раз повторяют одно и то же, и люди вокруг меня это знают и стараются это не делать. Соответственно, я и все вокруг счастливы и довольны.

Нижний левый квадрат «**Скрытая область**» - это то, что мы знаем, а другие нет, как, например, тайную влюбленность или страх, а также то, о чем мы не имели возможности рассказать, скажем, о хорошей оценке на экзамене (открытое для меня, но закрытое для других). Есть риск, что не зная чего-то о вас, люди могут вас обидеть, сами того не понимая. И для того, чтобы не было таких случаев нужно общаться и говорить, что вам нравится в общении, а что нет. Это будет способствовать расширению «зоны комфорта».

Верхний правый квадрат «**Слепое пятно**» - состоит из того, что другие знают о нас, а мы не знаем. Казалось бы, что вы можете в себе не знать из того, что видно другим людям. Один человек ответил на этот вопрос очень просто – уши. Мы не можем увидеть своих ушей, а другие их видят. То же самое с нашими привычками и нашим поведением. Иногда другие видят в нас то, о чем мы никогда даже не думали. Как и в случае с «видимым», важно общаться с людьми, уметь слушать их мнения и принимать критику. Тогда мы сможем сделать свою «зону комфорта» еще шире.

«**Неизвестное**» - это то, что скрыто и от нас, и от других, включая скрытые потенциальные возможности развития (закрытое и недоступное ни мне, ни другим людям). Но, несмотря на все видимые сложности, у нас всегда есть возможность раскрыть в себе этот самый «скрытый потенциал». Пробуя себя в чем-то новом, искать новые направления развития».

Ведущий задает вопрос группе: «Итак, как бы вы коротко сформулировали, что необходимо человеку, чтобы эффективно развиваться и учиться?»

Примечание к проведению упражнения:

рисунок необходимо сделать заранее крупно на флип-чарте, или (это вариант для более опытных тренеров) - рисовать в процессе упражнения, параллельно поясняя.

### **Основное послание сессии, которое нужно донести до участников:**

Человек развивается тогда, когда он:

- готов открыто делиться информацией, задавать вопросы, говорить о своих чувствах
- готов воспринимать обратную связь от других людей
- не боится пробовать себя в новых ситуациях, в новом качестве
- Данная схема иллюстрирует, какую ценность этот тренинг и участие в социальных инициативах могут составлять для вашей жизни. Получая новую информацию и обмениваясь ею со своим окружением, а также - получая новый, необычный опыт участия в социальном проекте, вы расширяете свою зону комфорта и создаете для себя более безопасное и благополучное пространство.

### **Блок 3 «Юноши и девушки»**

Продолжительность: 40 минут

#### **Цель сессии:**

помочь участникам осознать влияние стереотипов во взаимоотношениях между полами и необходимость открытого диалога для формирования объективной картины

#### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- получают информацию о существующих стереотипах в отношении своего и противоположного пола;
- обсудят, почему важен диалог между противоположными полами для понимания друг друга

#### **Методы проведения сессии:**

работа в малых группах, мозговой штурм

#### **Необходимые материалы и оборудование:**

листы формата А4 с напечатанными на них вопросами для обсуждения в мини-группах

#### **Содержание и подход к ведению сессии:**

*Ведущий делит участников на мини-группы по половому признаку по 6-10 человек. Каждая группа выбирает по 1 человеку, который будет записывать результаты работы мини-группы.*

*Ведущий сообщает участникам, что сейчас будет проходить мозговой штурм и озвучивает правила его проведения:*

- записывать все предлагаемые ответы без обсуждения и критики
- чем больше ответов выработает группа - тем лучше
- ответы могут быть самые абсурдные и фантастические

*Далее ведущий выдает группам листы формата А4 с написанным на них вопросом для обсуждения, и дает 5 минут на то, чтобы написать ответы на него (ответы записываются на том же листе, где написан вопрос).*

*Через пять минут ведущий собирает листы с ответами групп и выдает новый лист с новым вопросом.*

Вопросы для групп парней:

- 1 вопрос: Что вы думаете о современных парнях?
- 2 вопрос: Как вы думаете, что девушки думают о парнях?
- 3 вопрос: Что вы думаете о современных девушках?

Вопросы для групп девушек:

- 1 вопрос: Что вы думаете о современных девушках?
- 2 вопрос: Как вы думаете, что парни думают о девушках?
- 3 вопрос: Что вы думаете о современных парнях?

Когда группы завершают работу над ответами, ведущий зачитывает полученные результаты в следующем порядке:

1. ответ групп(ы) девушек на 1 вопрос (что вы думаете о современных девушках?)

2. ответ групп(ы) девушек на 2 вопрос (как вы думаете, что парни думают о девушках?)
3. ответ групп(ы) юношей на 3 вопрос (что вы думаете о современных девушках?)
4. ответ групп(ы) парней на 1 вопрос (что вы думаете о современных парнях?)
5. ответ групп(ы) парней на 2 вопрос (как вы думаете, что девушки думают о парнях?)
6. ответ групп(ы) девушек на 3 вопрос (что вы думаете о современных парнях?)

*В конце упражнения ведущий выводит группу на обсуждение важности взаимоуважения и взаимопонимания между полами.*

**Вопросы для дискуссии.**

- Что нового вы услышали сегодня?
- Какие выводы вы можете сделать?
- Как можно использовать это упражнение в реальной жизни?

**Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- Нередко наши представления о противоположном поле полны осуждения и стереотипов, которые могут мешать нам понимать друг друга и общаться
- Для того чтоб сложить объективную картину, важно быть открытым к обратной связи и диалогу

## **Блок 4 «О близости»**

Продолжительность: 40 минут

### **Цель сессии:**

Обсудить с участниками разные мнения по отношению к теме начала половой жизни

### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- обсуждают возможные последствия начала половой жизни в подростковом возрасте
- осознают ответственность, которая возникает при начале половых отношений

### **Методы проведения сессии:**

Упражнение “Спорные утверждения”. Групповая дискуссия.

### **Необходимые материалы и оборудование:**

Таблички-листы формата А4 с надписями: «Согласен», «Не согласен», «Согласен с оговорками».

### **Содержание и подход к ведению сессии:**

На двух противоположных стенах в аудитории закрепляются карточки «Согласен», «Не согласен», и на третьей стене – табличка «Согласен с оговорками».

Ведущий говорит группе:

“Не смотря на противоречия между полами, между девушками и юношами всегда существует взаимный интерес. Взрослея, юноши и девушки образуют пары, вступают в романтические отношения, проводят друг с другом больше времени, узнают друг друга лучше.

В каждой паре отношения развиваются по уникальному сценарию, но рано или поздно перед каждой парой встает вопрос о дальнейшей стадии развития отношений - мы ведем речь об интимной близости.

Начало половой жизни - это непростое решение, и, к сожалению, далеко не каждый молодой человек может обсудить этот вопрос со взрослыми, а поэтому принимает столь важное решение, не обладая достаточной информацией, опираясь на опыт своих сверстников.

Давайте обсудим этот вопрос в нашей группе.

Мы проведем обсуждение в следующем формате. Я буду зачитывать утверждения и ваша задача встать у той стены, где закреплена та табличка, которая отражает ваше отношение к зачитанному утверждению. Может получится так, что вы будете единственным человеком, который имеет такое мнение, но пусть вас это не пугает - в этом упражнении нет правильных или неправильных мнений, и самой главной ценностью является услышать как можно больше разных мнений.

После того, как все займут свои места, у вас будет возможность по желанию объяснить свою позицию.

Если в процессе обсуждения вы поймете, что изменили свое мнение, вы можете перейти к той табличке, которая вам больше подходит. Для нас важно услышать разные мнения, и не обязательно прийти к единому мнению”.

Далее, ведущий зачитывает утверждения, участники высказывают свою позицию.

Спорные утверждения:

- Секс - это доказательство любви
- Начало сексуальной жизни свидетельствует о взрослости человека
- Девственность - это свидетельство проблем с противоположным полом
- Долгие, серьезные отношения защищают от заражения инфекционными заболеваниями
- Быть верным одному партнеру всю жизнь - невозможно

Еще варианты утверждений, которые можно использовать:

- Быть девственником не круто
- Если девушка говорит “нет”, на самом деле это значит “да”

Ведущий делает резюме после проведения упражнения:

“Наша дискуссия показала нам, что существуют самые разные мнения по затронутой теме, и это действительно здорово, что у каждого из нас есть выбор. Любой выбор достоин уважения, если он осознанный, основан на готовности нести ответственность за принятое решение, а также - на достоверных знаниях о возможных последствиях и способах, как их избежать”.

**Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- Осознанное воздержание - это надежный способ защиты репродуктивного здоровья для подростков, этот выбор, достойный уважения
- Стратегия “один партнер на всю жизнь” - это модель идеальных отношений, которая, как любой идеал, требует большого труда, а также невозможна без равноценного вклада двух партнеров.
- Начиная половую жизнь, человек должен осознавать ответственность за принятое решение, должен осознавать последствия своего решения и выбрать свой способ защиты от негативных последствий, основанный на достоверных знаниях

## **Блок 5 «Строение репродуктивной системы»**

Продолжительность: 40 минут

### **Цель сессии:**

- Предоставить участникам информацию о строении репродуктивных систем женщины и мужчины, а также о механизме наступления беременности
- Мотивировать участников к сохранению своей репродуктивной системы

### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- повысят уровень информированности о строении и функционировании репродуктивных систем мужчин и женщин
- убедятся, каким сложным и совершенным механизмом является репродуктивная система каждого из них

**Методы проведения сессии:** просмотр видеофильма, групповая дискуссия, викторина

### **Необходимые материалы и оборудование:**

мультфильм «Когда девочка взрослеет» (серии 1 и 3), видео-проектор, компьютер, аудио система/ колонки, мелкие призы по количеству вопросов викторины (конфеты, сувениры, наклейки).

### **Содержание и подход к ведению сессии:**

Ведущий сообщает участникам:

“Не секрет, что мы уделяем очень много внимания своей внешности, и (особенно в подростковом возрасте) если что-то в нашем теле кажется нам несовершенным, это является серьезной причиной для расстройства или даже нелюбви к себе. Но если посмотреть на тело каждого из нас глазами ученого, то мы увидели бы сложный, совершенный механизм. Мы даже не замечаем, как наше тело ответственно и добросовестно выполняет для нас целый ряд функций - дышит, переваривает еду, думает, ходит, улыбается. А о существовании определенных функций мы до определенного периода даже не подозреваем. Об этом мы посмотрим следующее видео. Видео будет состоять из двух частей, после просмотра мы проведем викторину, поэтому предлагаем вам смотреть очень внимательно”

Демонстрация первой серии мультфильма «Взросление девочки» - (<http://www.youtube.com/watch?v=IDd877Xor0k>)

Далее группа смотрит 3 серию мультфильма “Когда девочка взрослеет” (<http://www.youtube.com/watch?v=xPNrFE8ezYU>).

После просмотра фильма ведущий говорит:

“Итак, это видео продолжает тему, которую мы подняли в предыдущей сессии - половая сфера деятельности человека. Сейчас я задам вам несколько вопросов; те из вас, кто знают ответ на вопрос - пожалуйста, поднимайте руки, за правильные ответы вы получите приз”.

Вопросы к мультфильму:

1. Система организма, которая начинает полноценно работать НЕ с самого рождения – это:
  - пищеварительная система
  - иммунная система
  - репродуктивная система
2. В строение репродуктивной системы входит:
  - наружные и внутренние половые органы
  - внутренние половые органы и прямая кишка
  - наружные и внутренние половые органы, железы, вырабатывающие половые гормоны
3. Свою главную функцию - зачатие новой жизни - репродуктивная система может осуществить:
  - когда половые органы достигнут зрелости
  - когда весь организм в целом достигнет зрелости
  - когда половые органы и костная система достигнут зрелости
4. Овуляция это:
  - когда яйцеклетка встречается со сперматозоидом
  - когда яйцеклетка покидает фолликул и попадает в полость тела
  - когда яйцеклетка попадает в полость матки и растворяется
5. Сперматозоид это:
  - мужская половая клетка
  - ген мужского организма
  - самый важный мужской гормон
6. Встреча яйцеклетки и сперматозоида происходит в:
  - в гипофизе
  - в маточной трубе
  - в фаллопиевых трубах
7. В сперме, которая попадает во влагалище женщины, содержится сперматозоидов около:
  - полумиллиарда
  - полумиллиона
  - миллиона
8. Попадая во влагалище, сперматозоиды стремятся попасть:
  - в шейку матки и затем в ее полость
  - в яичники и затем в яйцеклетку
  - в брюшную полость и затем в эндометрий
9. Яйцеклетка и сперматозоид могут встретиться только:
  - в течение нескольких дней после овуляции, пока яйцеклетка в маточной трубе
  - в течение нескольких дней до овуляции, пока яйцеклетка находится в фолликуле
  - в течение всего периода менструального цикла
10. После объединения сперматозоида и яйцеклетки образуется:
  - новая клетка с единым ядром
  - новая яйцеклетка
  - новая клетка с двумя ядрами

11. Зародыш формируется путем:

- деления клеток
- роста одной клетки
- превращения клетки сразу в зародыш

12. После оплодотворения комочек из клеток прикрепляется на 7-ой день к:

- слизистой оболочке матки
- к новой яйцеклетке
- к брюшной полости

13. Плод начинает шевелиться на:

- 100-й день
- 20 день
- 60-й день

В завершение сессии ведущий может задать группе следующие вопросы:

- Что нового вы узнали?
- Какие вопросы у вас еще остались?

**Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- сложно заботиться о том, что не замечаешь, поэтому знания о том, как устроена наша репродуктивная система, помогают нам лучше понимать свой организм и заботиться о нем
- репродуктивная функция организма также естественна и важна, как любые другие функции организма, в ней нет ничего стыдного, смешного или некрасивого

## **Блок 6: «Желанная беременность»**

Продолжительность: 30 минут

### **Цель сессии:**

мотивировать участников осознанно подходить к вопросу планирования беременности

### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- обсудят оптимальные условия, при которых должно происходить рождение и воспитание ребенка
- придут к выводу о важности осознанного выбора контрацепции

### **Методы проведения сессии:**

просмотр фильма, групповая дискуссия, лекция

### **Необходимые материалы и оборудование:**

флип-чарт, маркеры

### **Содержание и подход к ведению сессии:**

#### Вариант проведения сессии №1

Ведущий предлагает группе посмотреть видео “Get out” (<http://www.youtube.com/watch?v=EOjenlmlfDE>)

После просмотра мультфильма ведущий предлагает группе ответить на следующие вопросы:

- о чем это видео?
- почему главный герой так панически боялся выходить за дверь?

После ответов группы ведущий говорит:

«На мой взгляд, это видео демонстрирует нам две следующие важные вещи.

Первая вещь заключается в том, что еще находясь в животе матери, ребенок уже живет полноценной жизнью. Долгое время существовал стереотип, что нерожденный ребенок, как и новорожденный - еще не люди, и нужно время, чтобы они стали полноценными детьми. Но наука доказала, что это мнение было ошибочно.

Так, в 7 недель ребенок начинает прикрывать веки и шевелиться, в 8 недель лицо ребенка приобретает черты, в 10 недель у малыша начинают формироваться половые органы. В 12 недель малыш слышит и видит: если его начинают беспокоить резкие звуки, доносящиеся из внешнего мира, он пытается закрыть руками уши, и старается загородиться ладошкой от луча света, направленного в глаза. В 16 недель малыш умеет улыбаться. В 20 недель он умеет плавать внутри живота мамы, отталкиваясь от одной стенки и доплывая к другой. В 24 недели малыш умеет видеть сны и сердиться. В 28 недель он начинает узнавать голос мамы. В 32 недели ребенок набирает вес, а в 34 недели ему становится тесно в животе матери – он уже не может перевернуться и чаще всего располагается головой вниз. В 36-38 недель ребенок активно набирает вес и 38-40 недель малыш рождается. Обычно ребенок рождается с весом около 3000 граммов

и ростом примерно 50 сантиметров. Едва родившись, он издает первый крик, что мы могли увидеть и в этом мультфильме.

Второй важный момент, который показывает этот мультфильм – роды являются большим стрессом для ребенка. Рождаясь, ребенок покидает уютный безопасный мир, и приходит в наш мир очень уязвимым и беспомощным.

Почему мы говорим об этом сейчас? В предыдущем блоке мы рассматривали с вами процесс наступления беременности. Мы убедились, что наша репродуктивная система работает самостоятельно и не зависит от нашего желания.

Если создаются благоприятные условия для встречи яйцеклетки со сперматозоидом, то срабатывает предусмотренный природой механизм и беременность наступает, даже если партнеры не желали этого. Это особенно часто недооценивают молодые ребята, начавшие половую жизнь.

Рождение ребенка, как мы видим в этом мультфильме, большое чудо, но также – и большая ответственность.

Как вы думаете, каковы должны быть оптимальные условия, в которых ребенок благополучно растет? Давайте перечислим 5-7 вариантов».

Группа делает свои предложения, ведущий фиксирует их на доске. После этого ведущий предлагает высказаться группе, насколько способны несовершеннолетние молодые люди обеспечить эти перечисленные условия для воспитания ребенка, если они сталкиваются с незапланированной беременностью.

В завершение обсуждения ведущий озвучивает основное послание:

- репродуктивная функция человека не зависит от желания человека: если складываются благополучные условия и яйцеклетка встречается со сперматозоидом, то наступает беременность, даже если партнеры ее не планировали
- рождение и воспитание ребенка – это серьезная ответственность, и несовершеннолетним родителям крайне сложно обеспечить оптимальные условия для воспитания ребенка самостоятельно
- планировать беременность – это неотъемлемая часть культуры здоровья современного человека

#### **Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- репродуктивная функция человека не зависит от желания человека: если складываются благополучные условия и яйцеклетка встречается со сперматозоидом, то наступает беременность, даже если партнеры ее не планировали
- рождение и воспитание ребенка – это серьезная ответственность, и несовершеннолетним родителям крайне сложно обеспечить оптимальные условия для воспитания ребенка самостоятельно
- планировать беременность – это неотъемлемая часть культуры здоровья современного человека

## **Блок 7: «Методы контрацепции»**

Продолжительность: 40 минут

### **Цель сессии:**

предоставить участникам информацию о методах контрацепции и более подробно обсудить те методы, которые наиболее приемлемы для молодежи

### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- получают знания о видах контрацепции;
- узнают преимущества и недостатки методов, наиболее подходящих молодежи;

**Методы проведения сессии:** фильм «Контрацепция» <http://www.youtube.com/watch?v=9IS-j3zCjVc&index=14&list=PLtNMox28FfOgXyM8v7TVYmx6xdTpxNu7U> , лекция, групповая дискуссия.

**Необходимые материалы и оборудование:** карточки для игры, образец в Приложении.

### **Содержание и подход к ведению сессии:**

В начале сессии ведущий задает группе вопрос: «Так что же делать партнерам, которые уже начали половую жизнь, но еще не готовы к рождению ребенка?»

Получив ответ группы, ведущий предлагает группе назвать все известные ей методы контрацепции. Ведущий фиксирует предлагаемые варианты на доске, дополняет ответы группы, чтобы в итоге на доске появился следующий список:

1. воздержание
2. презерватив
3. прерванный половой акт
4. гормональные контрацептивы (таблетки, инъекции, пластыри, импланты и т.д.)
5. срочная гормональная контрацепция
6. химическая контрацепция (спермициды)
7. внутриматочная спираль
8. календарный метод
9. стерилизация

Далее ведущий демонстрирует видео «Контрацепция».

После презентации, ведущий обсуждает с группой следующие вопросы:

- скажите, пожалуйста, какие из данных методов контрацепции имеют меньше всего недостатков? (воздержание и презерватив)
- у какого из представленных методов больше всего достоинств? (воздержание)
- как вы думаете, какие из этих методов чаще всего применяются молодыми людьми в реальной жизни? (вероятные ответы – прерванный половой акт, срочная гормональная контрацепция, срочная контрацепция)
- какие из перечисленных методов требуют обязательной предварительной консультации и наблюдения врача? (гормональная контрацепция)
- в чем преимущества презерватива перед прерванным половым актом? (защищает от ИППП и нежелательной беременности)
- в чем преимущества презерватива перед гормональной контрацепцией? (не требует назначения врача, применяется непосредственно в момент близости, защищает от ИППП, больше подходит молодежи, ведущей нерегулярную половую жизнь)

- в чем преимущества презерватива перед срочной контрацепцией? (не имеет негативных последствий на организм, защищает от ИППП)
- при каких условиях человек может не использовать никакие методы контрацепции? (если человек находится в стабильных долгих отношениях/ браке, готов к рождению/ обеспечению ребенка и оба партнера прошли тестирование на ИППП/ВИЧ и необходимое лечение)
- скажите, почему мы не рассматривали в теме «контрацепция» аборт? Какие негативные последствия аборта вы знаете?

**Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- Любой человек, который начал половую жизнь и не готов к рождению детей, должен осознанно подойти к выбору контрацепции.
- Для подростков и молодежи оптимальными способами контрацепции являются воздержание и презерватив.
- Отказаться от контрацепции может только тот человек, который состоит в стабильных долгих отношениях/ браке, готов к рождению/ обеспечению ребенка и оба партнера прошли тестирование на ИППП/ВИЧ и необходимое лечение.
- Аборт не является средством контрацепции!

## **Блок 8: «Инфекции, передающиеся половым путем»**

Продолжительность: 40 минут

### **Цель сессии:**

Повысить уровень информированности участников по теме «инфекции, передающиеся половым путем»

### **Результаты:**

#### **К концу сессии участники:**

- получают общие знания по ИППП и признаках их проявления
- осознают опасность самолечения в случае заражения

**Методы проведения сессии:** интерактивная презентация “Люби, живи и будь ответственным”, групповая дискуссия.

#### **Необходимые материалы и оборудование:**

Проектор, колонки, ноутбук, экран, флипчарт, маркеры

#### **Содержание и подход к ведению сессии:**

Ведущий обращается к группе: «Мы уже упоминали с вами, что незащищенный контакт опасен не только возникновением беременности, но и заражением разными инфекциями, и сейчас мы подробнее поговорим на эту тему. Пожалуйста, внимание на экран».

Ведущий выводит на экран первый слайд презентации “Люби, живи и будь ответственным”, и задает группе вопрос: «А что же означает аббревиатура ИППП?» После того как прозвучал ответ (или ведущий сам его озвучил), ведущий выводит на экран слайд с расшифровкой.

Далее ведущий переходит на следующий слайд с вопросом “Зачем тебе знать об ИППП?” и предлагает группе ответить на этот вопрос. После того, как собраны мнения по этому вопросу, ведущий показывает слайды со статистикой.

Примечание: Ведущий может добавить данные по своему региону.

Далее на слайде с вопросом “Чем для тебя опасны ИППП?” ведущий делает остановку и предлагает группе ответить на этот вопрос.

Примечание: ведущий может сделать комментарий, что для тех, кто не вступал в сексуальные отношения, ИППП практически ничем не опасны.

Затем ведущий переходит к следующему слайду: “А теперь давайте рассмотрим жизненные ситуации, в которых мы можем столкнуться с ИППП”

Ведущий выводит слайд “Вы влюблены и уже целый месяц храните верность друг другу?”.

Ведущий задает вопрос: «Является ли это достаточным условием для того, чтобы вступить с партнером в незащищенный контакт? Если да, то почему? Если нет, то почему?»

Далее идет просмотр фильма “Про верность”

После просмотра видео ведущий делает вывод: “Посмотрите, мы можем любить друг друга и быть верны, но это, к сожалению, не всегда является 100% защитой от ИППП.

Нередко бывает так, что в паре при сексуальном дебюте одного партнера - у другого партнера уже был сексуальный опыт, хотя бы один контакт. И если этот контакт был незащищенный, то существует вероятность, что он был заражен ИППП, даже если заболевание никак себя не проявило».

Далее ведущий выводит следующий слайд «А ты пока ищешь свою любовь?» Показывает слайды с «А ты пока ищешь свою любовь?» до «Алкоголь и наркотики ослабляют контроль за ситуацией» включительно.

После просмотра слайдов ведущий делает заключение: «Обратите внимание на то, что употребление алкоголя и наркотиков влияет на поведение людей, понижает осторожность и способность адекватно оценивать свои поступки. Потеря контроля под воздействием этих веществ приводит к тому, что люди вступают в незащищенные половые контакты, что повышает риск заражения ИППП и возникновения нежелательной беременности».

Ведущий говорит: «Давайте поговорим, что нужно делать, если все-таки незащищенный контакт произошел?» и переходит к слайду «Допустил ситуацию с незащищенным половым контактом?» и транслирует до слайда «Последствия гонококковой инфекции» включительно.

К слайдам «Ты ничего не замечаешь», «НО», «рисунок с инфекциями» ведущий дает комментарий: «Как мы видим, инфекция может находиться в организме, даже если человека ничего не беспокоит. Некоторые ИППП поражают организм на протяжении долгих лет, не давая ни каких опознавательных знаков».

Далее ведущий транслирует слайды с «А бывает...» до «Иногда девушки неспособны убедить старшего по возрасту полового партнера использовать презерватив...».

Ведущий комментирует «Иногда девушки неспособны убедить старшего по возрасту полового партнера использовать презерватив...»: «Здесь мы возвращаемся к теме, что чаще всего первый дебют девушки происходит с партнером старшего возраста, и девушкам бывает непросто решиться заговорить об использовании презерватива, либо сказать «нет». Как итог такой скромности...» - ведущий показывает слайд «по статистике 1/3 девочек получает ИППП во время сексуального дебюта».

Ведущий комментирует слайд «Не позволяй никому принимать решения за тебя...»: «В этом нет ничего стыдного или ненормального. Каждый человек имеет право выбора, и этот выбор должны уважать».

#### Дополнение по проведению сессии:

Если позволяет время, то ведущий может предложить группе обсудить следующие мифы в этой теме:

- У кого симптомы сильнее, тот и виноват.
- Если нет проявлений, то нет и заболевания.
- Многие ИППП передаются в быту, можно заразиться в бассейне или в бане.
- Одного мазка достаточно, чтобы понять, здоров человек или нет.
- Все ИППП лечатся примерно одинаково, поэтому можно полечиться так же, как назначено партнеру, а самому к врачу не ходить.
- Если пьешь таблетки, местное лечение ИППП не нужно – просто лишние расходы.
- Если курс лечения закончен, незачем сдавать анализы.

#### **Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- Изменение состояния при употреблении алкоголя или наркотиков существенно повышает риск вступления в незащищенный контакт и как следствие - заражения ИППП
- Любой человек может защитить себя от ИППП
- Презерватив - наиболее подходящее средство контрацепции для молодежи, практикующей сексуальные отношения
- Инфекций гораздо больше, чем мы успели рассмотреть сегодня, но важно запомнить, что все они передаются половым путем, не излечиваются самостоятельно и могут проходить бессимптомно
- Умение сказать «нет» или настоять на использовании презерватива являются надежной защитой от ИППП

## **Блок 9**

### **ВИЧ-инфекция**

Продолжительность: 40 минут

#### **Цель сессии:**

Мотивировать участников практиковать безопасное поведение в контексте эпидемии ВИЧ-инфекции

#### **Результаты**

К концу сессии участники:

- повысят уровень информированности о ВИЧ-инфекции
- осознают собственный риск по отношению к ВИЧ и необходимость выбрать способ защиты от заражения
- осознают необходимость пройти тест на ВИЧ в случае наличия рискованных ситуаций в прошлом

#### **Методы проведения сессии:**

просмотр видеофильма, групповая дискуссия, викторина

#### **Необходимые материалы и оборудование:**

видеофильм, проектор, небольшие призы по числу участников, несколько специальных призов для поощрения самых активных участников

#### **Содержание и подход к ведению сессии:**

Ведущий обращается к группе:

«Следует отметить, что большая часть инфекций, передающихся половым путем, при своевременном выявлении поддается лечению. Но существуют инфекции, лекарство от которых еще не найдено, и их влияние на наш организм настолько губительно, что может приводить к смерти.

Примером такой инфекции является ВИЧ-инфекция. Чтобы узнать об этом заболевании чуть больше, мы с вами посмотрим короткий фильм. Но в процессе просмотра видео у вас будет следующая задача. Пока вы будете смотреть фильм, вам нужно будет по материалам фильма написать 3-5 вопросов, желательно – непростых, чтобы на них было интересно отвечать. После просмотра фильма мы организуем викторину, и тех, кто составит самый интересный вопрос, а также даст максимальное число правильных ответов, ждет приз.

Видео «ВИЧ» (<http://www.vimeo.com/7411697>)

После просмотра видео ведущий объединяет группу в две мини-группы, которые будут соревноваться между собой. Группы по очереди задают друг другу вопросы, и дают ответы, ведущий в случае необходимости корректирует и дополняет ответы. По итогам викторины ведущий поощряет небольшими призами всех участников группы, а также может наградить призом участника, который дал максимальное число правильных ответов и автора самого интересного вопроса (можно выбрать самый интересный вопрос вместе с группой или - по мнению ведущего).

После викторины ведущий задает группе несколько общих вопросов (если они не звучали прежде):

- как вы думаете, одинаков ли риск заразиться ВИЧ для юношей и девушек? (уточняющий вопрос - у кого риск заразиться выше, и почему?)
- какой половой партнер может быть опасен для заражения ВИЧ?
- как вы считаете, почему человеку, у которого выявляется инфекция, передающаяся половым путем, врачи рекомендуют сдать тест на ВИЧ?
- как вы считаете, зачем нужно проходить тестирование, если ВИЧ-инфекция все равно неизлечима?
- какие существуют способы защиты от заражения ВИЧ половым путем?

**Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- ВИЧ-инфекция – это неизлечимое заболевание, которое долгое время никак не проявляется и человек может даже не подозревать о том, что у него ВИЧ
- Любой человек, у которого был хотя бы один незащищенный половой контакт, может быть потенциально заражен ВИЧ, причем у девушек риск заразиться еще выше, чем у юношей
- Свой точный ВИЧ-статус и статус партнера можно узнать, только сдав тест
- Надежной защитой от заражения ВИЧ являются воздержание и презерватив
- Отказ от презерватива возможен только тогда, когда оба партнера получили отрицательный результат теста на ВИЧ, а также предусмотрели другие способы защиты от ИППП и незапланированной беременности

## **Блок 10**

### **«Как психоактивные вещества влияют на отношения в паре?»**

Продолжительность: 30 минут

#### **Цель сессии:**

Мотивировать участников на осознанный отказ от экспериментов с наркотиками

#### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- получают информацию о механизмах формирования зависимости и влиянии зависимости на жизнь человека, отношения в паре.
- актуализируют негативные последствия экспериментов с наркотиками.

**Методы проведения сессии:** групповая дискуссия, лекция, наглядное пособие

**Необходимые материалы и оборудование:** флип-чарт, маркеры

#### **Содержание и подход к ведению сессии:**

- Как психоактивные вещества влияют на отношения в паре, в семье?
- У вас есть примеры, когда семьи разрушались из-за алкоголя? из-за наркотиков?
- Почему человек выбирает что-то другое вместо отношений? От чего еще может быть зависим человек, помимо ПАВ?
- Что чувствуют окружающие, когда у человека развивается зависимость?
- Когда любишь человека, легче согласиться на уговоры попробовать наркотик, алкоголь?

Можно использовать упражнение «Гора жизни» для ответов на вопросы. Ведущему обязательно нужно знать концепцию аддиктивного поведения – это поможет ему отвечать на вопросы участников группы.

## Упражнение «Гора жизни» (20 мин.)



**Рисунок №1:** человек стоит на горе. Эта гора – символическое изображение его жизни. Человек не падает с этой горы, он стоит на ней устойчиво. От падения вниз человека удерживает множество жизненных связей (веревки, канатов, шнурков), возможные названия которых: семья, любовь, работа, друзья, деньги, секс, увлечения, творчество.

Попросите слушателей дополнить этот список, подрисовывая на рисунке поддерживающие человека веревочки.



**Рисунок №2:** человек стоит на той же горе, но один из держащих его канатов рвется.

**Комментарий к рисунку:** Когда какая-то «связь» истончается или рвется (т.е. у человека возникают какие-либо проблемы), все остальные «связки» поддерживают человека, дают почувствовать себя увереннее. Эти связи выстраиваются годами, и они не могут возникнуть у человека, находящегося в вакууме, вне общества. Если «связки» рвутся, возникает риск обращения к наркотикам. У многих людей есть отработанные стереотипы снятия стресса, в том числе и с помощью химических веществ. Например: для снятия стресса после конфликта с начальником человек принимает алкоголь.



**Рисунки №3-4:** человек стоит на горе; один из держащих его канатов оборван. Рядом сверху повисает канат – символическое изображение наркотика.



**Комментарий к рисунку:** Итак, сначала наркотики попадают в поле зрения человека; здесь может сработать принцип кесли «вокруг меня люди делают это, почему бы и мне не попробовать?». Человек первый раз берется за висящий перед ним канат – героин. Пока это никак

не сказывается на всех жизненных связях. Но постепенно, когда человек начинает употреблять героин все чаще и чаще, он хватается за «второй канат» – возникает зависимость (на рисунке отображается 2-ой висящий канат).



**Рисунок №5:** человек, стоящий на горе, держится только за висящие канаты – наркотики. «Связки», с помощью которых он держался на этой горе до этого (канаты, веревки), оборваны. Человек уже не стоит на горе, он вот-вот опустится от земли. Канаты подняли его руки вверх, и он становится похожим на марионетку.

**Комментарий к рисунку:** Сакцентируйте внимание на том, что героин превращает человека в марионетку, полностью руководит его действиями. Обратитесь к зафиксированным результатам дискуссии, покажите, что все, перечисленное участниками, (копается без денег, теряет работу, «бросает учебу», болеет, котрывается от людей, «не думает о других») – это обрыв «связей».

Покажите, что все связи, которые были указаны, рвутся, истончаются.



**Рисунок №6 (а, б):** человек стоит на горе, опустив висящие канаты (героин). С горой его связывает только один канат-семья. Семья, желая оправдать его от наркотика, ограничивает его свободу.

**Комментарий к рисунку:** Если человек прекратил прием наркотика и пережил абстиненцию (например, прошел лечение в больнице), кажется, он отпустил канат. Но «канат – наркотики» очень долго остается в поле зрения зависимого (это символ психологической зависимости). В большинстве случаев все-таки остается одна связь – семья. Именно она помогает не упустить человека. В этот момент важно то, как действует семья. Неэффективны в данном случае запреты и ограничение свободы, т.е. это своеобразный «копейник», который тянет человека вниз



и мешает восстанавливать старые и формировать новые связи с миром, которые помогут ему справиться со стрессом.

В этом случае у человека не остается выбора: жить в стрессе он не хочет, по-другому справиться с ним пока не может и не умеет, поэтому он берется за канат-наркотик вновь.

Хорошо, когда помощь семьи строится на поддержке и поощрении самостоятельности, понимании того, что отказ не может навязываться и что основная роль в этом процессе принадлежит зависимому.



**Рисунок №7:** человек постепенно восстанавливает жизненные связи.

**Комментарий к рисунку:** В этот момент для человека, отказавшегося от наркотиков, важно восстановить все перечисленные ранее связи.

**Обсуждение:** Ведущий задает группе вопросы для размышления (не для совместного обсуждения).

«Если я забочусь о своем здоровье и будущем, соглашусь ли я на первую инъекцию?»; «Что может подтолкнуть меня к этому шагу?»; «Если я уже употреблял внутривенные наркотики, не нахожусь ли я в психической зависимости от них?».

Подведение итогов занятия. Спросить у группы, что понравилось и не понравилось на занятии. Дискуссия.

## Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:

- Наркотики, алкоголь и другие ПАВ уводят от человеческих отношений.
- Любая зависимость негативно сказывается на самом человеке, его близких, любимых семье.
- Существует единственный надежный способ не попасть в зависимость от психоактивных веществ – это никогда не пробовать их.

## **Блок 12**

### **Что я могу сделать, чтобы изменить ситуацию к лучшему?**

Продолжительность: 30 минут

#### **Цель сессии:**

Способствовать формированию активной жизненной позиции.  
Мотивировать на участие в компоненте программы «действуй ради жизни»

#### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- выработают варианты собственного вклада в сохранение здоровья молодежи

#### **Методы проведения сессии:**

мозговой штурм, групповая дискуссия

#### **Необходимые материалы и оборудование:**

Презентация power point с описанием примеров «действуй ради жизни», флип-чарт

#### **Содержание и подход к ведению сессии:**

Ведущий обращается к группе:

«Сегодня мы говорили о том, какие угрозы здоровью молодежи существуют, и смогли убедиться, что угрозы эти реальны и серьезны. Но в силах каждого из нас изменить ситуацию к лучшему, внести свой вклад, чтобы наши друзья, близкие, родные были защищены.

Тысячи людей перемен dance4life уже делают это»

Ведущий демонстрирует группе примеры действий, предпринятых людьми перемен.

«Этот тренинг состоялся потому, что для нас важно ваше здоровье и ваше благополучие.

Мы знаем, что чем больше людей будет равнодушно и постарается что-то предпринять, тем большему числу людей мы сможем спасти жизнь. Мы предлагаем вам принять участие в следующем этапе проекта dance4life и стать людьми перемен!

#### **Вариант №1**

Для этого вам будет нужно прийти ..., чтобы вместе спланировать и разработать те действия, которые вы можете реализовать».

#### **Вариант №2:**

Ведущий предлагает участникам написать себе открытку или письмо формата «я обещаю... провести, сделать...». Через 3 месяца ведущий отправляет эти открытки участникам по почте. Этот вариант возможен, когда программа dance4life проводится на выезде, и у команды dance4life не будет возможности оказать поддержку участникам в планировании и проведении компонента «действуй ради жизни».

#### **Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- Обладая знаниями о том, каковы современные угрозы здоровью молодежи, мы в силах изменить ситуацию к лучшему – мы можем защитить не только себя, но и своих друзей, родных и близких.
- Мы приглашаем вас принять участие в следующем этапе проекта dance4life – «действуя ради жизни», разработав и реализовав какое-либо действие, которое поможет защитить здоровье окружающих нас людей, и этим изменить мир к лучшему

## **Блок 13**

### **«Завершение. Обратная связь»**

Продолжительность: 15 минут

#### **Цель сессии:**

Подведение итогов семинара. Получение обратной связи.

#### **Результаты:**

К концу сессии участники:

- эмоционально закрепят пройденный материал
- будут мотивированы на продолжение работы
- оценят прошедший тренинг

**Методы проведения сессии:** дискуссия

#### **Необходимые материалы и оборудование:**

не требуется

#### **Содержание и подход к ведению сессии:**

Ведущий просит кратко высказаться всех участников по поводу того что происходило сегодня.

Ведущий благодарит участников за проделанную работу и оставляет информацию, по которой можно связаться с ним лично и с программой.

#### **Основные выводы/послания, которые нужно донести до участников:**

- Семинар – это только начало работы, которую мы можем делать вместе.
- Обладая достоверной информацией, вы можете изменить мир к лучшему.

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №3**

---

# День памяти людей, умерших от СПИДа

## Сценарий 1

**Цель:** способствовать развитию толерантного отношения к людям, живущим с ВИЧ (ЛЖВ); выразить свою солидарность к ЛЖВ.

### Что может сделать команда людей:

- флешмоб с ясным посланием («Любой диагноз свидетельствует о проблемах со здоровьем, а не с нравственностью. В том числе и ВИЧ»)
- информационная викторина (см. примеры вопросов в Приложении 6 к Пособию) с раздачей информационных материалов: [http://www.focus-media.ru/learn-more/printed\\_publications/HIV\\_test/](http://www.focus-media.ru/learn-more/printed_publications/HIV_test/)  
или  
[http://www.focus-media.ru/learn-more/printed\\_publications/woman/](http://www.focus-media.ru/learn-more/printed_publications/woman/)



- надписи мелом на асфальте с призывами к пониманию и поддержке людей, живущих с ВИЧ. Примеры слоганов могут быть такими:
  - \* Каждый день в России 300 человек узнают, что у них ВИЧ. Сдай тест на ВИЧ.
  - \* ВИЧ не передается через рукопожатие.
  - \* ВИЧ не передается через дружбу.
  - \* ВИЧ не передается через обучение в одном классе (около школы).
  - \* ВИЧ не передается, когда мы вместе работаем
- баннеры (белая ткань, склеенные ватманы), на которых люди могут выразить свою солидарность с людьми, живущими с ВИЧ, или просто написать +1, как знак того, что он выражает поддержку ЛЖВ

## Что может сделать один человек:



- распечатать листовку о том, как разговаривать с человеком, если Вы узнали, что у него ВИЧ

(макет листовки в хорошем качестве [http://www.focus-media.ru/learn-more/printed\\_publications/respond/](http://www.focus-media.ru/learn-more/printed_publications/respond/))

- надписи на асфальте, с различными слоганами (см. рекомендации для команды)

- договориться с учебным учреждением и провести классный час по готовому сценарию [http://www.slideshare.net/Evlampieva4life/ss-21307906?ref=http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/remembrance-day-2013.php?clear\\_cache=Y](http://www.slideshare.net/Evlampieva4life/ss-21307906?ref=http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/remembrance-day-2013.php?clear_cache=Y) и использовать презентацию об известных людях, которых коснулась проблема ВИЧ [https://yadi.sk/d/FEK\\_9Kx54uuRQ](https://yadi.sk/d/FEK_9Kx54uuRQ)

## Что может сделать человек в Интернете:



- разместить у себя на странице листовку о том, как разговаривать с человеком, если Вы узнали, что у него ВИЧ

- разместить у себя на странице видео о толерантном отношении к ЛЖВ:

<http://www.youtube.com/watch?v=s96Q13eCGk4>

<http://www.youtube.com/watch?v=AtjlgZVKFdM>

<http://www.youtube.com/watch?v=Tauf2NPgONk>

- сформулировать свое послание с выражением солидарности к ЛЖВ, сфотографироваться с ним и выложить у себя на странице в соц.сетях

<https://picasaweb.google.com/104032400665837073084/OQotRPB>

- запостить на своей странице один из принтов проекта ЛЖВ «Не повторяй мою ошибку»

[http://vk.com/hiv\\_people](http://vk.com/hiv_people)



## Сценарий 2

**Цель: распространить достоверную информацию о проблеме ВИЧ-инфекции, помочь людям оценить собственные риски и предоставить им информацию о современном лечении ВИЧ.**

Большинству людей в нашей стране кажется, что вероятность заразиться ВИЧ есть, но только не у меня самого. Такое отношение мешает остановить эпидемию: люди не предпринимают меры по защите себя от заражения и не делают тест на ВИЧ.

Мы предполагаем: человек, осознавший, что в его жизни были рискованные ситуации, предпримет следующий важный шаг – сделает тест на ВИЧ. Но без ощущения, что проблему можно решить, сложно решиться взглянуть правде в глаза и узнать достоверно свой статус на ВИЧ. Поэтому в нашей акции возможность оценить собственный риск заражения ВИЧ сочетается с информацией о современном лечении ВИЧ-инфекции.

### Что может сделать команда людей:

- организовать интересное мероприятие в местах скопления людей, используя наши буклеты и роллапы (макеты для печати здесь

<http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/AIDSvictimsWorldDay2015/>)

- организовать у себя в городе флешмоб и предлагать людям фотографироваться с табличками о современном лечении ВИЧ.

Для этого удобно использовать список из фактов, который мы подготовили:

1. Антиретровирусная терапия (АРВ-терапия) - метод лечения ВИЧ. Она не позволяет вирусу размножаться в организме.
2. 69 лет – средняя продолжительность жизни человека, принимающего терапию для лечения ВИЧ.  
69 лет – средняя продолжительность жизни человека в России.
3. У 98% ВИЧ-положительных женщин, принимающих противовирусное лечение, рождаются здоровые дети.
4. В России лечение ВИЧ-инфекции бесплатно для всех.
5. Благодаря современному лечению ВИЧ-инфекция из разряда смертельных заболеваний перешла в разряд хронических.

**КОТУ НЕ ВАЖНО,  
А ЧЕЛОВЕКУ ВАЖНО**



\*ВИЧ живет только в организме человека

dance4life.ru



6. Современное лечение ВИЧ более безопасно и удобно, благодаря новейшим разработкам и индивидуальному подходу к пациентам.
  7. Лечение ВИЧ АРВ-терапией снижает риск заражения полового партнера.
  8. Лечение ВИЧ АРВ-терапией позволяет восстановить и поддерживать на должном уровне состояние иммунитета ВИЧ-положительного человека.
  9. Ранее лечение ВИЧ-инфекции АРВ-терапией позволяет сохранить должный уровень иммунитета ВИЧ-положительного человека на неограниченно продолжительный срок.
  10. Эффект противовирусного лечения ВИЧ-инфекции наступает уже через 1 месяц. Это позволяет человеку полноценно поддерживать уровень своего здоровья и качество жизни.
  11. Принимая АРВ-терапию, человек с ВИЧ может полноценно жить, создать семью, работать, учиться.
  12. Ранее лечение ВИЧ позволяет предупредить у человека развитие вторичных заболеваний, приводящих к снижению качества жизни и даже смерти.
  13. Ранее начало лечения ВИЧ - это профилактика распространения эпидемии в популяции в целом.
- договориться с учебным/ медицинским/ любым другим заведением и разместить там интересные и понятные информационные материалы о ВИЧ, тестировании, лечении. Чтобы привлечь больше внимания к информационным материалам – организуйте «Торжественное открытие информационных стендов» с проведением информационной викторины, привлечением администрации школы.



Скачайте макеты информационных стендов у нас на сайте <http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/AIDSvictimsWorldDay2015/>

### Что может сделать один человек:

- договориться со своим учебным заведением и разместить там наши информационные материалы на информационных досках (их легко распечатать на цветном принтере) <http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/AIDSvictimsWorldDay2015/>

### Что может сделать человек в Интернете:

- разместить у себя в социальных сетях принты о современном лечении ВИЧ <https://yadi.sk/d/Cc1hNZAphVscY>
- Творчески визуализировать эти факты самостоятельно



# Всемирный день контрацепции

## Сценарий 1

**Цель:** проинформировать людей о методах защиты от заражения ВИЧ и ИППП, узнать какие средства используют они.

### Что может сделать команда единомышленников:

- организовать мероприятие в публичном месте с информационной викториной (примеры вопросов см. в Приложении №6 Пособия)

- организовать раздачу информационных материалов:

[http://www.focus-media.ru/learn-more/printed\\_publications/condom/](http://www.focus-media.ru/learn-more/printed_publications/condom/)

или

[http://www.focus-media.ru/learn-more/printed\\_publications/interception/](http://www.focus-media.ru/learn-more/printed_publications/interception/)

- можно провести различные варианты опросов (написать свое мнение на баннер/нарисовать метод, который выбираешь/ приклеить готовый стикер на баннер, взять презерватив или конфетку, бросить свой голос в урну для голосований...

- предлагать людям фотографироваться с шутливыми табличками, рассказывающими о различных методах защиты. Важно во время этого рассказывать о плюсах и минусах, ограничениях того или иного способа. Макеты табличек [http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/valentines\\_day/](http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/valentines_day/)



### Что может сделать один человек:

- распечатать листовку о методах контрацепции и положить в почтовые ящики соседям [http://www.focus-media.ru/learn-more/printed\\_publications/interception/](http://www.focus-media.ru/learn-more/printed_publications/interception/)

## Что может сделать человек в Интернете:

- принять участие в фотовыставке «Молодежь о репродуктивных правах». Для этого нужно сформулировать свои мысли о репродуктивном здоровье и репродуктивных правах молодежи (доступности информации на эту тему, доступу к контрацепции и т.д), сфотографироваться с этим высказыванием и опубликовать его у себя в социальных сетях. Фотовыставка «Молодежь о репродуктивных правах» размещена на нашем сайте [http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/wcd\\_2012.php](http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/wcd_2012.php)
- Разместить у себя в социальных сетях видео о методах контрацепции <http://www.youtube.com/watch?v=9IS-j3zCjVc>



## Сценарий 2

**Цель:** побудить молодежь сделать тест на ВИЧ

Для достижения поставленной цели мы создали кампанию по тестированию на ВИЧ для молодежи «Ты отрицательный или положительный?» [http://www.focus-media.ru/learn-more/campaigns/index.php?ELEMENT\\_ID=2515](http://www.focus-media.ru/learn-more/campaigns/index.php?ELEMENT_ID=2515) (по ссылке очень много разнообразных материалов кампании!).

**Герои кампании** – волонтер dance4life Тимур Генералов и 16-летняя ВИЧ-положительная девушка Яна Панфилова.

**Слоган и парадигма кампании** связаны с игровым моментом. Обычно, положительный образ ассоциируется с хорошим, отрицательный – с плохим. Идея, которая лежит в основе кампании, переворачивают это представление.

Здоровый молодой человек с отрицательным ВИЧ-статусом – дерзкий хулиган, ВИЧ-положительная девушка – безусловно, приятный положительный персонаж. Таким образом создатели кампании обращают внимание на проблему стигматизации людей, живущих с ВИЧ, и призывают преодолеть негативное отношение к ним.

## Что может сделать команда единомышленников:

- организовать уличные акции с информационными викторинами, также можно приглашать людей пройти тестирование на ВИЧ и просить их дать себе обещание сдать тест:
  - ✓ с помощью писем с обещанием, которые люди будут писать себе, а команды пришлют их по почте через месяц;
  - ✓ с помощью с баблов, на которых будет обещание сдать тест на ВИЧ, которые сам человек и команды разместят у себя в соц.сетях с тэгом #сдайтестнавич
- организовать экспресс-тестирование на ВИЧ



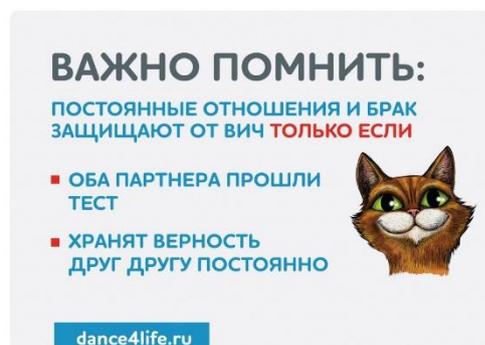
- разместить плакаты кампании (в учебных учреждениях, гос.учреждениях, наружная реклама и т.д.)
- разместить аудио-ролики кампании (на радио, в учебных учреждениях, гос.учреждениях и т.д.)

## Что может сделать один человек:

- договориться о размещении материалов кампании в своем учебном учреждении или в любых доступных местах, разместить их у себя в подъезде

## Что может сделать человек в Интернете:

- сдать тест на ВИЧ и рассказать об этом в социальных сетях (написать о том, почему это важно, где в городе можно сдать тест на ВИЧ и т.д.)
- сфотографироваться с нашей готовой табличкой или сделать свою с обещанием сдать тест и запостить эту информацию у себя в социальных сетях
- запостить у себя в социальных сетях принты о тестировании на ВИЧ [http://www.focus-media.ru/learn-more/campaigns/index.php?ELEMENT\\_ID=2515](http://www.focus-media.ru/learn-more/campaigns/index.php?ELEMENT_ID=2515)
- пройти обучение по теме «Методы контрацепции» на нашей обучающей платформе и рассказать об этом у себя в социальных сетях [http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/teach/life/lesson/?lesson\\_id=19](http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/teach/life/lesson/?lesson_id=19)



# День борьбы со СПИД

**Цель:** привлечь внимание общественности к теме ВИЧ, распространить базовую информацию о том, как сохранить свое здоровье

## Что может сделать команда единомышленников:

- организовать уличные акции с информационными викторинами, также можно приглашать людей пройти тестирование на ВИЧ;

чтобы привлечь внимание людей можно организовать фотоактивность с элементами, стилизованными под красную ленточку – символ борьбы со СПИД макеты здесь: [http://focus-media.ru/projects/dance4life/world\\_aids\\_day/userpic/](http://focus-media.ru/projects/dance4life/world_aids_day/userpic/)

- взять готовый план урока и провести классный час в учебном заведении [http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/world\\_aids\\_day/lesson/](http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/world_aids_day/lesson/)



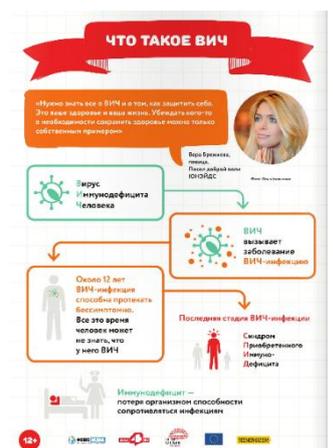
## Что может сделать один человек:

- вдохновить Президента РФ, написав ему письмо с просьбой обратить внимание на проблему ВИЧ в России (подробная инструкция того, как это сделать [http://focus-media.ru/projects/dance4life/world\\_aids\\_day/letter/](http://focus-media.ru/projects/dance4life/world_aids_day/letter/))
- распечатать листовки и разместить у себя в подъезде или учебном учреждении

[http://issuu.com/dance4liferu/docs/stends\\_print](http://issuu.com/dance4liferu/docs/stends_print)  
или

<http://focus-media.ru/upload/medialibrary/3fa/3fa658b9e001a02a8f1e3a65e6b5dc73.jpg>

- взять готовый план урока и провести классный час в своем учебном заведении [http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/world\\_aids\\_day/lesson/](http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/world_aids_day/lesson/)



## Что может сделать человек в Интернете:

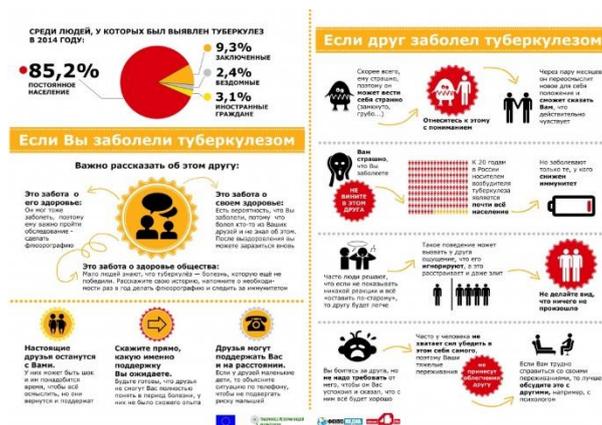
- пройти обучение по теме «ВИЧ» [http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/teach/life/lesson/?lesson\\_id=13](http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/teach/life/lesson/?lesson_id=13) и рассказать об этом у себя в социальных сетях
- сделай фотографию с одним из дизайнерских аксессуаров и поставь ее на аватарку [http://focus-media.ru/projects/dance4life/world\\_aids\\_day/userpic/](http://focus-media.ru/projects/dance4life/world_aids_day/userpic/)
- разместить у себя в социальных сетях видео о Дне борьбы со СПИД <http://www.youtube.com/watch?v=7ja1-cMJMF0>

# День борьбы с туберкулезом

**Цель:** привлечь внимание жителей страны к простому факту, что тема туберкулеза актуальна для КАЖДОГО, поэтому, важно ЕЖЕГОДНО проходить обследование на туберкулез.

## Что может сделать команда единомышленников:

- организовать уличные акции с информационными викторинами (см. вопросы в Приложении №6);
- распространять листовки на тему того, что говорить, если у Вашего друга обнаружили туберкулез, и если у Вас самого обнаружили туберкулез  
<http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/TB-2015/>
- организовать мобильные пункты для прохождения флюорографии;
- раздавать приглашения на прохождение флюорографии, вписав адреса, где ее можно пройти (макет приглашения здесь: <http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/day-of-struggle-with-tuberculosis-2013/index.php> )
- рисовать ромашки мелом на асфальте, вовлекая в это прохожих, рассказываем про то, что ромашка – символ борьбы с туберкулезом;
- сделать мастер-классы по изготовлению ромашек (из фетра\бумаги\рисую с помощью аквагрима и т.д.);
- угощать прохожих ромашковым чаем, конфетами «Ромашка» и проводим профилактические беседы;
- провести профилактический урок в учебном\досуговом заведении (сценарий см. Приложение №4 или [http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/tb\\_2012.php](http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/tb_2012.php) );
- договориться о размещении в СМИ или на плазмах в общественных местах видео социальной рекламы: "Коротко о главном" [http://www.youtube.com/watch?v=VJa6\\_vPhq6w](http://www.youtube.com/watch?v=VJa6_vPhq6w) и "Нет ничего проще" <http://www.youtube.com/watch?v=YbuNwV1rROs> , В



которых принял участие телеведущий Антон Комолов

- договориться о размещении фотовыставки Сержа Головача [http://vk.com/album-9626849\\_206102276](http://vk.com/album-9626849_206102276) или даже о том, чтобы местные известные люди поддержали инициативу, и создать продолжение этой серии фотографий;
- организовать в социальных сетях конкурс демотиваторов на тему «Туберкулез»;
- организовать в социальных сетях конкурс, предложив участникам креативно рассказать о важности проходить тестирование;

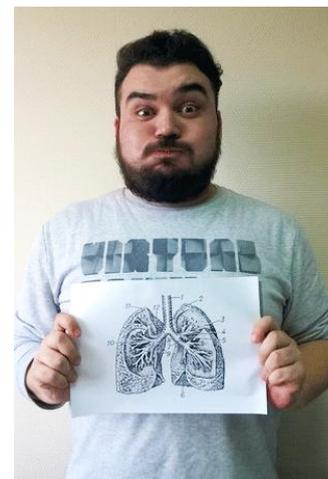


### Что может сделать один человек:

- провести профилактический урок в учебном\досуговом заведении (сценарий см. Приложение №4 или [http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/tb\\_2012.php](http://focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/tb_2012.php) );
- разложить в почтовые ящики соседей листовку на тему того, что говорить, если у Вашего друга обнаружили туберкулез, и если у Вас самого обнаружили туберкулез <http://www.focus-media.ru/projects/dance4life/about/events/TB-2015/>

### Что может сделать человек в Интернете:

- разместить у себя в социальных сетях социальную рекламу: "Коротко о главном" [http://www.youtube.com/watch?v=VJa6\\_vPhq6w](http://www.youtube.com/watch?v=VJa6_vPhq6w) и "Нет ничего проще" <http://www.youtube.com/watch?v=YbuNwV1rROs> , в которых принял участие телеведущий Антон Комолов;
- изменить аватарку и написать о том ,почему важно проходить флюорографию;
- пройдите флюорографию и напишите об этом у себя в социальных сетях



---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №4**

---

## Как провести интересное мероприятие ко дню борьбы с туберкулезом

По оценке ВОЗ в России за 2011 год:

- было выявлено 104320 новых случаев заболевания туберкулезом
- 240 237 больных туберкулезом, состоят на учете
- 20 270 человек умерло от туберкулеза

Это означает, что ежедневно в России

- 286 человека узнают о том, что больны туберкулезом
- 55 человек умирают от туберкулеза

Каждый час

- 12 человек слышат диагноз “туберкулез”
- 2-3 человека в России умирают от него

Заболеваемость туберкулезом детей в возрасте 0-14 лет в 2011 году составила 16,6 случаев на 1000 человек. Причем, наблюдается рост этого показателя на 13% по сравнению с предыдущими годами.

Поэтому важно, чтобы молодые люди

- 1 знали признаки заболевания,
- 2 знали, как снизить риск заражения,
- 3 осознавали необходимость проходить регулярное обследование и были готовы взять ответственность за обследование на себя.

Перечисленные выше задачи мы вполне можем решать, организовав тематическое мероприятие для учащихся к 24 марта - дню борьбы с туберкулезом.

Следует отметить, что тема профилактики туберкулеза - далеко не самая привлекательная для молодежи :-)

Поэтому такие привычные формы профилактической работы как лекции, встречи со специалистом, самостоятельная подготовка учащимися тематических докладов или конкурс плакатов, скорее всего, особого интереса у ребят не вызовут.

Мы, команда проекта dance4life, стремимся к тому, чтобы мероприятия по теме сохранения здоровья были привлекательными, интересными для молодежи, и достигали поставленной цели - формирования навыков ответственного поведения у ребят.

Поэтому мы решили попробовать представить тему туберкулеза подросткам в непривычном формате - в виде интерактивной выставки.

Разработав сценарий и опробовав его в рамках акций ко Дню борьбы с туберкулезом в 2012 году в более чем 20 регионах РФ, мы убедились, что этот формат работы:

- позволяет учащимся получать информацию в развлекательной форме,
- вызывает искренний интерес даже у самых скептически настроенных учащихся;
- позволяет проводить мероприятие сразу для нескольких классов/ групп учащихся;
- включает в себя элемент соревновательности между учащимися, что стимулирует вовлеченность ребят;
- позволяет вовлекать в качестве ведущих мероприятия самих учащихся - для этого нужен только небольшой инструктаж.

## Подготовка мероприятия

Необходимо назначить дату проведения мероприятия, дата может быть приурочена к Всемирному дню борьбы с туберкулезом - 24 марта или назначен любой другой удобный для учебного заведения день.

Также - выбрать помещение для мероприятия: спортивный или актовый зал

Согласовать проведение мероприятия со всеми необходимыми лицами.

Набрать группу из 40-50 человек

В день мероприятия расставить 4 стенда по разным сторонам зала, по принципу кругового перемещения

Привести всех организованно в зал

## Необходимые материалы и техническое оснащение

Поверхности для стендов (пробковые доски, магнитные доски, стол); вопросы для викторины; распечатанные карточки для проведения выставки; призы для викторин

## Сценарий проведения интерактивной выставки в стендах «Туберкулез: что это?»

Когда группа вошла в зал, один из ведущих приветствует группу и объясняет, что будет происходить.

Ведущий: «Всем привет, сегодня, в преддверии Всемирного дня борьбы с туберкулезом, да, а, кстати, скажет ли кто-нибудь когда он? (если звучит правильный ответ - 24 марта, то человеку вручается приз) мы хотим поговорить с вами о том, что это за болезнь, как она передается и как себя уберечь. Наше мероприятие будет организовано следующим образом: мы делимся на равные четыре группы, затем каждая группа подходит к одному из стендов. Около каждого стенда вас ожидает ведущий. После прохождения одного стенда, команда переходит к другому, и так, пока группа не пройдет все четыре стенда. Затем будет возможность получить дополнительные призы, ответив правильно на проверочные вопросы викторины и проявить свой творческий потенциал, оставив отзыв и украсив информационный плакат для своих одноклассников/одногруппников (плакат вешается по желанию организаторов и является способом сбора обратной связи)

**Комментарий:** Порядок прохождения стендов не важен.

### Стенд №1

На первом стенде размещена надпись “ТУБЕРКУЛЕЗ”.

**Ведущий: «Итак, Туберкулез – что это за заболевание?»**

Ведущий выслушивает варианты ответов, затем называет правильный вариант: “Туберкулёз широко распространённое в мире инфекционное заболевание, вызываемое микобактериями туберкулеза”.

Вопрос к аудитории: Туберкулез, от лат. Tuberculum переводится как:

- |                   |            |
|-------------------|------------|
| <b>А. Бугорок</b> | В. Нарыв   |
| Б. Палочка        | Г. Дыхание |

За правильный ответ ведущий выдает поощрительный приз.

Вопрос к аудитории: Какой орган чаще всего поражает туберкулез?

- Туберкулёз обычно поражает лёгкие, реже затрагивая другие органы и системы.

После правильного ответа, ведущий прикрепляет картинку легких к стенду.

**Ведущий: «А теперь немного истории...»**

- Туберкулез как заболевание известен ещё с глубокой древности – его описания можно найти в трудах Гиппократ и других медицинских трудах далекого прошлого Египта, Китая, Индии, Греции и арабских стран
- В Египте была обнаружена мумия человека, возраст которой насчитывает более 2 тысяч лет, со следами поражений, характерными для туберкулеза.

В процессе рассказа ведущий прикрепляет картинку мумии.

**Ведущий: «А теперь давайте попробуем разобраться с цифрами:**

По данным Всемирной организации здравоохранения

в мире, прикрепляет картинку глобуса:

Далее ведущий прикрепляет строчки с пропущенными цифрами

- Ежегодно в мире туберкулезом заболевает около 9 млн. человек
- Примерно каждую секунду возникает новый случай инфекции
- Каждый день в мире от туберкулеза умирают около 5 тысяч человек
- Каждый 3й человек в мире (то есть около 2х миллиардов человек!) носит в себе туберкулезную палочку

**Комментарий:** После того как кто-то из участников угадал или максимально приблизился к правильному ответу, ведущий вставляет карточку с верной информацией в пробел в строке и дает поощрительный приз.

В России, прикрепляет картинку очертания России

- Ежегодно туберкулезом заболевают около 120 тысяч жителей России
- Каждые 25 минут в России умирает больной туберкулезом
- В России уровень заболеваемости и смертности населения по причине туберкулеза превышает аналогичные показатели в странах Европы в 5 – 8 раз

**ВАЖНО:** Если туберкулез не лечить, то один больной с активной формой заболевания заражает, в среднем, 10-15 человек в год

**Комментарий:** После того как кто-то из участников угадал или максимально приблизился к правильному ответу, ведущий вставляет карточку с верной информацией в пробел в строке и дает поощрительный приз.

**Оформление:** ламинированные картинки: легкие, мумия, вырезанные надписи, глобус, очертание России

**Призы:** на усмотрение команды

## Стенд №2

Ведущий: «Все когда - либо из нас играли в дартс, а если нет, то сейчас представится уникальная возможность попробовать себя в качестве меткого стрелка».

Ведущий предлагает группе разделиться на две команды и по очереди бросать шарик в дартс. Та команда, которая дает больше всего правильных ответов - побеждает и получает призы.

### Желтое поле. Категория вопросов «Как можно заразиться туберкулезом?»

- 1 Основной источник заражения туберкулеза это:

**Ответ:** человек, который болеет туберкулезом легких

- 2 Возбудитель туберкулеза передается:

**Ответ:** воздушно-капельным путем

- 3 Возбудитель туберкулеза передается, когда больной человек:

**Ответ:** когда больной человек

- кашляет,
- чихает,
- кричит
- или поет,

В воздух выделяются капельки с микобактериями туберкулеза, а другой человек их вдыхает.

- 4 Где можно заразиться туберкулезом?

**Ответ:** при прямом контакте с больным ТБ, в замкнутом пространстве, например, в транспорте, где побывал больной туберкулезом легких

- 5 Заразиться туберкулёзом значит ли это заболеть и почему?

**Ответ:** нет, не значит. Во-первых, у каждого человека существует врожденный иммунитет к туберкулезу, который объясняется рядом иммуногенетических факторов. Кроме этого, есть приобретенный иммунитет, который формируется с помощью вакцины.

### Красное поле. Категория вопросов «Кто может заболеть туберкулезом?»

- 1 Людей, какого социального статуса поражает туберкулез?

**Ответ:** Туберкулез поражает людей независимо от их социального статуса.

- 2 Какие категории людей больше подвержены инфекции?

**Ответ:** Дети, подростки, беременные женщины и пожилые люди более подвержены инфекции.

- 3 Какая система организма контролирует инфекцию?

**Ответ:** Здоровая иммунная система человека успешно контролирует инфекцию.

- 4 Что происходит при ослаблении иммунитета?

**Ответ:** При наличии туберкулезной палочки в организме, болезнь начинает активно развиваться

## Зеленое поле. Категория вопросов «История»

1 Как называли туберкулез в 18-19 веке?

**Ответ:** чахотка

2 В произведении какого русского писателя отражена тема «чахотки»?

**Ответ:** Достоевский

3 Какой известный русский писатель умер от туберкулеза?

**Ответ:** Чехов

4 Как вы думаете, что было запрещено больным туберкулезом в Древней Индии?

Ответ: вступать в брак

5 Что является символом борьбы с туберкулезом?

**Ответ:** ромашка

Оформление: дартс, шарик, который кидать

Призы: на усмотрение команды

### Стенд №3

#### «Основные симптомы, характерные для туберкулеза»

Назовите основные симптомы проявления туберкулеза. Ведущий по мере того, как участники называют симптомы, вешает соответствующие картинки:

**Ответ:**

- кашель на протяжении 2–3 недель
- боль в груди
- значительное похудение, потеря веса
- наличие крови в мокроте;
- потливость по ночам;
- периодическое повышение температуры;
- общее недомогание и слабость;

**ВАЖНО:** Первичные симптомы туберкулеза похожи и на ряд других заболеваний.

Туберкулез может долгое время приниматься за другую болезнь. Поэтому необходимо регулярно проходить обследование на туберкулез.

Далее **Ведущий** просит продолжить каждую фразу и прикрепляет к стенду соответствующую картинку.

#### Как обнаружить туберкулез?

- Чаще всего для выявления туберкулеза легких применяется **флюорография**. Флюорографическое обследование грудной клетки можно сделать **в поликлинике** по месту жительства. Рекомендуется **ежегодно** проходить это обследование.

- Диагноз туберкулеза могут подтвердить исследования **мокроты** как самый прямой и быстрый способ диагностики туберкулеза, а также анализы мочи, кала на туберкулезные палочки
- Для своевременного выявления инфицирования туберкулезом всем детям и подросткам в России ежегодно проводится **туберкулиновая проба Манту**.

**ВАЖНО:** При первых симптомах заболевания необходимо обратиться к врачам — участковому терапевту и специалисту-фтизиатру

#### **Вопросы:**

- 1 **Как вы думаете, в каком веке родилась наука о туберкулезе? Назовите ее.**

**Ответ:** 19 век. 24 марта 1882 года – родилась фтизиатрия, наука о туберкулезе.

- 2 **Почему возбудителя туберкулеза прозвали - «палочка Коха»?**

**Ответ:** немецкий ученый Роберт Кох открыл микобактерию, возбудителя туберкулеза, которую прозвали «палочкой Коха», за что через 29 лет он получил Нобелевскую премию.

- 3 **Кто такой Вильгельм Рентген?**

**Ответ:** Вильгельм Рёнтген открыл лучи, способные диагностировать туберкулёз.

- 4 **Насколько излечим туберкулез? Какие условия должны быть соблюдены?**

**Ответ:** Практически все пациенты с впервые выявленным туберкулезом, своевременно начавшие и полностью закончившие назначенный курс лечения, могут быть излечены

- 5 **Через какое время после начала лечения опасность инфицирования других людей снижается?**

**Ответ:** Больной туберкулезом легких человек является источником инфекции, пока не начнет интенсивное лечение. Через 2-3 месяца после начала лечения опасность инфицирования окружающих снижается при условии, что человек принимает контролируемо назначенные лекарства и выполняет предписания врача. **При этом важно продолжать курс лечения непрерывно и довести его до конца.**

**ВАЖНО!** При отсутствии своевременного лечения каждый 2-ой больной умирает от активного туберкулёза в течение одного-двух лет.

Оформление: ламинированные карточки: симптомы, флюорография, поликлиника, календарь, мокрота, проба Манту.

Призы: на усмотрение команды

#### **Стенд №4**

#### **Упражнение 1. Что может сильно снижать иммунитет?**

На стенде размещаются ниже представленные карточки. Ведущий задает вопрос: «Скажите, пожалуйста, какое отношение имеют эти факторы к туберкулезу?»

#### **Карточки:**

курение

алкоголь

употребление наркотиков  
стресс  
несбалансированное питание  
малоподвижный образ жизни  
экология  
недостаток сна  
температурная нагрузка  
прием антибиотиков

После того, как все версии высказаны, ведущий уточняет, если это необходимо, что все эти факторы негативно влияют на наш иммунитет, а снижение иммунитета напрямую влияет на увеличение риска заражения туберкулезом.

## Упражнение 2. Ромашка «Крепкий иммунитет»

**Ведущий:** «Чтобы не заболеть туберкулезом, необходимо вести здоровый образ жизни. Сейчас мы с вами к сердцевине будем прибавлять лепестки, которые будут охранять иммунитет и сделают ромашку полноценным цветком».

Прикрепляется желтая сердцевина ромашки, в ней написано **крепкий иммунитет** и, нужно отгадать какие условия нужно соблюдать, чтоб не заболеть:

- 1 лепесток - здоровая нервная система
- 2 лепесток – полноценное питание
- 3 лепесток - ежедневная физическая нагрузка.
- 4 лепесток – регулярное проветривание помещения.

## Кроссворд

болеЗнь

гипоДинамия

прОфилактика

Режим

рациОн

закалиВание

кашель

иммунитЕт

- 1 Нарушение нормальной жизнедеятельности организма (**болезнь**).
- 2 Недостаток движения (**гиподинамия**).
- 3 Меры, которые должен предпринимать человек по предупреждению заболеваний (**профилактика**).
- 4 Правильное чередование периодов работы и отдыха, их продолжительность, рациональное распределение времени в течение одного дня, недели, месяца, года это - ...? (**режим**).
- 5 Набор продуктов, удовлетворяющий потребности в энергии и жизненно-важных вещах (**рацион**).

- 6 Система специальной тренировки терморегуляторных процессов организма, включающая в себя процедуры, действие которых направлено на повышение устойчивости организма к переохлаждению или перегреванию (**закаливание**)
- 7 Форсированный выдох через рот, вызванный сокращениями мышц дыхательных путей из-за раздражения рецепторов (**кашель**)
- 8 Способность организма противостоять изменению его нормального функционирования под воздействием внешних факторов (**иммунитет**).

**Ключевое слово:** состояние полного физического, психического и социального благополучия (здоровье).

Оформление: кроссворд, ромашка, карточки

Призы: на усмотрение организаторов. Примеры: конфеты “Ромашка”, жевательная резинка “Love is”, мелкая сувенирная продукция.

Материалы, которые необходимо сделать самим:

1. Трехцветный дартс (можно использовать ватман и краски) + шарики для метания по количеству групп участников
2. Кроссворд (напечатать на принтере в формате А3)
3. Ромашка (макет в приложении)

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №5**

---

## Сценарий проведения классного часа

**Занятие проводится в форме классного часа для учащихся 10-11 классов.**

**Необходимые материалы:** компьютер, проектор, звуковая система, мелкие призы для победителей викторины о ВИЧ

### Блок №1

Цель: Создание неформальной атмосферы, знакомство участников с командой проекта, настрой на общение  
Продолжительность: 5 мин.

Звучит музыка

Ведущий:

Всем привет! Мы, движение dance4life, рады приветствовать вас на занятии, которое называется "Измени мир к лучшему"!

В течение этого занятия у вас будет уникальная возможность:

- познакомиться с реальными примерами того, как люди меняли мир к лучшему и боролись с эпидемией СПИДа
- проверить свои знания по теме «ВИЧ – инфекция»
- понять, как лично вы можете внести свой вклад в борьбу с ВИЧ в России

Для начала позвольте рассказать вам немного о движении dance4life. Мы покажем видео, которое говорит само за себя.

Демонстрация видео «dance4life верит» (1 мин.)  
<http://www.youtube.com/watch?v=LBTQEycTDrM>

Ведущий: Мы, участники движения dance4life, действительно верим, что, объединяя свои усилия, мы можем достигать реальных изменений к лучшему!

Наш урок приурочен к Всемирному дню борьбы со СПИДом. На протяжении 30 лет существования эпидемии ВИЧ-инфекции ученые сделали колоссальный прорыв в изучении этого заболевания, разработали систему его диагностики и лечения.

Сегодня многие страны мира всерьез говорят об окончании эпидемии ВИЧ-инфекции. Одной из Целей тысячелетия является достижение нуля новых случаев заражения ВИЧ. К сожалению, в России говорить о нуле пока рано. Более того, эпидемия все еще растет среди молодежи. Именно поэтому мы считаем важным убедиться, что вы знаете, как себя защитить от заражения.

### Блок №2

Цель: Закрепление знаний о ВИЧ-инфекции, которые уже есть у участников  
Акцент на соревновательном элементе в игровой форме.  
Продолжительность: 15 мин.

Ведущий: А сейчас пришло время узнать, какими знаниями о ВИЧ вы уже обладаете! Мы будем предлагать вопросы и варианты ответов на них, а вам предстоит правильно на них ответить!

Ведущий показывает вопросы на экране с вариантами ответов. Участники голосуют, динамика ответов видна всем в реальном режиме. Ведущий озвучивает правильные ответы.

Вопросы (команда может заменить/ добавить любые свои вопросы):

1. Какое насекомое переносит вирус ВИЧ?
  - Комары
  - Австралийские пауки
  - Осы
  - Насекомые не переносят вирус ВИЧ
2. Кто подвержен заражению ВИЧ-инфекцией половым путем больше: девушки или юноши?
  - юноши, потому что чаще вступают в половые контакты
  - и юноши, и девушки подвержены заражению ВИЧ-инфекцией в равной степени
  - девушки, из-за биологических особенностей строения организма
3. Молодые люди могут защитить себя от ВИЧ, если будут:
  - верны одному партнеру
  - заниматься активно спортом
  - обладать достоверной информацией, применять методы контрацепции: воздержание и/или барьерный метод контрацепции
4. При каких условиях от заражения ВИЧ защищает верность единственному партнеру?
  - Если зарегистрирован брак;
  - Если оба партнера были девственниками;
  - Если оба партнера прошли тестирование до вступления в половые отношения, оба ВИЧ-отрицательные и хранят взаимную верность друг другу.
5. Кому нужно проходить тестирование на ВИЧ?
  - Человеку, у которого был хотя бы 1 незащищенный половой контакт
  - партнерам, которые планируют беременность
  - человеку, который хотя бы 1 раз в жизни принимал инъекционные наркотики
6. Может ли ВИЧ-положительная женщина родить здорового ребенка, если да, то при соблюдении каких условий?
  - может, если будет принимать во время беременности антиретровирусную терапию, и откажется от грудного вскармливания
  - может, если ее муж ВИЧ-отрицательный
  - не может
7. Почему важно принимать лечение при ВИЧ-инфекции?
  - лечение продлевает жизнь ВИЧ-позитивному человеку

- лечение помогает вылечиться от ВИЧ
  - лечение позволяет снизить опасность передачи вируса ВИЧ другим людям
8. Почему дискриминация ВИЧ-положительных людей приводит к трагическим последствиям?
- потому что люди боятся оказаться ВИЧ-позитивными и поэтому неохотно сдают тест на ВИЧ
  - потому что ВИЧ-позитивные люди, столкнувшись с плохим отношением, боятся обращаться за медицинской помощью
  - потому что плохое отношение к ВИЧ-позитивным людям обычно распространяется и на их родственников, и они тоже страдают

Ведущий подводит итоги и вручает тем, кто дал правильные ответы, мелкие призы.

Ведущий: Важно обладать достоверными знаниями, потому что они делают нас сильнее, ведь в случае опасных ситуаций мы сможем принять правильное решение.

### **Блок №3**

Цель: Представить вдохновляющие примеры участия российской молодежи в борьбе с ВИЧ

Продолжительность: 10 мин.

Ведущий: Скажите, пожалуйста, можете ли вы привести примеры, когда молодые люди совершали поступки, которые изменяли историю?

Участники приводят свои примеры.

Ведущий выслушивает ответы аудитории, благодарит за них и рассказывает историю о Райане Уайте:

Райан Уайт, простой американский подросток, с рождения страдал от гемофилии и получал специальный препарат на основе донорской крови, через который и был инфицирован. Заболевание диагностировали в декабре 1984 года. Несмотря на заявления докторов об отсутствии риска для учеников школы, в которой учился Райан, многие родители и учителя сплотились против его присутствия в учебном заведении.

Длинная юридическая битва со школьной системой и освещение конфликта в СМИ сделали Райана знаменитостью и символом борьбы против СПИДа. До своей смерти в 1990 году (ему было 19 лет) Райан принимал активное участие в различных акциях и мероприятиях, встречался со многими публичными фигурами и оказал огромное влияние на восприятие общественностью проблемы ВИЧ.

Именем Райана Уайта названа федеральная программа США по оказанию помощи малоимущим ВИЧ-инфицированным, принятая вскоре после его смерти и действующая до сих пор.

Элтон Джон в интервью одному изданию сказал о Райане Уайте: «Встреча с семьей Райана стала одним из важнейших событий в моей жизни. Я был с ним в последнюю неделю перед смертью, и пытался хоть чем-то помочь. Я благодарен за то, что он изменил мою судьбу, дал мне шанс жить».

Ведущий: Это был пример героизма юноши, который повлиял на восприятии этой темы в обществе.

Клип Майкла Джексона о Райане Уайте <http://www.youtube.com/watch?v=IcNamirwTaY>

## **Блок №4**

Цель: Представить ученикам варианты простых действий для профилактики ВИЧ-инфекции, которые учащиеся могут осуществить своими силами

Продолжительность: 10 мин.

Ведущий:

Врачи, учителя, другие специалисты уже борются с проблемой ВИЧ, и мы считаем, что молодежь тоже может и должна взять на себя ответственность за решение этой проблемы.

Совсем не обязательно быть супер-героем, чтобы спасти чью-то жизнь! Каждый из нас может сделать вклад, чтобы остановить эпидемию ВИЧ.

Мы предлагаем вам использовать следующие варианты действий, которые очень просты и эффективны:

- Поделитесь знаниями об эпидемии ВИЧ и способах защиты от заражения со своим окружением
- Пригласите знакомых или друзей пройти тест на ВИЧ
- Если в вашем окружении есть люди, живущие с ВИЧ, окажите им поддержку

Ведущий показывает слайд-шоу из фотографий реальных профилактических мероприятий, проведенных молодыми волонтерами dance4life Россия

<http://www.slideshare.net/Evlampieva4life/ss-28600990>

## **Блок №5 Завершение**

Цель: Подвести итоги интерактивного занятия, вдохновить учащихся предпринять действия, направленные на профилактику ВИЧ

Продолжительность: 2 мин.

Ведущий:

Мы хотим завершить наше занятие словами посла доброй воли движения dance4life, известного диджея DJ Feel: "Нам не нужно, чтобы вы делали невозможное. Просто будьте внимательнее к своим поступкам и их последствиям. И оставайтесь хорошими людьми!"

Мы приглашаем вас использовать свою силу, творчество, энергию, чтобы внести вклад в борьбу с эпидемией ВИЧ! Вместе мы можем изменить мир к лучшему!

Если у вас остались вопросы, вы можете задать их нашей команде. Увидимся ВКонтакте и пока!

Включается фоновая музыка, участники задают вопросы, расходятся.

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №6**

---

## Вопросы для информационной викторины

# ВИЧ-инфекция

### 1. Как расшифровывается аббревиатура ВИЧ?

Вирус Иммунодефицита Человека (это означает, что по своей биологической природе это Вирус, который разрушает иммунную систему (т.е. организм теряет способность сопротивляться инфекциям) Человека и только Человека).

### 2. Что такое СПИД?

Синдром Приобретенного Иммунодефицита (Синдром - совокупность признаков определенного заболевания; Приобретенного - не врожденный, а приобретенный в результате заражения Вирусом Иммунодефицита Человека; Иммунодефицит - потеря организма способности сопротивляться инфекциям). СПИД является последней стадией ВИЧ-инфекции.

### 3. Почему люди умирают от СПИДа?

СПИД - это синдром приобретенного иммунодефицита человека, последняя стадия ВИЧ-инфекции. На этой стадии организм человека очень ослаблен, так как он потерял способность сопротивляться инфекциям. Поэтому у человека развивается очень много инфекций, которые разрушают его организм. Иммуитет как бронезелет защищает человека, а если его нет - то человек погибнет. Т.е. человек погибает не от самого отсутствия бронезелета, а от ранений. Так и человек умирает не от самого СПИДа, а от инфекций, которые развиваются в результате того, что иммунитет не может с ними справиться.

### 4. Что разрушает ВИЧ?

Иммунную систему человека, которая отвечает за возможность организма бороться с инфекциями. Он потому так и называется: Вирус Иммунодефицита Человека.

### 5. В чем разница между ВИЧ и СПИД?

ВИЧ - это Вирус (иммунодефицита человека). Он вызывает заболевание, которое называется ВИЧ-инфекция. Последняя стадия ВИЧ-инфекции - это СПИД, т.е. синдром приобретенного иммунодефицита человека). Таким образом, ВИЧ - это сам вирус, а СПИД - это последняя стадия заболевания, вызванная ВИЧ.

### 6. Можно ли заразиться СПИДом?

Нет.

Синдром приобретенного иммунодефицита человека - это последняя стадия заболевания, которое называется ВИЧ-инфекцией. А причина ВИЧ-инфекции - это ВИЧ (вирус иммунодефицита человека). Поэтому заразиться можно только ВИЧ. А СПИДом -

нельзя, он развивается долго и только при отсутствии лечения специальными препаратами (АРВ-терапии).

### **7. Какие есть пути передачи ВИЧ?**

ВИЧ передается через жидкости организма человека тремя путями:

- 1) кровь-кровь (употребление инъекционных наркотиков нестерильными шприцами, нанесение татуировок нестерильными иглами, переливание зараженной крови)
- 2) половым путем (через сперму и вагинальный секрет во время вагинального, анального и орального контактов)
- 3) через молоко ВИЧ-положительной матери при кормлении грудью, если женщина не принимает терапию от ВИЧ (АРВ-терапию).

### **8. В каких ситуациях нужно сделать тест на ВИЧ?**

В случае если у Вас был незащищенный секс (без презерватива) с человеком, чей ВИЧ статус вам не известен **ДОСТОВЕРНО** (пока Вы точно не будете знать, что он делал тест на ВИЧ); если Вы употребляли инъекционные наркотики; если вам делали татуировки или переливание крови. Во время беременности женщинам всегда необходимо сделать тест на ВИЧ.

### **9. Где можно сделать тест на ВИЧ?**

Его можно сделать бесплатно и анонимно в СПИД-центре Вашего города, а также - в поликлинике по месту жительства.

### **10. Можно ли заразиться ВИЧ от укуса комара?**

Нет.

ВИЧ - вирус иммунодефицита человека, он может жить и размножаться только в человеческом организме, поэтому животные не могут передавать ВИЧ. К тому же, вопреки распространенному мифу кровь человека не может попасть в чужой кровоток при укусе комара.

Когда комар жалит человека, он впрыскивает не кровь предыдущей жертвы, а свою слюну. Такие заболевания, как желтая лихорадка и малярия, передаются через слюну некоторых видов комаров, поскольку возбудители этих болезней способны жить и размножаться в слюне комара. Но ВИЧ не способен размножаться в организме комара или любого другого кровососа, поэтому, даже попадая в организм насекомого, не выживает и не может никого заразить.

### **11. Может ли ВИЧ-положительная женщина родить здорового ребенка?**

Да.

На сегодняшний день есть эффективная терапия, при приеме которой женщина не передает ребенку ВИЧ во время беременности, также врачи соблюдают специальные условия при родах, для того, чтобы обезопасить ребенка от заражения, и чтобы не заразить ребенка после рождения ВИЧ-положительная мать не кормит ребенка грудью

(не кормит своим молоком). При соблюдении всех этих медицинских показаний вероятность родить здорового ребенка составляет 98%. Поэтому при беременности очень важно точно знать свой ВИЧ-статус и, при необходимости, как можно раньше начать лечение.

**12. Расставьте в порядке убывания эффективность методов защиты от заражения ВИЧ половым путем и объясните свой выбор: верность, воздержание, презерватив?**

Воздержание (полное воздержание от секса дает 100% защиту от заражения ВИЧ половым путем (вероятность передачи кровь-кровь, при этом, конечно же, сохраняется). Потом идет презерватив (так как по результатам исследований он дает 98% гарантии, в остальных 2% он рвался или соскальзывал).

И в конце верность. Верность дает гарантию ТОЛЬКО если оба партнера сдавали тест на ВИЧ дважды (с перерывом в 3 месяца) и ОБА сохраняют верность друг другу, не употребляя, при этом инъекционные наркотики.

**13. Защищает ли брак от заражения ВИЧ?**

Нет.

Сам факт брака не дает никаких гарантий. ТОЛЬКО если оба партнера сдавали тест на ВИЧ дважды (с перерывом в 3 месяца) и ОБА сохраняют верность друг другу, не употребляя, при этом инъекционные наркотики, можно говорить о том, что они заражение ВИЧ не произойдет.

**14. Защищает ли верность от заражения ВИЧ?**

Нет.

ТОЛЬКО если оба партнера сдавали тест на ВИЧ дважды (с перерывом в 3 месяца), благодаря чему они достоверно знают свой статус, при этом они не употребляют инъекционные наркотики, можно говорить о том, что они заражение ВИЧ не произойдет.

**15. Нужно ли ВИЧ-положительным партнерам (у обоих ВИЧ) использовать презерватив?**

Да.

Ведь есть много других инфекций, передаваемых половым путем. Также, презерватив помогает контролировать беременность. Помимо этого, ВИЧ очень активно мутирует, и у разных людей он может быть разным. А если ВИЧ-положительные партнеры не используют презерватив, может произойти реинфицирование (они заразят друг друга своим другим вирусом). В результате может случиться так, что им нужно будет менять схему лечения на более сложную.

**16. Можно ли заразиться ВИЧ через поцелуй?**

Нет.

В слюне вирус присутствует в чрезвычайно низкой концентрации, недостаточной для заражения. Зарегистрированы сотни тысяч случаев передачи ВИЧ-инфекции, при которых был с точностью установлен источник заражения. Если бы слюна представляла реальный риск, среди этих сотен тысяч была бы значительная доля людей, получивших ВИЧ при кашле, чихании, поцелуях. Однако опыт показывает, что такой риск заражения ВИЧ отсутствует. Слюна может представлять опасность только в том случае, если в ней видна кровь. Это же относится ко всем другим выделениям человека, кроме спермы, влагалищных секретов и грудного молока. Если нет видимой крови - заражение ВИЧ-инфекцией через слюну, пот, мочу и другие выделения, невозможно.

О том, что ВИЧ не передается при поцелуе уже написано очень много. В то же время находятся люди, которых беспокоит вопросы "ранок и ссадинок" во рту. В реальной жизни, для того, чтобы этот вирус передался при поцелуе, два человека с открытыми кровоточащими ранами во рту должны долго и глубоко целоваться, при этом у одного из них должен быть не просто ВИЧ, а очень высокая вирусная нагрузка (количество вируса в крови). Вряд ли кто-нибудь сможет, да и захочет, воспроизвести подобный "садистский" поцелуй на практике.

#### **17. Может ли ВИЧ-положительный ребенок ходить в детский садик вместе со здоровыми детьми?**

Конечно да, ведь ВИЧ не передается ни бытовым, ни воздушно-капельным путем. Он передается только через половой путь, путь кровь-кровь и при кормлении молоком ВИЧ-положительной женщины.

#### **18. Как долго человек может жить с ВИЧ-инфекцией и не знать об этом?**

ВИЧ-инфекция может протекать бессимптомно от 5 до 12 лет, поэтому именно столько лет человек может жить и не знать, что у него ВИЧ.

#### **19. Как долго ВИЧ живет вне организма человека?**

Это зависит от разных факторов (концентрации вируса, температуры окружающей среды). Обычно ВИЧ может жить вне организма всего несколько минут.

Но при больших концентрациях (что происходит в условиях лабораторных исследований), он может жить до трех дней. Особый интерес представляет срок жизни ВИЧ внутри шприца или полый иглы. Оказалось, что использованный шприц или полая игла (без стерилизации) может содержать живой вирус в течение нескольких суток.

#### **20. Через какие жидкости человека передается ВИЧ?**

через кровь, через сперму и вагинальный секрет, через молоко ВИЧ-положительной матери.

#### **21. При каких видах половых контактов можно заразиться ВИЧ?**

При всех незащищенных половых контактах (вагинальном, оральном, анальном)

## **22. У кого риск заразиться ВИЧ выше: у мужчины или у женщины?**

Вероятность заражения женщины от мужчины при половом контакте примерно в три раза выше, чем мужчины от женщины.

У женщины при незащищенном половом акте в организм попадает большое количество вируса, содержащегося в семенной жидкости мужчины. Площадь поверхности, через которую вирус может проникнуть внутрь, у женщины значительно больше (слизистая оболочка влагалища). Кроме того, в семенной жидкости ВИЧ содержится в большей концентрации, чем в секретах влагалища. Риск для женщины возрастает при ЗППП, эрозии шейки матки, ранках или воспалениях слизистой оболочки, при менструации, а также при разрыве девственной плевы.

Риск заражения и для мужчины, и для женщины увеличивается, если у партнерши эрозия шейки матки.

Для женщины - поскольку эрозия служит "входными воротами" для вируса. Для мужчины - поскольку у ВИЧ-положительной женщины эрозия может привести к отслаиванию с шейки матки клеток, содержащих вирус.

## **23. Можно ли заразиться ВИЧ во время первого полового контакта?**

Да.

Причем, при разрыве девственной плевы риск заражения выше.

## **24. Можно ли заразиться ВИЧ в бассейне?**

При попадании жидкости, содержащей ВИЧ, в воду вирус погибнет, к тому же опять-таки кожа является надежным барьером от вируса. Единственный способ инфицироваться ВИЧ в бассейне - это заняться там сексом без презерватива.

## **25. Правда ли, что черный презерватив защищает лучше, чем все остальные?**

Нет.

Это миф. Цвет презерватива никак не влияет.

## **26. Может ли ВИЧ проникнуть через презерватив?**

Нет.

Хоть в латексе (материал из которого сделан презерватив) и есть поры, но сам презерватив сделан из огромного множества слоев, поэтому нет никакой вероятности, что эти поры образуют одно общее отверстие (они разбросаны на разных участках разных слоев).

## **27. Что может повредить латекс, из которого сделаны презервативы?**

Солнечный свет, механические повреждения, жир (поэтому лубриканты должны быть на водной основе, и нельзя использовать для смазки масла, жирные крема)

**28. Правда ли, что есть случаи, когда людей специально заражали ВИЧ иглками или бритвами в кино и общественном транспорте?**

Миф о "зараженных иглах" возник в зарубежных СМИ еще в самом начале эпидемии. Наши СМИ до сих пор активно тиражируют этот миф. В реальности, не было зафиксировано не только ни одного случая передачи ВИЧ таким образом, но и ни одного случая попыток кого-то "заразить" с помощью иглы или шприца. За все эти двадцать с лишним лет не было зафиксировано ни одного случая "СПИД-терроризма", как его быстренько окрестили. Даже если представить подобную ситуацию, передача ВИЧ в этом случае исключена. ВИЧ слишком быстро погибает вне организма человека, количество крови, попадающей в этом случае в кровоток ничтожно мало.

**29. Сколько пота потребуется, чтобы собрать концентрацию ВИЧ, достаточную для заражения?**

1 ванна

**30. Сколько слюны потребуется, чтобы собрать концентрацию ВИЧ, достаточную для заражения?**

3 литра

**31. Как называется памятная дата, которая связана с темой ВИЧ и отмечается каждое третье воскресенье мая?**

Всемирный день памяти людей, умерших от СПИДа

## **Методы контрацепции**

**1. Из какого материала делали презервативы в Древнем Китае?**

Кожа рыбы

**2. Из какого материала делаются презервативы сейчас?**

Латекс, тонкая резина, винил

**3. Назовите как минимум 5 методов контрацепции**

Презерватив, воздержание, календарный метод, химическая контрацепция, гормональная контрацепция, прерванный половой акт, спираль, стерилизация, срочная контрацепция.

**4. Где был обнаружен первый презерватив?**

В гробнице древнеегипетского фараона Тутанхамона

**5. Какова эффективность календарного метода?**

Низкая, около 25%

**6. Что такое контрацепция?**

Способы предохранения от нежелательной беременности

**7. Что такое «внутриматочная спираль»?**

Метод контрацепции, который препятствует прикреплению оплодотворенной яйцеклетки в матке

**8. Что такое смазка?**

Дополнительная смазка на водной или силиконовой основе, которая наносится на презерватив.

**9. Является ли аборт методом контрацепции?**

Нет, т.к. аборт прерывает уже возникшую беременность, а контрацепция предотвращает наступление беременности

**10. Как действует контрацептивный пластырь?**

Действие аналогично противозачаточным таблеткам, но гормоны поступают в организм через кожу. Пути действия:

- 1) подавляют овуляцию,
- 2) способствует сгущению слизи в шейке матки, и она становится непроходимой для сперматозоидов,
- 3) изменяют слизистую оболочку матки, и оплодотворенная яйцеклетка не может прикрепиться к ней,
- 4) уменьшают двигательную способность сперматозоидов в маточных трубах.

**11. Назовите три самых эффективных метода контрацепции**

Воздержание, презерватив, оральные контрацептивы

**12. От чего рвется презерватив?**

Нарушение целостности презерватива при открытии, истекший срок годности, использование смазки на жировой основе

**13. Через сколько лет нужно менять внутриматочную спираль?**

Через 5-7 лет

**14. Кто решает, сколько иметь детей данной семье?**

Право принимать такое решение принадлежит каждой семье

**15. Что такое вазэктомия?**

Стерилизация мужчины, в результате которой он теряет способность иметь детей

**16. Можно ли забеременеть во время первого ,в своей жизни полового контакта?**

Да, можно

**17. Какие методы контрацепции защищают от большинства инфекций, передаваемых половым путем?**

Воздержание и презерватив

## Туберкулез

**1. Как передается туберкулез?**

Воздушно-капельным путем

**2. Можно ли вылечить туберкулез или он является хроническим заболеванием?**

Можно вылечить

**3. Какие органы поражает туберкулез?**

Туберкулез поражает все органы и ткани ,но чаще всего - легкие

**4. Что является возбудителем туберкулеза?**

Микобактерия палочка Коха

**5. Как часто нужно делать флюорографию?**

Раз в год

**6. Какие методы обследования предназначен для диагностики туберкулеза?**

Анализ крови, мокроты, мочи и кала, флюорография, компьютерная томография, рентген

**7. Был ли туберкулез в Древнем Египте?**

Да, обнаружен в мумиях

8. **Можно ли умереть от туберкулеза?**

Да

9. **Как раньше называли туберкулез?**

Чахотка

10. **Все ли люди, зараженные туберкулезом, заболевают им?**

Нет, некоторые являются просто носителями палочки Коха, но не заболевают

11. **Назовите симптомы туберкулеза?**

Кашель, боль в груди, похудение, кровь в мокроте, потливость по ночам, повышение температуры, общее недомогание и слабость

12. **Как называется врач, который специализируется на лечении туберкулеза?**

Фтизиатр

13. **Кто открыл возбудителя туберкулеза?**

Роберт Кох

14. **Если у человека открытая форма туберкулеза, то когда он перестает быть заразным и не может передать палочку Коха?**

Через 2-3 месяца после лечения

15. **Почему не все люди заболевают туберкулезом?**

У них сильный иммунитет, поэтому они не заболевают

16. **На фоне эпидемии какого заболевания растет эпидемия туберкулеза?**

ВИЧ

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №7**

---

## Финальное мероприятие

Финальное мероприятие – это вечеринка для волонтеров dance4life, на которую ребята специально приезжают из разных регионов. Мероприятие проводится в ночном клубе или на любой другой подходящей площадке.

Подготовка мероприятия распадается на три части:

- логистика процесса (помещение, сцена, репетиции, проход гостей, охрана, гримерки для артистов, саунд-чек, освещение, перебивки, еда для участников, микрофоны и т.д.),
- творческая программа (приглашение артистов, формирование списка выступающих, работа ведущих, анимация для гостей в течение мероприятия),
- фиксация происходящего (фото-и видеосъемка).

В 2013 году финальное мероприятие прошло под названием Day4life. Был арендован московский клуб с двухъярусным помещением, что позволило организовать отдельные зоны для ребят и для взрослых гостей. Для участников была организована бесплатная вода и бутерброды.

Большое внимание было уделено визуальному оформлению мероприятия. Были созданы стильные дизайны билетов членом страновой команды dance4life Дианой Ивановой, волонтер Арсений Прусаков разработал дизайн принта на футболку для команды волонтеров, проводившей мероприятие. Участникам финального мероприятия были заказаны силиконовые браслеты, цвет которых также обозначал, в какие зоны клуба имеет доступ владелец браслета.

### ***Ануш Акопян, организатор мероприятия, волонтер проекта:***

*«Ключевым моментом я считаю то, что практически все мероприятие было организовано волонтерами московской команды волонтеров, разных поколений, это самая огромная гордость для нас.*

*С первой минуты мероприятия мы старались создать у пришедших гостей ощущение радушия. На входе их встречала московская команда dance4life, зал был украшен, что создавало ощущение праздничности. Был установлен огромный логотип из шаров у сцены (композицию создала сторонник проекта Екатерина Каськова).*

*Многие команды волонтеров приехали из других городов заранее и были вынуждены дожидаться начала мероприятия. Специально для них были организованы и предложены различные виды деятельности, в ходе которых им было чем себя занять.*

*На мероприятии работал фотограф Арсений Прусаков (волонтер проекта), который проводил фотосессии в специально отведенном для этого месте. Для фотосессии были изготовлены пресс-вол и атрибуты в виде корон и баблов, в которые можно было вписывать свои мысли. Благодаря этому процесс фотографирования был запоминающимся, а фотографии веселыми.*

*Была организована информационная викторина для участников, для которой специально были придуманы «вопросы для продвинутых» об истории проекта, а также о профилактике ВИЧ и других социально значимых заболеваний. Призы за правильные ответы были уникальными и очень ценными, они были привезены из главного офиса dance4life в Амстердаме – браслеты, очки, сувениры с логотипом проекта.*

*Концертная программа началась с выступления танцевальной школы, преподавателем которой работает Дарья Кравчук, волонтер московской команды. Танец дал яркий старт, создал энергетический подъем. Затем руководитель проекта Татьяна Евлампиева, приветствовала собравшихся вдохновляющей речью о том, как важно то, чем занимаются волонтеры dance4life.*

*Ведущими концерта были Арсен Кимера – профессиональный ведущий, вдохновленный идеей проекта, и Анастасия Потоцкая, одна из самых первых волонтеров проекта dance4life в Москве.*

*Концертная программа была построена так, что выступления артистов чередовались с выходами на сцену людей, имеющих непосредственное отношение к проекту. Из выступающих были приглашены: известная среди молодежи группа Apost, команда битбоксеров, посол доброй воли проекта dance4life – Россия DJ Feel и специально прилетевший из Голландии самый молодой знаменитый DJ в мире - DJ Эрик Арборис, посол доброй воли dance4life international.*

*Из спикеров, помимо руководителя проекта, на сцену поднимались:*

*- Полина Васильева (координатор проекта в регионах), она озвучила итоги года и достигнутые результаты;*

*- представитель компании «Оранта-страхование», которая являлась одним из финансовых доноров проекта и специально приехала поздравить собравшихся гостей;*

*- три волонтера из разных регионов, которые внесли значимый вклад в развитие проекта.*

*Интересной фишкой были видео-обращения к волонтерам от Послов доброй воли проекта, которые не смогли лично присутствовать на мероприятии: Владимир Познер, Jukebox трио и создатель проекта Илко ванн дер Линде. На концерте было представлено новое видео о проекте dance4life Россия, работа над которым шла в течение года. И еще одной интересной фишкой стала презентация модной коллекции, специально созданной для мероприятия. В коллекции были представлены 4 модели, каждая из которых символизировала один из этапов проекта. Показ сопровождал живой звук саксофона, это было красиво и зрелищно, в качестве моделей по подиуму прошли девушки - волонтеры проекта, включая создателей коллекции Ануши Акопян и Анастасия Потоцкая.*

*Финальным аккордом праздника стало выступление голландского DJ Эрика Арбориса, он оказался настоящим подарком для волонтеров.*

*В течение всего мероприятия была организована фото и видео съемка, ее обеспечили волонтеры проекта Арсений Прусаков и Тимур Генералов, которые за время работы в проекте выросли и стали настоящими профессионалами.*

*Главным успехом оказалась командная работа. Были грамотно распределены роли, и благодаря этому организация была на высшем уровне. Отдельный человек занимался встречей представителей СМИ, отдельный человек отвечал за звезд, отдельный за анимацию, каждый знал, что ему делать».*

Видеоотчет о финальном мероприятии можно увидеть здесь:

<http://www.youtube.com/watch?v=yttUOl2VmQM>

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №8**

---

## Как провести вебинар?

Вебинар отличается от обычного семинара тем, что человеку не нужно предпринимать значительных усилий, чтобы принять в нем участие. Не нужно ехать в другой город или отказываться от других планов: достаточно быть возле компьютера в нужный час и нужное время. С одной стороны, это большой плюс, поскольку обеспечивает доступность обучения для всех желающих, но в тоже время и минус, потому что когда доступ легок, падает ценность возможности, и он нее легче отказаться.

Поэтому, организуя вебинар, очень важно мотивировать людей к участию, и поддерживать их мотивацию на высоком уровне. Нужно заранее сделать качественную «продажу», постараться разрекламировать предстоящее событие.

Как это делаем мы? Мы делаем интересный, модный, «суперклассный» анонс, публикуем его заранее - за пару недель до предстоящего вебинара, чтобы у участника была возможность спланировать свое время и в нужный день быть свободным. Это первое.

Второе: нужно придумать «фишки» – интересные, привлекательные вещи, которые будут происходить на вебинаре. Это может быть интересный спикер, или эксклюзивный раздаточный материал, который люди смогут получить, или что-то еще.

В-третьих, вы должны «соблазнить» будущих слушателей самим содержанием вебинара, показать, что те знания, которые они получают в процессе вебинара, они не смогут получить больше нигде.

Теперь подробнее разберем каждый пункт.

Анонс вебинара мы размещаем в социальных сетях, а дальше просим друзей и дружественные публичные страницы сделать перепост, чтобы привлечь максимальное количество людей. Чтобы анонс был более запоминающимся, мы снабжаем его привлекательной или смешной картинкой, и также музыкой (сеть «ВКонтакте» позволяет это делать).

Дополнительные возможности для продвижения вебинара дает платформа, на которой проводится вебинар. Так, на портале [webinar.ru](http://webinar.ru) все запланированные вебинары публикуются на главной странице, и любые посетители могут видеть анонсы. Таким образом, чем привлекательнее выглядит анонс, тем больше потенциальных слушателей он способен привлечь.

Также, мы приглашаем участников через тематические email-рассылки для активистов. Вебинар пока еще является непривычной формой обучения для большинства людей, поэтому полезно будет прикрепить к анонсу короткую инструкцию, как подключиться к вебинару.

За день до мероприятия нужно продублировать анонс, с целью напомнить людям о том, что это мероприятие состоится.

Итак, вебинар мы проанонсировали. Теперь о том, как мы готовимся к вебинару.

Максимальное время, которое у вас будет для донесения запланированной информации - 40-60 минут. По нашему опыту, слушателям трудно дольше воспринимать информацию.

Современные платформы, предоставляющие онлайн-классы для проведения вебинаров, позволяют показывать любой мультимедийный контент. Обязательно воспользуйтесь этой возможностью. Вы сможете показывать слайды, видео, экран вашего монитора. Вы можете проводить онлайн-опросы среди участников вебинара, и видеть результаты опроса сразу в процессе голосования. Вы можете рисовать на экране графики или смайлики, чтобы поднять настроение участникам. Иначе говоря, набор инструментов вебинара в целом соответствует тому, что есть у преподавателя.

Помимо этого, вебинар позволяет работать в эфире одновременно нескольким спикерам, которые при этом могут находиться в абсолютно разных местах - география не имеет особого значения для организации мероприятия.

Планируя содержание вебинара, мы стараемся делать его максимально полезным и практичным для слушателя. Мы стремимся к тому, чтобы слушатель мог получить понятный алгоритм действий, направленный на получение конкретного результата. Содержание вебинара мы излагаем на слайдах презентации. В идеале презентация должна быть составлена так, чтобы пользователь мог прочитать и понять суть, даже если спикер не комментирует слайды - это позволит вам увеличить охват пользователей впоследствии, когда презентация будет размещена в сети.

Когда у вас готово содержание, лучше заранее загрузить презентацию в онлайн-классе, где будет проводиться вебинар, так как конвертация потребует времени.

Также лучше заранее загрузить мультимедиа-контент и материалы, которые вы планируете использовать в процессе обучения, участники потом смогут скачать их для изучения и использования.

Как и на обычном семинаре, во время вебинара бывают спады активности или внимания слушателей, и будет здорово, если вы предусмотрите паузы для участников. Так, мы пользуемся технической возможностью вебинара показывать видео, и в начале, середине и конце вебинара демонстрируем музыкальные видео-клипы с канала youtube, создавая с помощью музыки позитивный, неформальный настрой на работу.

Для нас очень важно, чтобы участники применяли полученные на вебинаре знания, не откладывая в долгий ящик. Поэтому мы изобрели еще одно ноу-хау: в конце каждого вебинара мы объявляли творческое домашнее задание, и назначали привлекательный приз тому, кто выполнит задание лучше всех.

Важно сформулировать задание так, чтобы оно было интересным, сложным, но выполнимым. Например, обсудив тему «Как провести мероприятие?», мы предложили участникам провести свое мероприятие, используя предложенный нами алгоритм, но обязательно используя тему моды. Отчет о проведенном мероприятии должен был выглядеть как репортаж в формате MTV. В другой раз, рассказывая волонтерам про обучение через развлечение, мы дали им задачу создать ко Дню контрацепции материалы по теме репродуктивного здоровья в формате «обучение через развлечение», и опубликовать их в социальных сетях.

После того, как вебинар состоялся, его запись в тот же день важно опубликовать в социальных сетях или на вашем сайте - это позволит тем, кто не смог прослушать вебинар в назначенное время, просмотреть его в записи.

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №9**

---



# Что подростки думают о половом воспитании



По результатам исследования, проведенного Центром исследований гражданского общества и некоммерческого сектора НИУ Высшей Школы Экономики по заказу Фонда социального развития и охраны здоровья «ФОКУС-МЕДИА»

# УЧАСТНИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Опрос проводили в  
4-х городах:

**Ижевск**  
**Самара**  
**Киров**  
**Тверь**

Молодые люди и девушки

от **14** лет  
до **20**

**1659**  
**человек**  
приняли участие  
в анкетировании

**32**  
**человека**  
приняли участие в  
глубинных интервью



# АКТУАЛЬНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

Половое созревание детей начинается в

 **10 ЛЕТ**

 **12 ЛЕТ**

К 18 годам около



подростков России уже имели сексуальный опыт

В 2011 году

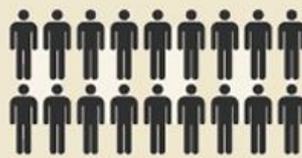


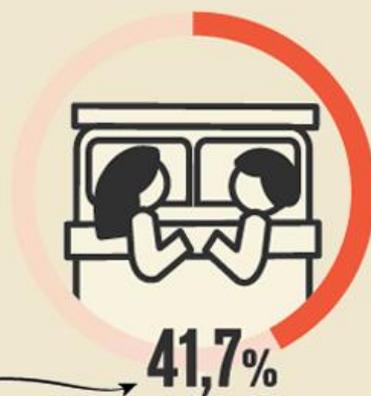
девушек прервали свою беременность

В 2012 году

**69 849** новых случаев ВИЧ-инфекции

а это

 **190** человек в день



заразились ВИЧ половым путем

При этом для того, чтобы преодолеть демографический кризис, каждая российская пара должна воспитывать минимум

**3**

  
**детей**

Поэтому репродуктивное здоровье каждого подростка – бесценный ресурс для России

# РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

## ОТНОШЕНИЕ К ДОБРАЧНОМУ СЕКСУ



заявили, что добрачные сексуальные отношения им кажутся нормальными и допустимыми



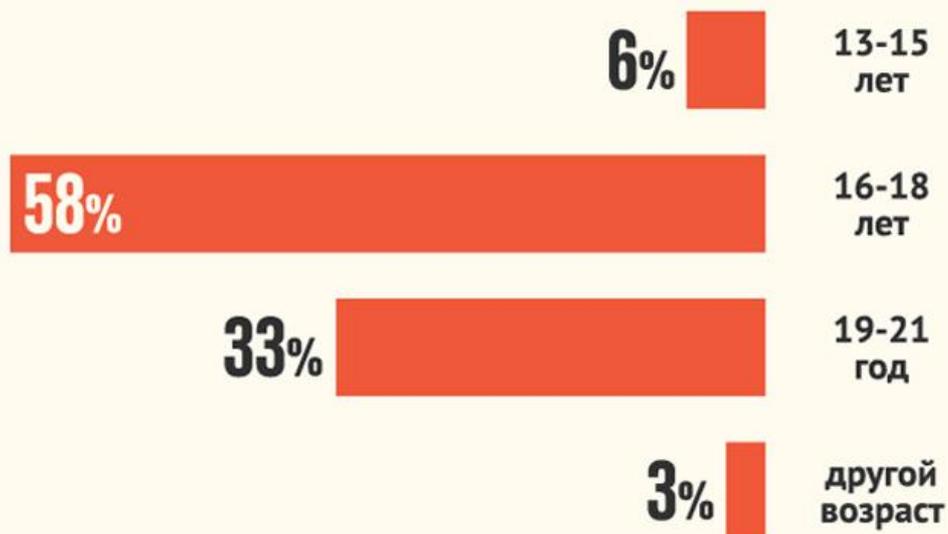
оценивают добрачные сексуальные связи как ненормальные и недопустимые



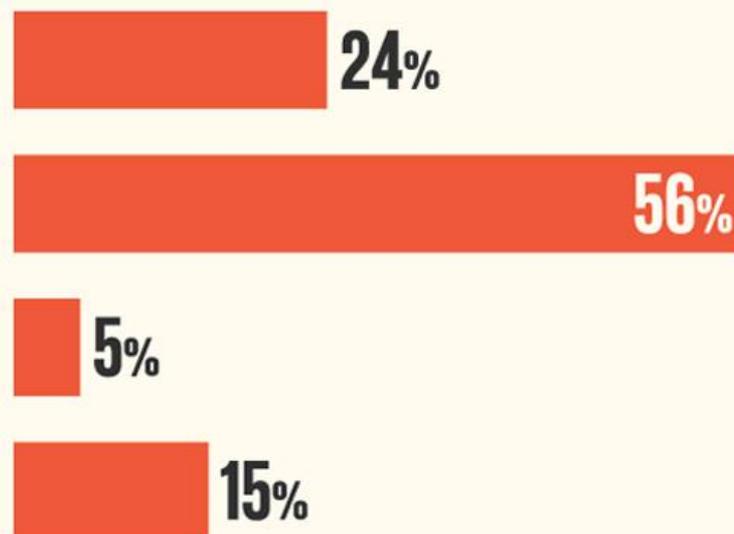
затрудняются ответить

## СЕКСУАЛЬНЫЙ ДЕБЮТ

По мнению подростков, наиболее оптимальный возраст для начала сексуальной жизни:



Друзья опрошенных подростков начали вести половую жизнь в:



По статистике в России наиболее распространенный возраст сексуального дебюта находится в пределах от 13 до 17 лет

## ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ

Тему репродуктивного здоровья подростки обсуждают:



с друзьями одного пола



с друзьями противоположного пола



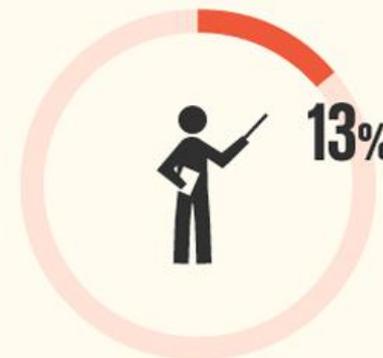
со своей девушкой или молодым человеком



с врачами



с матерью



с учителями

Те, кто обсуждал эти темы с учителями, отметили, что информация носила формальный характер. Часть ребят сказали, что информация от родителей не всегда полная и достоверная

## ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ

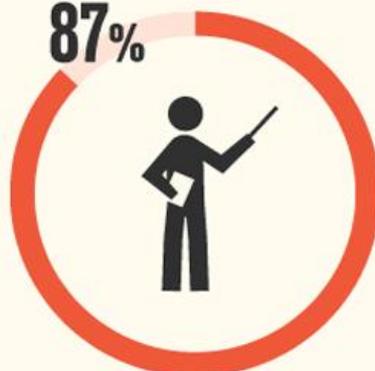
Подростки никогда не обсуждали тему репродуктивного здоровья и сексуальных отношений:

96%



с представителями  
церкви

87%



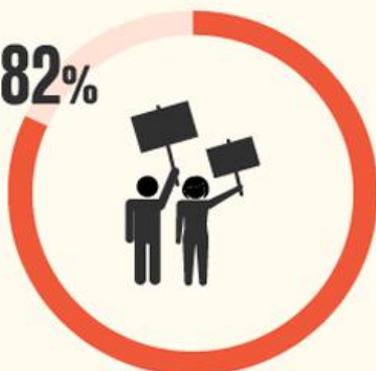
с учителями

83%



со своим отцом

82%



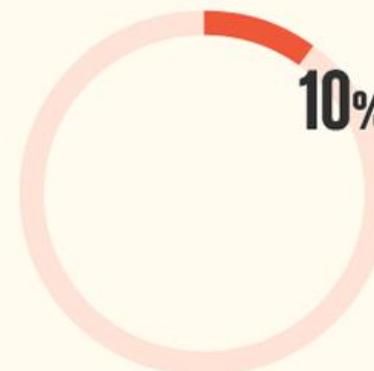
с участниками общест-  
венных организаций

74%



с людьми в интернете

10%



ни с кем  
не обсуждали

## ЗАЩИТА РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ

88%

заявили, что заботятся о своем репродуктивном здоровье:

не пьют и не курят **58%\***

занимаются спортом **52%\***

хранят верность одному партнеру **28%**

**26%** используют средства контрацепции

**17%** регулярно посещают врача

**15%** воздерживаются от сексуальных отношений

12%

ответили, что не заботятся о своем репродуктивном здоровье и обосновали это тем, что:

**55%** «нет проблем со здоровьем»

«пока рано об этом думать» **23%**

«недостаточно информации о том, что нужно делать» **13%**

«стесняюсь обратиться к специалистам» **8%**

\* Наиболее популярные ответы не являются прямой заботой о репродуктивном здоровье

# ПОСЕЩЕНИЕ ВРАЧЕЙ

Подростки посещают врача гинеколога\androлога:

один или несколько раз в год

52%

23%

ни разу не были на приеме у  
врача гинеколога/androлога, потому что:

21%

один раз в  
несколько лет

Инициаторами посещения данных  
специалистов чаще всего являются не сами  
подростки, а школа или родители



41%

«нет чувства необходимости»

уверены в  
собственном здоровье

32%

чувствуют дискомфорт  
при посещении

27%

4%

не знают кто такой  
гинеколог/androлог

## ВОСТРЕБОВАННОСТЬ ПОЛОВОГО ВОСПИТАНИЯ

46%

да, необходимо, но сейчас  
я уже многое знаю

39%

да, необходимо

7%

нет, эти знания  
не нужны

8%

затрудняюсь  
ответить

Большинство опрошенных молодых людей считает, что половое воспитание должно быть обязательным.

При этом многие согласны, что необходимо спрашивать разрешение родителей перед началом обучения

## СВЯЗЬ ИНФОРМИРОВАННОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ

89%

89% опрошенных сказали, что информация о репродуктивном здоровье и сексуальных отношениях влияет на:

31%

принятие взвешенного решения о начале половой жизни

29%

выбор метода контрацепции

29%

то, как построить свою сексуальную жизнь

8%

ответили, что информация о репродуктивном здоровье и сексуальных отношениях вызывает повышенный интерес к началу половой жизни

3%

воздержались от ответа

# СОДЕРЖАНИЕ ПОЛОВОГО ВОСПИТАНИЯ

Для молодежи, половое воспитание включает в себя следующие темы:



способы ведения  
здорового образа жизни



способы сохранения и  
укрепления репродуктив-  
ного здоровья



статистические сведения о  
состоянии здоровья  
молодежи



контакты  
консультационных  
центров



верность и воздержание



последствия ранних  
половых отношений



средства контрацепции



построение семьи



как отказаться  
от близости



заболевания, передающиеся  
половым путем и методы их  
профилактики



когда и при каких условиях  
стоит решиться вступить в  
половую жизнь



как часто надо  
обследоваться, если  
начинаешь вести  
половую жизнь

## СОДЕРЖАНИЕ ПОЛОВОГО ВОСПИТАНИЯ

Что должно быть центральным вопросом в половом воспитании молодежи

59%

нравственная сторона сексуальных отношений, воспитание чувства ответственности за свои поступки

58%

средства и методы предупреждения инфекций, передающихся половым путем

47%

средства и методы предупреждения беременности, контрацепция

33%

профилактика заболеваний репродуктивной системы

33%

влияние ранних сексуальных отношений на собственное здоровье и здоровье будущих детей

18%

влияние добрачных сексуальных отношений на создание семьи

1% другое

**С точки зрения молодых людей, половое воспитание необходимо им для того, чтобы сделать осознанный и нравственный выбор полового партнера**



**СПАСИБО ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ!**



**ЗАЙДИТЕ НА ОБУЧАЮЩУЮ  
ОН-ЛАЙН ПЛАТФОРМУ**

**2live.ru**



AIDS HEALTHCARE  
FOUNDATION

[www.aidshealth.org](http://www.aidshealth.org)



**ФОКУС-МЕДИА**

Фонд социального развития и охраны здоровья

[www.focus-media.ru](http://www.focus-media.ru)



[www.dance4life.ru](http://www.dance4life.ru)

---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №10**

---

# Что родители думают о половом воспитании детей и подростков

Согласно федеральному стандарту среднего (общего) полного образования Минобрнауки РФ от 17 мая 2012 г. Школьный курс предусматривает следующие темы:

- репродуктивное здоровье,
- профилактика ИППП/ВИЧ,
- гендерные отношения,
- вопросы семьи и брака,
- семейное право РФ



# ИНФОРМАЦИЯ ОБ УЧАСТНИКАХ ОПРОСА

## ПОЛ И ВОЗРАСТ

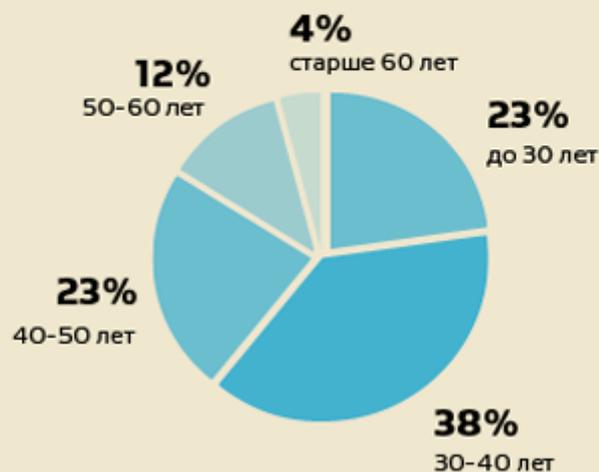
# 573

респондента, имеющих  
детей до 18 лет



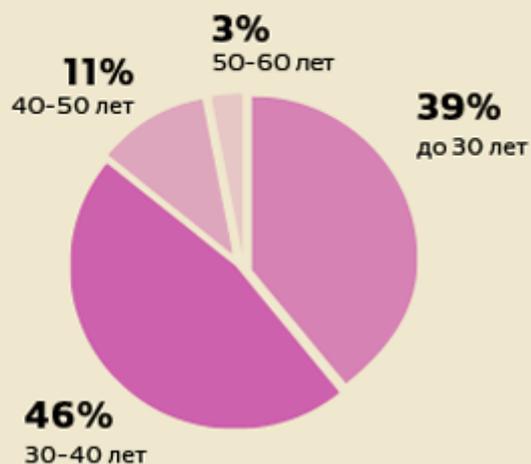
# 137

мужчин



# 436

женщин



# ИНФОРМАЦИЯ ОБ УЧАСТНИКАХ ОПРОСА

## ОБРАЗОВАНИЕ



## ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ УЧАСТНИКОВ



# ПОДВЕРЖЕННОСТЬ ВЛИЯНИЮ

По мнению родителей дети подвержены влиянию



**73%**

родителей



**61%**

сверстников



**45%**

авторитетных  
взрослых



**16%**

улицы



**11%**

СМИ  
и интернета

# СЕКСУАЛЬНЫЙ ДЕБЮТ

По мнению родителей современные подростки  
вступают в сексуальную жизнь



## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

**Считают ли родителей возможным (реалистичным) ожидать от современной молодежи соблюдения девственности до вступления в брак?**



## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

### ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ

Кто, по мнению родителей, отвечает за половое воспитание подростков



**64%**

сочетание семьи,  
школы  
и внеклассных  
занятий



**43%**

дело семьи,  
родителей



**11%**

дело специалистов  
(медработников  
и психологов)



**4%**

дело специалистов  
(медработников  
и психологов)



**3%**

другое

**60%**

респондентов считают, что половое воспитание настолько тонкая и деликатная материя, что должно осуществляться только в домашних условиях

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

# СОДЕРЖАНИЕ ПОЛОВОГО ВОСПИТАНИЯ

Темы, которые по мнению родителей, важно включить в половое воспитанию подростков



Профилактика инфекций, передающихся половым путем



Профилактика ВИЧ-инфекции и гепатитов



Вопросы гигиены половой жизни



Виды контрацепции (предохранения от нежелательной беременности)



Психологические аспекты половой жизни (как справиться с сильными чувствами, как противостоять давлению, чего ожидать от начала половой жизни)



Нормы морали, семейные ценности



Профилактика раннего начала сексуальных отношений



Темы, касающиеся детородной функции человека, физиология женщин и мужчин



Особенности полового созревания мальчиков и девочек



Формы поведения, присущие полу, взаимоотношения мужчин и женщин



Нормы действующего законодательства, касающиеся сексуальной жизни и брака



предпочтительные темы для мужчин (пап)



предпочтительные темы для женщин (мам)

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

# СОДЕРЖАНИЕ ПОЛОВОГО ВОСПИТАНИЯ

Темы, которые по мнению родителей, важно включить в половое воспитанию подростков

# 87%

Считают, что необходимо говорить с ребенком о средствах контрацепции до его вступления в сексуальные отношения.



По мнению родителей разные темы должны быть поданы в разном возрасте. Также были высказаны пожелания разделить ответственность за те или иные темы между школой (учителями биологии) и родителями.

# РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

## РАЗГОВОР СО СВОИМ РЕБЕНКОМ

# 93%

родителей готовы провести разговоры на темы сексуального поведения и репродуктивного здоровья.



71%

в ответ на вопрос ребенка



50%

спонтанно (во время просмотра фильмов, чтения книг на соответствующую тему)



46%

запланировано в соответствии с возрастом ребенка



26%

испытали бы смущение, но ответили бы



68%

ответили бы без смущения



3%

не готовы отвечать на вопросы из-за недостатка опыта и знаний

При этом:

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

### РАЗГОВОР СО СВОИМ РЕБЕНКОМ

**В ответ на необходимость в разговоре на тему репродуктивного здоровья родителей предпочли бы**



**87%**

личный разговор



**42%**

полезную литературу



**13%**

поход к специалисту

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

### ОПАСЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

#### Основные сомнения:

- преподаватели могут быть недостаточно хорошо подготовлены,
- могут приводить свою личную точку зрения или навязывать детям существующие социальные стереотипы
- дети в школе не будут достаточно серьезно относиться к темам полового воспитания

42%

опасаются, что эти уроки могут спровоцировать повышенный интерес к сексуальной жизни

37%

считают, что занятия будут способствовать началу ранней половой жизни подростков

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

# ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ В ШКОЛАХ



Курс по половому воспитанию необходимо ввести в школах?

**Да!**

**62%**

**Нет!**

**38%**

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

# ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ В ШКОЛАХ

## Основные положительные аргументы родителей:

73%



подростки будут информированы о том, как защитить свое репродуктивное здоровье от заболеваний репродуктивной системы (ИППП), гепатитов и ВИЧ

72%



уменьшится количество незапланированных подростковых беременностей, абортов, заболеваний ИППП

69%



повысится уровень грамотности подростков в области половой гигиены и сексуального развития

46%



подростки будут подготовлены к началу «взрослой» жизни лучше, чем их сверстники, не прошедшие обучения

38%



улучшится ориентация подростков на выполнение социальной роли в жизни (отца, матери)

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

# ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ В ШКОЛАХ

Родители считают, что  
половое воспитание необходимо начинать



**11,8%**

в начальной  
школе  
(8-9 лет)



**49%**

в средней  
школе  
(11-12 лет)



**33,1%**

в старшей  
школе  
(14-15 лет)



**2,2%**

в выпускном  
классе  
(16-17 лет)



**3,9%**

другое

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

# ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ В ШКОЛАХ

Кто должен проводить занятия по темам полового воспитания в школе?



**81,5%**

Приглашенный специалист  
(медик, психолог)



**22,7%**

Специалист (методист) из  
общественной организации



**10,4%**

Учитель биологии



**22,4%**

Специально обученные  
добровольцы-сверстники



**41,2%**

Школьный психолог



**7,6%**

Классный руководитель

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

# РАВНЫЙ РАВНОМУ

Отношение родителей к тому, чтобы достоверную информацию о репродуктивном здоровье и сексуальном поведении рассказывал близкий по возрасту волонтер (активист)



**44,1%**

считают полезным



**19,1%**

считают вредным



**12,7%**

не видят смысла

Родители сомневаются в квалификации волонтеров, достоверности и полезности предоставляемой ими информации. НО если волонтеры будут должным образом обучены и подготовлены для проведения таких занятий с подростками, то это может принести пользу.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

### ФОРМА ПОДАЧИ МАТЕРИАЛОВ

Какие средства и каналы передачи информации наиболее полезны для использования ребенком



**54,25%**

современные онлайн материалы – презентации, ролики, инфографика



**32,25%**

СМИ и социальная реклама



**37,44%**

красочные информационные буклеты



**31,20%**

интерактивные сайты (модули)



**32,41%**

тренинги по системе "равный-равному"



**21,84%**

Онлайн тренинги

СПАСИБО ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ!



**ФОКУС-МЕДИА**

Фонд социального развития и охраны здоровья

[www.focus-media.ru](http://www.focus-media.ru)



[www.dance4life.ru](http://www.dance4life.ru)



ЗАЙДИТЕ НА ОБУЧАЮЩУЮ  
ОН-ЛАЙН ПЛАТФОРМУ

**2live.ru**



---

# **ПРИЛОЖЕНИЕ №11**

---

## Полезные видео:

- ВИЧ: как остановить эпидемию  
[http://www.youtube.com/watch?v=NsMh\\_Y3rjLg](http://www.youtube.com/watch?v=NsMh_Y3rjLg)
- О Всемирном дне борьбы со СПИДом (1 декабря)  
<http://www.youtube.com/watch?v=7ja1-cMJMF0>
- Видео о толерантном отношении к женщинам, живущим с ВИЧ  
<http://www.youtube.com/watch?v=s96Q13eCGk4>
- Видео информационной кампании по репродуктивному здоровью подростков, направленное на родителей (с участием В.В.Познера)  
<http://www.youtube.com/watch?v=xeIeyTp6dEc>
- Видео без звука информационной кампании по репродуктивному здоровью подростков, направленное на родителей (с участием В.В.Познера)  
<http://www.youtube.com/watch?v=2L9y45pjXzk>
- Видео с волонтерами проекта dance4life Россия  
<http://www.youtube.com/watch?v=S8c0ciSYJAq>
- Жизнь с ВИЧ: личная история Светланы Изамбаевой  
<http://www.youtube.com/watch?v=AtjIqZVKFdM>
- Видео о методах контрацепции  
<http://www.youtube.com/watch?v=9IS-j3zCjVc>
- История проекта dance4life и его суть  
<http://www.youtube.com/watch?v=dY7nc8awC-M>
- О тестировании на ВИЧ  
<http://www.youtube.com/watch?v=C8ww98NwLZ0>
- О туберкулезе  
<http://www.youtube.com/watch?v=GoUNzplZgAs>
- Сделай флюорографию  
[http://www.youtube.com/watch?v=VJa6\\_vPhq6w](http://www.youtube.com/watch?v=VJa6_vPhq6w)
- Репродуктивное здоровье ВИЧ-положительных женщин  
<http://www.youtube.com/watch?v=mq82zK-z-Xo>