

Организуя набор и отбор добровольцев, необходимо учитывать мотивации, побуждающие людей заниматься этим видом деятельности.

По исследованиям Московского Дома Милосердия среди московских добровольцев можно выделить следующими важнейшие мотивации:

- быть социально полезным - 89%
- способствовать изменениям в обществе - 50%
- самореализация - 36%
- поиск единомышленников - 36%
- из чувства долга за полученную в прошлом помощь - 19%
- интересно провести досуг - 15%
- решить собственные проблемы - 10%

Примерно те же мотивы характерны и для добровольцев СЦМК. Мотивация, а также то, насколько побуждения кандидата соотносятся с целями и ценностями добровольческой службы, выясняется в ходе отборочных занятий. Это 2-3 занятия по 2-3 академических часа, построенные таким образом, чтобы в ходе выполнения упражнений каждый кандидат проявил свои качества и навыки общения.

Примеры отборочных упражнений:

"Ромб из 9 карточек"

Цель упражнения:

1. Выявить существующие у кандидата представления относительно того, какими качествами и взглядами должны обладать люди, занимающиеся профилактикой наркомании и алкоголизма.
2. Показать, как отдельные кандидаты работают в группе, Кандидаты работают в малых группах. Каждой из групп раздается набор из 9 карточек, на каждой из которых написано слово или фраза, указывающие на качество, взгляд или способность, которые могли бы расцениваться как необходимые в работе волонтера. Некоторые варианты карточек:
 - * психологическое образование;
 - * способность давать хорошие советы;
 - * знание служб, в которые можно обратиться за помощью;
 - * способность оставаться спокойным;
 - * отсутствие наркотического опыта;
 - * знание самого себя;
 - * искренность;
 - * личный опыт переживания наркотических или алкогольных проблем;
 - * чувство юмора.

Каждая группа должна разложить эти карточки на полу или на столе в следующем порядке:

На работу дается около 15 минут. Затем подгруппы представляют свои результаты и проводится обсуждение.

"Что Вы действительно думаете?"

Упражнение проводится в труппе из четырех - пяти человек. Роль ведущего состоит в том, чтобы вначале просто объяснить задание, внимательно следить за ответами членов группы и чтобы на обсуждение каждой темы было затрачено отведенное на это время.

Цель упражнения - заставить людей говорить и спорить на противоречивые темы, так чтобы взгляды кандидатов проявились с большей очевидностью, чем во время интервью.

Ведущий группы должен обращать внимание не только на высказываемые точки зрения, но и на невербальное поведение и готовность выслушивать остальных. Порядок проведения. На полу в центре группы раскладывается примерно шесть карточек лицом вниз. Каждая содержит утверждение, вызывающее противоречивые реакции. Члены группы по очереди поднимают карточки, читают вслух утверждение и выражают первую короткую реакцию (не речь, а всего несколько предложений) в поддержку или против этого утверждения.

Затем к обсуждению присоединяются остальные.
Несколько предлагаемых тем:

- * Курение должно быть запрещено во всех местах.
- * Поведение молодежи сильно ухудшилось.
- * Преступники, совершившие насилие, должны быть навечно! исключены из общества
- * Марихуана совершенно безвредна.
- * Наркоманы безобидны и не опасны для общества.
- * Чем меньше говорить в печати и на телевидении о наркоманах, тем их будет меньше.
- * При желании в любой момент можно бросить употребление наркотиков.

В список могут входить и любые другие спорные утверждения. В ходе проведения отборочных занятий ведущий отслеживает реакции участников и пометает им в осознании своих паттернов поведения и мотивов, побуждающих заниматься волонтерством. Ниже мы предлагаем некоторые подсказки, которые могут помочь сосредоточить внимание на необходимых деталях и запомнить существенные моменты при отборе кандидатов.

Опираясь на них, легче правильно оценить, насколько качества кандидата соответствуют требованиям, предъявляемым к потенциальному волонтеру.

Несмотря на то, что это очень непросто, в данном случае, приходится принимать оценочную позицию.

- * Является ли этот человек на Ваш взгляд: теплым, спокойным, принимающим, не склонным к оценке?
- * Считаете ли вы, что в своей работе он сможет следовать всем принципам и практике, принятым в организации?

- * Выглядит ли кандидат напряженным или спокойным?
- * Способен ли он слушать окружающих, не навязывая своей точки зрения или постоянно говорит: "Да, но...".
- * Как на него реагируют другие участники группы? Склонны ли они к примирительной или конфронтационной позиции?
- * Ведет ли он себя подавленно или гиперактивно?
- * Что говорит вам язык его тела? - Чувствует ли он себя свободно, встречаясь с другими взглядом?
- * Чувствуете ли вы лично себя свободно при общении с ним? - Комфортно ли вам было работать в паре с этим человеком?
- * Если он когда-то перенес эмоциональную травму, удалось ли ему ее преодолеть? - Преодолеет ли он ее быстрее, чем это обычно происходит? - Если он считает, что преодолел ее, считаете ли вы так же?
- * Мог бы этот человек, по вашему мнению, работать под чьим-то руководством? - сможет ли он работать без руководства, когда приобретет уверенность в своей работе?
- * Не кажется ли вам, что у него больше сомнений по поводу вашей работы, чем энтузиазма?
- * Проходит ли он или собирается ли пройти курс обучения, подобный вашему?
- * Действительно ли он обладает достаточным временем или несколько преувеличивает свои возможности?
- * Каково ваше общее интуитивное ощущение по поводу этого человека?

Хотя мы и придерживаемся демократического принципа при отборе, в результате часть кандидатов все-таки отсеивается, так как их мотивы и ценности не соответствуют ценностям организации. Отборочные занятия плавно переходят в обучающий тренинг.

В работе отборочных групп принимают участие не толь новички, но и опытные волонтеры в качестве соведущих. Тем самым обеспечивается преемственность и передача опыта. Кроме того, участие опытных волонтеров поддерживает мотивацию у кандидатов и создает предпосылки для последующего сотрудничества.

Эффективная организация деятельности волонтерской службы зависит от слаженного взаимодействия ее составных частей, что обеспечивается стратегическим планированием умелым руководством при осуществлении намеченных планов.

Планирование позволяет сделать ясной цель предстоящей деятельности, дает возможность вовремя исправлять ошибки разумно использовать все имеющиеся ресурсы. Кроме того, он обеспечивает стабильное развитие организации и усиливает персональную ответственность за реализацию планов.

Стратегическое планирование не сводится к составлению рабочего плана, В отличие от последнего, оно представляет себя набор процедур, навыков и умений, позволяющий четко определить цели и задачи деятельности организации, а также необходимый объем мероприятий для улучшения ее работы в устранения проблем.

Рабочий план - это лишь заключительный этап стратегического планирования, представляющий из себя план реальных мероприятий и действий, направленный на достижение целей путем поэтапного решения задач.

Начинать планирование лучше всего с определения миссии организации. Это краткое описание того, что из себя представляет организация и к какой высшей цели стремится.

При этом миссия выполняет два вида функций:

- внутренние, как дополнительный стимул или мотиватор для членов организации;
- внешний, т.е. роль визитной карточки.

Миссия отвечает на следующие вопросы:

1. Кто мы? (официальный, юридический статус организации, если он есть)
2. Во имя чего? (высшие цели и ценности организации, а также качественные изменения, на которые направлена деятельность).
3. Для кого? (целевая группа, на которую направлена деятельность организации, и ее потребность).
4. Где? (географический район, на который распространяется деятельность организации).
5. Что мы делаем? (общая формулировка типа деятельности, направленной на удовлетворение потребностей целевой группы).

Формулировка миссии должна быть короткой, понятной для целевой группы, сформулирована позитивно, в настоящем времени с предпочтением глагольной формы.

Пример:

"Подростковая волонтерская служба по профилактике нарко- и алкогольной зависимости, являясь добровольческим подразделением Социального центра молодежи Кузбасса, ставит своей целью снижение риска распространения наркомании в молодежной среде путем пропаганды и утверждения ценностей здоровья, свободы выбора и уникальности каждого человека. Служба распространяет свою деятельность на школьников 7-11 классов.

При выработке миссии волонтерской службы мы используем следующие вопросы, на которые ребята отвечают в ходе групповых занятий:

1. Напишите две черты характера, наличие которых очень важно для волонтера:
2. Напишите два оптимальных способа взаимодействия волонтера с другими людьми:
3. Предположим, что на данный момент мир совершенен. Как этот мир выглядит? Как люди взаимодействуют друг с другом? Какие у них при этом возникают чувства?

Ответьте на все эти вопросы одним предложением в настоящем времени, описывающим Ваше миропонимание и мироощущение...

4. Соедините эти три составляющие в одно предложение, начинающееся со слов: "Предназначение волонтерской службы заключается в том, чтобы..." После определения миссии необходимо определить стратегические цели, т.е. основные направления деятельности, ведущие к реализации миссии организации.

Это можно сделать с помощью следующих вопросов:

1. Как? (расширяют и поясняют п. ° 5 формулировки миссии).
2. Каких качественных результатов (изменений) мы собираемся добиться?
3. Наша целевая группа (т.е. та группа людей, на которых направлена деятельность организации) и ее потребности.

После определения стратегических целей ставятся тактические задачи, которые должны быть конкретными, измеряемыми, направленными на конкретные действия, реалистичными, учитывающими время и ресурсы.

Необходимо подчеркнуть, что выработка миссии и стратегии организации является задачей групповой работы, проводимой руководителем службы, кураторами и самими добровольцами. Степень участия добровольцев в определении стратегии предстоящей деятельности определяет их мотивацию и эффективность работы службы.

Совместная работа по выработке миссии и стратегии позволяет участникам прояснить их собственные представления организации, объединяет коллектив, вдохновляет и побуждает людей к деятельности благодаря "общей философии", а также помогает предупредить и разрешить конфликтные ситуации. Кроме того, это еще и момент осознания каждым его ответственности в реализации намеченных планов.

Для того, чтобы удержать добровольцев в организации важно помнить: для чего человек пришел к нам, почему он готов работать бесплатно. Важно осознавать, что на первом этапе ведущими для добровольца являются индивидуальные мотивы, а групповые мотивы формируются постепенно. Сначала доброволец делает то, что ему интересно делать и то, что он может дать в силу своих способностей и возможностей.

Постепенно него в организации появляются друзья, которые со временем превращаются в единомышленников и на первый план выходят не только личные мотивы, но и мотивы организации. Важным фактором удержания добровольца является признание его важности для организации, выражение ему благодарности за проделанную работу и система поощрений, начиная со "спасибо" и возможности бесплатно пользоваться всеми благами организации до небольших материальных вознаграждений.

Остановимся подробнее на организации взаимодействия целевой группой, на которую направлены усилия всей волонтерской службы и которая является потенциальным источником новых добровольцев. Исходя из целей первичной профилактики наркомании и алкоголизма, целевая группа нами определяется как обширная категория из подростково-молодежной среды, ей не приобщившаяся к алкоголю и наркотикам.

Выход на целевую группу может происходить несколькими путями:

- волонтерская служба активно предлагает свои услуги конкретному учебному заведению через его руководство;

- волонтерская служба получает заказ от конкретной организации благодаря рекламе;
- в службу приходят отдельные подростки, желающие познакомиться с организацией или принять участие в ее работе;
- на службу обращаются малые подростковые коллективы, заинтересовавшиеся ее деятельностью благодаря средствам массовой информации и (или) молве;

Постепенно из числа ребят, участвующих в групповых занятиях выделяются те, кто хотел бы присоединиться к работе волонтеров. Кандидатами в добровольцы могут оказаться и те, кто каким-то другим образом познакомился с организацией и волонтерами, а также благодаря рекламе с приглашением в службу всех желающих.

Исходя из нашего опыта, основными направлениями деятельности подростковой волонтерской службы могут быть следующие:

1. Работа с группами подростков в учебных заведениях.
2. Антиалкогольная и антинаркотическая пропаганда. - разработка и распространение наглядных материалов (закладок, буклетов, брошюр и т.д.): - подготовка аудио- и видеоматериалов по теме и их использование в работе; - массовые шествия, рейды, акции и т.д.: - театрализованные представления.
3. Освещение своей деятельности в средствах массовой информации, связь с общественностью.
4. Привлечение новых добровольцев, их отбор и подготовка.
5. Организация психологической само- и взаимопомощи.

Вышеперечисленные разделы деятельности службы соотносятся с формами и методами профилактической работы, которые выбирают добровольцы, исходя из своих личностных особенностей и индивидуальных предпочтений. Все это необходимо учитывать при планировании и при анализе работы организации и ее ресурсов.

Для большей наглядности предлагаем вашему вниманию родную таблицу, в которой представлено соотношение между формами и методами профилактической работы и личностными Характеристиками и качествами добровольцев, необходимыми для их осуществления: **Формы и методы профилактики** **Необходимые личностные характеристики и навыки** **Ведение групповых занятий в малых коллективах**

Достаточно высокий уровень интеллектуального развития, владение информацией по теме, навыки ведения групповых занятий, способность к эмпатии, сенситивность, умение слушать, тактичность и сосредоточенность (аутентичность), организаторские способности, умение аргументировано говорить. Распространение наглядных материалов во время тематических акций, шествий, рейдов и т.д.

Коммуникабельность, умение входить в контакт с незнакомыми людьми, тактичность и доброжелательность, умение хорошо ориентироваться при большом скоплении людей и в неожиданной ситуации Организация дискуссий, викторин, конкурсов и других массовых мероприятий в детско-подростковой аудитории. Умение держаться на сцене, хорошая дикция, умение чувствовать аудиторию, организаторские способности, владение информацией по теме.

Подготовка наглядных материалов, средств контрпропаганды наркотиков и социальной рекламы. Художественные способности, усидчивость, сосредоточенность, умение использовать свой прошлый опыт и опыт других людей, знания по теме. Театрализованные представления, аудио- и видеопостановки
Артистичность, непосредственность, умение держаться на сцене и перед камерой, хорошая дикция.

В добровольческой службе СЦМК в качестве основной формы работы со сверстниками были выбраны групповые занятия с элементами тренинга. Это было обусловлено тем, что большинство первых добровольцев были выпускниками Школы практической психологии и групповая форма работы для них более знакома и интересна. Естественно, это не значит, что выбранная нами форма является самой подходящей и должна быть принята любой создаваемой службой.

Необходимо учитывать, как уже говорилось, реальные возможности и конкретные обстоятельства, в которых начинает и реализует свою деятельность служба.

2.2. СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ ДОБРОВОЛЬЦЕВ, РАБОТАЮЩИХ ПО ПРОГРАММЕ ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКО- И АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Учитывая сложность проблемы первичной профилактики нарко- и алкогольной зависимости, добровольцы, работающие в этой сфере, должны быть достаточно хорошо подготовлены. Уровень необходимой подготовки определяется тем видом работ, в которую включен доброволец. Рассмотрим более подробно возможные направления деятельности волонтеров и необходимую для этого подготовку. При этом важно помнить, что для любого из направлений необходимы прежде всего знания причин возникновения наркомании, факторов, способствующих ее распространению, реальных последствий ее влияния на организм человека, его семью и общество в целом.

Первое направление - подготовка добровольцев для ведения групповых занятий со сверстниками
Главная цель организации групповых занятий - снижение риска возникновения аддиктивного поведения у подростков через осознание причин обращения к психоактивным веществам и создание условий для социально-психологической адаптации в быстро меняющихся условиях жизни.

По определению авторов издания "Подросток на перекрестке эпох", социально-психологическая адаптация - это такое направленное изменение (самоизменение) взаимодействия личности ("Я") со средой, которое характеризуется:

1. Сохранением личности и социальной среды, экологичным отношением индивида к себе и миру вокруг, сохранением необходимого для личности постепенных, эволюционных изменений в отношениях со средой через овладение новыми способами поведения.

2. Приспособлением, которое рассматривается и как процесс, и как результат деятельности личности в отношении к изменившимся (меняющимся) условиям социальной среды. Становление новых приспособительных "механизмов"

ориентировано на гармонизацию отношений (взаимодействия) личности со средой, выравнивание баланса на полюсе личности.

Как указывают авторы, в ходе работы по социально-психологической адаптации необходима не просто передача готового навыка, но, главным образом, "выращивание" личностных стратегий и тактик поведения, поиск индивидуального стиля. Этот подход определяется как личностно-ориентированный и может быть реализован в ходе проведения социально-психологических тренингов.

Разделяя эту точку зрения, хотелось бы подчеркнуть, что такие новообразования, как личностные стратегии, возникают благодаря самоизменению участников в ходе проживания ситуаций групповой жизнедеятельности. Ведущий или тренер при этом играет роль фасилитатора или гида, сопровождающего путь естественных и закономерных преобразований.

Подробно с принципами и программой групповых занятий с подростками по профилактике нарко- и алкогольной зависимости можно познакомиться в книгах "Профилактика наркомании и токсикоманий в подростков", "Профилактика наркомании в школе" и др.

Как показала практика работы волонтеров Социального центра молодежи Кузбасса, к такой работе могут привлекаться школьники, получившие дополнительное образование по психологии (например в СЦМК - это ребята, которые прошли обучение в Школе практической психологии для старшеклассников, участвовали в социально-психологических тренингах), студенты педагогических вузов, социально-психологического факультета университета, студенты-медики, т.к. эта работа требует знания особенностей психологии общения, психологии личности, основ психопрофилактики, достаточно высокого уровня зрелости личности, развитых навыков рефлексии и саморегуляции.

Обучение волонтеров осуществляется в тренинговом режиме. Интерактивные методы обучения позволяют через общение более глубоко осознать истинные мотивы обращения к волонтерской деятельности, развивать уже существующие навыки работы с людьми и такие важные для общения качества, как эмпатия, конгруэнтность, аутентичность и другие; осознать свой стиль в общении и скорректировать его в сторону большей эффективности.

Цель обучения: Овладение знаниями и навыками, необходимыми для ведения групповых занятий по профилактике нарко-алкогольной зависимости со сверстниками.

Задачи, которые реализуются в ходе подготовки волонтеров, можно сгруппировать в соответствии с четырьмя модулями обучения:

1 модуль предназначен для ориентации участников в предстоящей деятельности и углубленному изучению собственных мотиваций;

2 модуль включает знакомство с темой нарко- и алкогольной зависимости, определение возможных путей профилактики и выработку жизненных стратегий, помогающих избежать опасности приобщения к психоактивным веществам.

3 модуль призван развить коммуникативные навыки и сенситивность к происходящим в ходе групповой работы процессам;

4 модуль предусматривает тренировку навыков самостоятельного проведения занятий, включающую стажировку с супервизией, т.е. внешним наблюдением.

Необходимо помнить, что успешному обучению могут помешать следующие факторы:

- * отсутствие учебной мотивации;
- * физическое отставание и недомогание;
- * отсутствие уверенности в себе;
- * отсутствие комфортных условий;
- * нерациональное распоряжение временем;
- * отсутствие или недостаточность обратной связи и положительной оценки;
- * различие в стилях усвоения знаний.

Волонтеры хорошо учатся, когда:

- * Обучение отличается от традиционного, и проходит в интересной форме.
- * В процессе обучения они активно взаимодействуют с другими участниками.
- * Они чувствуют уважение к себе и своему жизненному опыту.
- * Они могут быть самими собой и не бояться выражать себя.
- * Между группой и тренером устанавливается взаимное уважение.
- * Они чувствуют, что могут не соглашаться с остальными, и что их мысли имеют такое же значение, как мысли других.
- * Они могут допускать ошибки, и их никто не будет осуждать,
- * Поощряется сотрудничество участников обучения, и они сами оценивают свои успехи.

Общее количество часов по этой программе - примерно 60 ч.;

1 модуль - 10 часов,

2 модуль - 15 часов,

3 модуль - 15 часов,

4 модуль - 20 часов.

Количество необходимых часов в каждом модуле может варьировать в зависимости от степени подготовленности ребят и особенностей развития групп. Количество участников не должно превышать 20 человек на двух ведущих тренеров.

Тренинговая подготовка ведется с учетом основных этапов развития группы:

1. Знакомство.
2. Представление целей и задач групповой работы.
3. Создание заинтересованности и мотивации к участию в предлагаемых занятиях.
4. Выработка групповых норм и правил.
5. Осознание собственного отношения к какой либо проблеме.
6. Тренировка жизненных навыков.
7. Завершение работы группы.

1 модуль - Ориентировочный.

1. Исследование мотивации обращения к добровольческой деятельности в области профилактики нарко- и алкогольной зависимости. 2. Формирование

индивидуального и группового видения работы по первичной профилактике. 3. Формулирование миссии добровольческой деятельности. 4. Разработка этического кодекса волонтера. Исследование мотивации к добровольческой деятельности начинается еще на этапе отбора кандидатов в ходе отборочных занятий.

Дальнейшее прояснение и укрепление мотивации на работу по профилактике может быть осуществлено в ходе упражнения "Какова твоя цель в том, чтобы заниматься первичной профилактикой, иногда это упражнение еще называют "Капустой". Суть упражнения, выполняемого в парах, заключается в том, чтобы помочь человеку осознать истинные мотивы занятий профилактикой путем последовательного задавания вопроса: "Какова твоя цель в том, чтобы...?" Например, человек говорит:

- "Моя цель занятий профилактикой в том, чтобы помогать людям." - "А какова твоя цель в том, чтобы помогать людям?" - "Чтобы люди чувствовали себя более счастливыми." - "А какова твоя цель в том, чтобы люди чувствовали себя счастливыми?" - "Тогда я тоже буду чувствовать себя более счастливым." После того, как к словам отвечающего уже нельзя задать вопрос: "Какова твоя цель в том, чтобы...", формулируется окончательный ответ. Так в нашем примере он выглядит следующим образом:

"Я занимаюсь профилактикой, чтобы чувствовать себя более счастливым", в результате, мы приходим к очень важному выводу: работая для других, мы работаем и помогаем в первую очередь себе самому. Для более глубокого осознания мотивов приобщения к добровольческой деятельности может оказаться полезным выполнение следующего упражнения: участникам предлагается ответить на ряд вопросов: 1. Вспомните, как Вы узнали о добровольческом труде. 2. Вспомните случай из жизни, когда Вы сделали что-то на добровольных началах. 3. Опишите, что Вы получили в результате. Потом участники делятся тем, что у них получилось в парах, а после этого в малых (по 3-4 чел.) группах заполняется таблица. Что они в результате получают? Положительное Отрицательное Групповая работа позволяет выработать единый подход в понимании добровольчества, а также рассматривать добровольчество как социальный феномен, которому присущи, как позитивные, так и негативные моменты, знание которых необходимо учитывать при организации добровольческих служб.

К негативным моментам можно отнести, например, непонимание родных и близких: "Зачем тебе это нужно?", непонимание со стороны административных и государственных структур: "Раз добровольцы, значит должны". А они не должны, они - хотят, и задача организаторов добровольческих служб найти человеку работу, которую он выполнял бы с желанием, а не потому, что должен. Долженствование особенно неуместно в отношениях с добровольцами-подростками и, особенно в рамках работы по профилактике.

С целью изучения и формирования индивидуального и группового видения работы по первичной профилактике наркозависимости мы обычно предлагаем упражнение, которое так и называется - "Видение". Участникам группы дается задание в течении 5-7 минут подумать и записать как можно больше характеристик, отражающих сегодняшнее состояние общества, в связи с чем ребята решили часть своего времени посвятить профилактике наркозависимости. Затем в течение 5-7 минут участники пишут, что они бы могли сделать, чтобы ситуация изменилась. После этого группа делится на подгруппы (4-5 человек) и дается задание изобразить на ватмане состояние нашего общества сегодня и через пять лет, отразив тем самым желательную динамику социальных явлений, изменение политической,

культурной и духовной ситуации.

Во время общего обсуждения формулируется цель работы службы и делается акцент на том, что является реальным вкладом волонтерской службы в достижение поставленной цели. Тем самым делается шаг к формулировке миссии организации (подробно о миссии в предыдущей главе). Тема миссии тесно соприкасается с темой социального партнерства. Нередко организация, осуществляя свою деятельность, направленную на определенную категорию людей (целевую группу), не учитывает реальные потребности последней.

В этом случае, вместо пользы и действенной помощи людям может быть нанесен непоправимый вред. Чтобы избежать роли "миссионера с автоматом", необходимо отказаться от позиции навязывания своих представлений о благе (счастье, здоровье, благополучии и успешности и т.д.), и вместо этого предложить свое участие и сотрудничество с момента определения проблемы, выбора методов ее разрешения и действий по разрешению.

С целью выработки навыков социального партнерства мы проводим сюжетно-ролевую игру "Деревня Дэду". Группа делится на две равные части. Одна подгруппа играет роль волонтеров, а другая - жителей деревни. Жители деревни Дэду по исторически сложившимся причинам оторваны от цивилизации. Дэдуевцы, значительно отличаясь от других людей, имея свои традиции, в целом не испытывают особых неудобств в связи со своим отдаленным положением.

Существует лишь одна проблема, очевидная для волонтеров: беременных и рожаящих женщин приходится долго доставлять в ближайший населенный пункт. Этот путь можно было бы значительно сократить, построив мост через реку. Эту цель перед собой и поставила волонтерская служба. Задание подгруппе дэдуевцев: Необходимо придумать какое-либо приветствие, принятое в их местности.

Этим приветствием жители деревни обмениваются с любыми, в том числе и незнакомыми людьми, проявляя тем самым свое расположение и гостеприимство. У жителей деревни есть ряд обычаев, о которых они знают чуть ли не с рождения и которые для них настолько очевидны, что не возникает даже мысли их кому-то объяснять. Эти обычаи следующие: - женщины не могут держать в руках пищевые предметы; - мужчины не могут пользоваться ножницами;

- если кто-то в общине сказал "Мне нужно подумать", то все замолкают до тех пор, пока не разрешит прервать молчание словами: "Я подумал", произнести эти слова; - в общине есть старейшина, с которым принято советоваться всегда при принятии какого-либо решения. Если обычаи кем-либо нарушаются, это вызывает всеобщее неодобрение, выражающееся в произнесении всеми дэдуевцами характерного звука, который выбирают участники. Задание подгруппе волонтеров.

Необходимо установить контакт с дэдуевцами, объяснив им свою миссию. Задание считается выполненным, если обе подгруппы найдут взаимопонимание и решат совместными усилиями строить мост. Во время объяснения вторая подгруппа с целью наглядности должна использовать макет будущего моста, построенного с помощью бумаги, фломастеров, скотча и ножниц. Взаимодействие организуется в два этапа. Сначала один из волонтеров идет на "разведку".

Он знакомится с жителями деревни, их обычаями и рассказывает о намерениях своей организации. Полученная в ходе этого короткого эпизода (примерно 7 минут) информация используется группой волонтеров для определения стратегии предстоящих переговоров. На втором этапе встречаются обе подгруппы в полном составе. Взаимодействие длится 10-15 минут, можно использовать запись на видеопленку. В конце проводится обсуждение с выходом на темы партнерства,

потребности целевой группы, миссии и др.

Просматривается видеозапись, осознаются препятствия, возникшие при выполнении задания, отмечаются наиболее удачные моменты во взаимодействии. Добровольческий труд, и в особенности ведение групповой работы, требует наличия определенных качеств и личностных свойств, необходимых для эффективного взаимодействия с другими людьми.

На данном этапе осознание этих качеств и выработка этических норм и принципов волонтерской деятельности проходит на более высоком уровне обобщения, чем это делалось на этапе отбора. В качестве упражнения мы предлагаем в подгруппах выработать и оформить на листе ватмана список этических норм и принципов службы. Последующее обсуждение и дискуссия является логическим завершением всего первого модуля обучения, в ходе которого участники осознанно отвечают на вопросы: "Кто мы? Зачем мы? И как мы будем действовать?" Для участников подростковой волонтерской службы СЦМК ответы на эти вопросы звучат примерно следующим образом: "Мы, волонтеры добровольческой службы Социального центра молодежи Кузбасса, являемся помощниками специалистов, работающих по профилактике - психологов, педагогов, организаторов. Вместе с ними мы разрабатываем и реализуем программы, направленные на профилактику зависимости от психоактивных веществ.

Мы - это учащиеся школ города, училищ и вузов, осознавшие себя лично ответственными за работу по первичной профилактике и принимающие в ней активное участие. Целью нашей работы является снижение риска приобщения подростков к ПАВ, а задачи, которые мы решаем в ходе работы: правдивое информирование о последствиях употребления ПАВ, помощь в осознании причин приобщения к алкоголю и наркотикам и поиске здоровых альтернатив.

Мы также помогаем своим сверстникам развить важные жизненные навыки, такие как: умение общаться и разрешать конфликты, умение противостоять давлению сверстников и правильно принимать решение. Нам также важно просто быть рядом с подростком, испытывающим какое-либо затруднение в жизни, оказать ему поддержку, подсказать ему к какому специалисту можно обратиться за помощью.

Свою работу по профилактике мы реализуем, проводя тренинга жизненных навыков, тематические вечера и дискотеки, участвуя в разработке средств пропаганды здорового образа жизни и средств контрпропаганды." 2 модуль - "Введение в тему профилактики нарко- и алкогольной зависимости" Работа на этом этапе начинается с осознания собственного отношения волонтеров к психоактивным веществам, в особенности к алкоголю и наркотикам, прояснения мотивов злоупотребления психоактивными веществами и осознания проблемы зависимости. Описание специальных упражнений, используемых для работы в этом модуле, можно найти в книге "Профилактика наркозависимости в школе".

Параллельно с работой по осознанию идет информационное насыщение волонтеров научными, статистическими, аналитическими данными, касающимися данной проблемы. Именно факты, результаты научных исследований и мнения специалистов, а также исповеди алкоголиков и наркоманов являются наиболее убедительными аргументами в разговоре с подростками. Но особенно ответственным является этап тренировки жизненных навыков.

Именно в ходе этой работы подросток должен почувствовать уважение к самому себе и другим людям, уверенность в своих силах, выстроить план саморазвития и самосовершенствования без использования психоактивных веществ, осознать личную ответственность за свой жизненный выбор. Осознание причин приобщения

подростков к психоактивным веществам приводит к определению следующих пяти основных направлений работы по первичной профилактике. * Развитие навыков общения. Этим ребята занимаются в ходе 3-го модуля.

* Формирование, положительной Я - концепции и адекватной самооценки. Как показывают результаты многочисленных исследований, большинство подростков, страдающих наркоманией, имеют низкую самооценку. Отсутствие самоуважения, неуверенность в своих силах приводит к тому, что ребенок легко попадает в ситуацию зависимости от старших подростков или взрослых. Такие ребята, как правило, не очень успешны в учебе и другой деятельности, у них низкая познавательная мотивация.

С помощью психоактивных веществ они стремятся решить проблемы общения, снять тревожность, поднять свой авторитет в глазах сверстников, стать свободными от родителей и отметить свое взросление. Приобщение к психоактивным веществам лишь временно может повысить самооценку, а в дальнейшем подросток может начать относиться к себе еще хуже.

Вот почему так важно сформировать у ребенка положительную самооценку с тем, чтобы он, зная сильные стороны своей личности, был успешен в значимой для него сфере жизни и деятельности. Важно, чтобы в ходе занятий подросток осознал, что его самооценка формируется из мнения окружающих о нем и, прежде всего, родителей, сверстников, его успешности в учебе, его стремления к самопознанию и саморазвитию, а также то, что он сам может многое изменить как в восприятии его другими, так и им самим.

Это возможно благодаря постоянному осознанию своих жизненных целей и, планомерной работе по самосовершенствованию. * Осознание своих жизненных ценностей и их коррекция с позиции здорового образа жизни. Часто подростки не очень хорошо осознают, что в их жизни является для них самым главным, не всегда задумываются над тем, как это главное может быть утеряно из-за необдуманных поступков или неправильно принятых решений.

В ходе занятий мы предлагаем волонтерам составить список своих ценностей, отвечая не менее двадцати раз на вопрос "Что является для Вас самым главным в жизни?", из получившегося списка выделить 9 наиболее важных, а затем 3, без которых жизнь вообще теряет смысл. Как правило, для большинства подростков, как это не покажется странным некоторым читателям, главные ценности -это семья, любовь, дружба. Конечно, среди жизненных ценностей подростки иногда называют и табак, и вино, и наркотики.

Для кого-то они являются средством улучшения отношений с другими людьми, для кого-то это способ испытать себя, пережить что-то необычное, для третьих - это способ расслабиться, забыться, уйти от тревог реальной жизни. Важно помочь осознать ребенку или подростку, что это не настоящие ценности, "обманка" и более того, что присутствие их в жизни подростка грозит потерей действительно важных и ценных для него решений - здоровья, семьи, друзей, будущего да и самой жизни.

Конечно, ценности могут меняться, но есть общечеловеческие ценности, без которых жизнь теряет смысл. * Развитие навыков принятия решений. Ежедневно нам приходится сталкиваться с необходимостью принимать огромное количество самых разнообразных решений. Одни мы принимаем легко, почти не задумываясь, другие требуют от нас размышлений и времени, третьи мы принимаем под влиянием или давлением других людей. Подростку важно научиться принимать решение обдуманно.

При принятии решения о начале употребления ПАВ ребенок или подросток

должен осознавать, какие потребности он пытается удовлетворить с их помощью, есть ли альтернативы, каковы будут последствия и принять на себя ответственность за сделанный выбор. В свете сказанного понятна цель ведущих занятий с подростками - помочь осознать, дать информацию, научить правильным действиям.

* Развитие навыков асертивного поведения и умения сказать "Нет" в ситуации принуждения, в том числе, и к потреблению психоактивных веществ. Асертивное поведение является противоположностью поведения агрессивного и ненастойчивого. Суть такого поведения в том, что человек удовлетворяет свои потребности и свои интересы без ущерба для других, пользуется своими законными правами без ущерба прав и достоинств другого человека.

Навыки асертивного поведения необходимы для сохранения адекватной положительной самооценки, эффективного взаимодействия, отстаивания своего мнения и интересов в своей референтной группе, семье, школе. Формирование навыков асертивного поведения требует от подростка осознанного отношения к своей жизни, развитой эмпатии и ответственности, уважения к себе и другим, достаточных волевых усилий.

Оно просто необходимо в ситуации принуждения к потреблению психоактивных веществ, когда отказ должен, с одной стороны, быть твердым и убедительным, с другой - довольно дипломатичным, чтобы не доводить дело до конфронтации и потере значимых отношений. Развитие асертивного поведения также предполагает развитие навыков прогнозирования возможных исходов ситуации и выбор оптимальных форм поведения в них. * Развитие навыков саморегуляции, Способность осознавать переживаемые эмоции, умение выражать свои чувства и управлять ими является очень важным для человека. Неуправляемые эмоции часто толкают человека на необдуманные поступки и скоропалительные выводы, затрудняют общение и продуктивную деятельность. Навыки саморегуляции помогают человеку скорее справиться; негативными эмоциями, усталостью, понизить тревогу, снять напряжение (см. Программу тренинга "Я управляю стрессом").

Волонтеры, прошедшие полностью тренинг жизненных навыков узнают о проблеме, прочувствовав ее, что называется, на собственной "шкуре", и как бы изнутри узнают, как работает программа подобных занятий на целевой группе (это могут быть ребята с 1-го по 11-ый класс. Программа занятий легко адаптируется с учетом возрастных и психологических особенностей). 3 модуль - Коммуникативный тренинг.

Во время тренинга ребята осознают свой стиль общения, определяют что помогает и что мешает им в общении с другими людьми, какие барьеры в общении могут препятствовать их работе со сверстниками. На первых занятиях ребята учатся устанавливать контакт. Именно от этого умения зависит успешность дальнейших отношений с группой.

На этапе установления контакта решаются две задачи: настройка на партнера (кто он, в каком он эмоциональном состоянии, какова его мотивация, чего ждет от работы) и настройка партнера на себя (умение представить себя, вызвать симпатию, заинтересовать, доходчиво изложить информацию, создать чувство общности). Следующим направлением работы является отработка навыков активного слушания, необходимая для понимания собеседника и точной передачи информации.

Приемы аргументации, которыми овладевают волонтеры, позволяют делать их речь убедительной, без назидательности и советизма. Ребята также учатся конструктивно разрешать конфликты. Основными формами работы в группе являются дискуссия, ролевые игры, психогимнастика, игры на создание атмосферы

открытости, краткие информационные сообщения по проблеме.

Во время методического разбора коммуникативного тренинга волонтеры знакомятся с основными этапами групповой работы и основными ее формами, определяют роль ведущего и правила его взаимодействия с группой. Для прояснения роли ведущего мы предлагаем участникам выполнить упражнение "Что я делаю, когда веду группу".

Участникам предлагается примерить на себя роль тренера, используя свой опыт участия в тренингах, и ответить на поставленный вопрос, сформулировав его в виде пяти коротких глагольных словосочетаний (например: "внимательно слушаю", "подбадриваю участников" и т.д.). Эти словосочетания необходимо написать на пяти карточках. На работу дается 5 минут. Затем группа делится на подгруппы (4-5 человек), каждая из которых формирует общий банк высказываний.

В ряде случаев тренер добавляет свои карточки с теми определениями, которые могут вызвать бурное обсуждение (например: "спорит", "доказывает свою правоту", "эмоционально вовлекается в обсуждение", "поощряет к высказыванию неактивных участников", "перебивает, когда обсуждение затягивается" и т.д.). После этого дается задание подгруппам в ходе обсуждения и дискуссии распределить все имеющиеся карточки по следующим критериям: "Тренер это должен делать всегда". Тренер это должен делать иногда". Тренер этого не должен делать никогда". Таким образом, образуется три группы карточек, отражающих представление участников о роли тренера на занятии. На работу дается 15-20 минут, после чего организуется общее обсуждение. Такая работа позволяет сверить идеальные представления о тренерской работе с реальными ожиданиями и представлениями участников, что, несомненно, влияет на мотивацию. 4 модуль - Тренерские навыки.

К работе по развитию тренерских навыков приступают те волонтеры, которые в ходе предыдущих модулей решили, что они хотели бы вести групповые занятия со сверстниками и которые подходят для тренерской работы по личностным качествам. Прежде чем ребята выйдут работать на группы самостоятельно, они сначала готовят небольшие показательные "кусочки" занятий и отрабатывают их в своей учебной группе, получая обратную связь от ребят и опытного психолога, ведущего занятия.

Затем наблюдают за работой опытных тренеров и волонтеров, работают соведущими в паре с более опытным волонтером, после этого выходят на работу в группу с супервизором и только потом самостоятельно работают на группе в паре с другим волонтером. Тщательность подготовки волонтеров к групповой работе оправдана, п затраты на обучение компенсируются большим эффектом групповых занятий по первичной профилактике по сравнению с другими формами профилактики, например, лекциями или беседами.

Главные задачи ведущих групповые занятия: - создать условия для свободного обмена мнениями, поддерживая в группе атмосферу доброжелательности, открытости, сплоченности; - поддерживать положительную самооценку участников, поощрять инициативу; - давать возможность каждому чувствовать себя в безопасности и ощущать поддержку от ведущего и других членов группы; - двигаться от простого к сложному; - чередовать сложные упражнения с разминками и психогимнастикой.

Для тренировки навыков групповой работы мы используем следующее упражнение: Вызываются два желающих быть ведущими. Еще шестеро исполняют роли кандидатов в волонтеры. Остальные наблюдают. 3-4 человека из группы кандидатов играют роли заинтересованных участников, а 2-3 получают отдельные роли из следующего перечня: Тихий - Вы не очень разговорчивы и охотно реагируете

только когда к вам с вопросом обращаются ведущие. Однако вы выглядите заинтересованным в групповой работе.

Застенчивый - Вы очень застенчивы и говорите только в том случае, когда к вам обращаются напрямую, да и тогда стараетесь отвечать, если это возможно, односложно. **Навязчивый болтун** - Вы любите доминировать и вам нравится звук собственного голоса. У вас готово мнение по каждому вопросу, и вы стремитесь его выразить, да не один раз. **Сомневающийся** - Вы чувствуете себя довольно неуверенно и привыкли работать с большим количеством людей, к которым вы можете обратиться за помощью и советом.

Из-за того, что вы не чувствуете себя в безопасности, вы все время задаете вопросы типа: "А что, если?..." В светском настроении - Через два дня у вас начинаются каникулы, и вы уже с нетерпением их ждете. Вы не настроены на работу и предпочли бы сегодня просто светски общаться и получать удовольствие.

Завоеватель - Вы любите руководить, и вам трудно подчиняться ведущим группы.

Вы уверены, что могли бы справиться со всем лучше, чем они, и поэтому все время пытаетесь перехватить руководство, давая комментарии к тому, что говорят члены группы, и предлагая им высказать свое мнение. **Заинтересованный** - Вы заинтересованы в работе группы и с удовольствием принимаете в ней участие, внося свой вклад в то, что происходит. Вы делаете полезные замечания, слушаете других членов группы, и ваши реакции поддерживают их.

Участники группы во главе с ведущими обсуждают какую-нибудь тему (например: "Почему люди употребляют алкоголь?"). Примерно через 10 минут организуется обратная связь и обсуждение, предоставляется возможность сначала говорить тем, кто выступал в качестве ведущих, затем кандидатам в волонтеры, затем наблюдателям. Только после этого тренер добавляет то, что не было сказано в качестве обратной связи ведущим.

Упражнение призвано помочь осознать свой индивидуальный стиль при ведении группы и рассмотреть необходимые изменения для повышения эффективности ведения групповой работы. Можно определить роль ведущего тренинговой группы как гида или фасилитатора, а также собеседника, дающего информацию, обеспечивающего безопасность и организованность в группе.

После прохождения практики и самостоятельной работы в школах волонтеры работают над разбором трудных случаев из практики во время балинтовских встреч и индивидуальных консультаций с куратором. Второе направление - подготовка волонтеров для проведения бесед по теме профилактики

Для волонтеров, работающих в этом направлении, важно быть хорошо информированными, уметь структурировать предлагаемый слушателям материал, делать его интересным и доступным для восприятия в разных возрастных группах, уметь удерживать внимание группы и организовывать дискуссию. Подготовку волонтеров для этого вида деятельности также лучше проводить в форме тренинговых занятий.

Практически без сокращения используется первый и второй модули программы подготовки ведения групповых занятий, а также сокращенный вариант коммуникативного тренинга (15 часов). Прорабатывается тема профилактики нарко- и алкогольной зависимости и отрабатываются навыки организации и проведения фокусированных групповых дискуссий. Эта естественная логика, присущая человеческому мышлению, определяет последовательность этапов дискуссии, каждому из которых соответствует определенная группа вопросов:

I этап. Вопросы типа: Кто? Где? Что? Когда? и т.п. II этап. Вопросы: Что вы

чувствуете в связи с тем, что...? Что нравится или не нравится...? Что представляет трудность? Что удивило? и т.д. III этап. Вопросы обращенные к причинам: Почему...? Как можно объяснить...? Что Вы об этом думаете? Какие есть комментарии? и пр. IV этап. Вопросы: Что вы для себя вынесли из этого опыта? Как можно... использовать в жизни, на практике?

На I этапе обычно задается для обсуждения 3-4 вопроса; на II - 2-3 вопроса; на III - 2-вопроса и на IV - 3-4 вопроса. В ходе проведения беседы или дискуссии может использоваться аудио- и видеofilmы, средства наглядной агитации, газетные статьи и выдержки из книг. Для проведения данной работы не требуется длительной психологической подготовки. Достаточно, чтобы у подростка было желание работать, знания в этой области, хорошая грамотная и без дефектов, затрудняющих восприятие, речь.

Третье направление - проведение с ребятами КВНов, выступление со спектаклями на тему профилактики, организация работы агитбригад Подготовка для работы в этом направлении требует создания в коллективе атмосферы творчества. Важной оказывается тренировка внимания, памяти, правильной речи, владения собственным телом, умение вжиться в роль. Данную работу ребята могут сделать под руководством профессионального организатора досуга или студентов старших курсов театральных институтов.

Такая деятельность может быть сопряжена с большими эмоциональными нагрузками, т.к. ребятам приходится иногда изображать наркоманов или их друзей, родственников. Поэтому лучше если в спектакле будет занято несколько составов групп для того, чтобы исключить участие одних и тех же ребят только в одном спектакле .длительное время.

2.3. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЛОНТЕРСКОЙ СЛУЖБЫ

Необходимость психологического сопровождения деятельности волонтеров диктуется тем, что область, в которой они работают в данном случае весьма специфична. Профилактические меры в отношении употребления психоактивных веществ обращены непосредственно к личности подростка, к тем базовым потребностям, адекватное удовлетворение которых может предотвратить возникновение разного рода зависимостей. Кроме того, психологическое напряжение в связи с постоянной проработкой одних и тех же эмоционально негативных тем может отрицательно сказываться на личном самочувствии волонтеров.

Исходя из этого, психологическое сопровождение призвано решить следующие три крупных блока задач: 1. Мотивация добровольческой активности. Это сквозная задача, решать которую необходимо постоянно. Мотивация начинает формироваться внутри целевой группы в результате деятельности волонтеров или благодаря работе со средствами массовой информации.

Она становится более отчетливой и осознанной в ходе отборочных занятий и последующего тренинга, поддерживается благодаря совместному планированию деятельности службы, возможности постоянно обучаться и неформально общаться в атмосфере психологического комфорта. 2. Преодоление трудностей в работе. Этому способствует предварительная стажировка под руководством куратора, индивидуальные собеседования, супервизорские сессии и разбор трудностей на бабинтовских группах.

Решение этой группы задач необходимо, главным образом, при организации групповых занятий. 3. Разрешение личных проблем волонтеров и

психопрофилактика. Речь идет о профилактике так называемого "синдрома сгорания", возникающего в связи с большими психоэмоциональными и душевными затратами во время работы с темой наркозависимости.

Это может стать причиной возникновения или обострения каких-либо личных проблем у ребят, в связи с чем необходима организация групп личностного роста и индивидуальное психологическое консультирование. Деятельность волонтерской службы будет эффективной в том случае, если служба представляет из себя не совокупность разрозненных участников, а сплоченную команду. Создание такой команды является главным условием для решения вышеперечисленных задач.

Мы берем за основу такую организацию совместного общения, при которой учитывается динамика групповых процессов. К групповой динамике относятся проблемы постановки общих целей и установления внутригрупповых норм; решение вопросов эффективного руководства, групповой сплоченности и преодоления внутреннего напряжения; создание подгрупп и установление отношений между группой и конкретным участником.

Не имея возможности подробно останавливаться на этом вопросе, отметим лишь, что обеспечение групповой сплоченности позволяет: * эффективно удовлетворять потребность в общении, в самореализации, и уважении участников группы; * усиливать мотивацию каждого быть членом группы; * создать дружескую, располагающую атмосферу; * создать условия для принятия эффективных групповых решений; * повысить творческий потенциал участников группы; * открыто разбирать возникающие конфликты.

Группа в своем развитии проходит несколько стадий: 1. Становление группы. На этой стадии чувства и поведение участников преимущественно связаны со встречей новых людей. Ребята хотят показать себя с лучшей стороны, беспокоятся о создании атмосферы комфорта и безопасности. Возникает ощущение, что все друг друга хорошо узнали и уже образовалась команда, но пока это псевдосообщество.

По мере того, как группа движется к следующей стадии, все более выраженным становится напряжение, которое нарастает в группе. Постепенно формируются такие роли, как Скептик, Спасатель, Шутник, Отгороженный, Уверенный и т.д. Среди участников существует тенденция делать "Мы" - утверждения вместо "Я" - утверждений и преподносить групповое, а не индивидуальное мнение по поводу того, в чем они нуждаются.

Задача тренера или куратора на этой стадии - постараться "сломать лед" и использовать формы работы, центрированные на задаче. Необходимо продвигать группу к следующей стадии, давая участникам индивидуальную обратную связь, задавая индивидуально направленные вопросы, помогая прояснять участникам их личные задачи и трудности. Куратор при этом является моделью для членов группы: демонстрирует искреннее и открытое поведение, говорит о своих чувствах, использует юмор и невербальные средства общения.

2. Конфликты и протест (индивидуализация). Появляется тенденция к самоутверждению, соперничеству, наблюдается "борьба за власть", кристаллизация ролей на активные и пассивные, доминирующие и подчиняющиеся. Участники все менее охотно вызываются быть добровольцами при выполнении того или иного задания, может появиться растерянность, ставятся под вопрос цели и ценности совместной деятельности.

Задача тренера или куратора на этой стадии - продолжать отражать чувства участников и соотносить их с содержанием текущего опыта. Тематами для обсуждения могут быть растерянность, страх неудачи, потребность в релаксации и т.д. Важно

создать условия для осознания участниками их потребностей. 3. Сплоченность. Снижается напряжение, возрастает сплоченность, потребность в чувстве собственной принадлежности к группе. Участники начинают проявлять зрелую заботу друг о друге, перестают принижать чувства.

Обратная связь становится все более честной и открытой. 4. Целенаправленная деятельность (зрелая группа). Группа функционирует как единый организм, размышляет, советуется, критикует, принимает решения. Остановимся подробнее на отдельных формах работы, отнесенных нами к психологическому сопровождению. Супервизорская практика включает в себя следующие компоненты: - индивидуальный разбор трудностей с куратором (супервизорская сессия);

- работа в группе с супервизором, в качестве которого может выступать куратор или опытный волонтер; - балинтовская группа как форма группового разбора наиболее типичных трудностей в работе. Как при ведении супервизорской сессии, так и в начале работы балинтовской группы, куратор придерживается следующих основных положений и вопросов: 1. Необходимо четко определить проблему (предмет разбора) и заключить контракт. Вопросы на заключение контракта: - что для тебя важно обсудить сегодня?

- как бы ты хотел, чтобы проходило сегодняшнее обсуждение? - что бы ты хотел получить в результате нашей сегодняшней встречи? - что бы хотел ты от меня (нас)? - что тебе самому нравится в своей работе? 2. В ходе супервизорского разбора необходимо помочь волонтеру осознать то, что вызывает трудности за пределами конкретного содержания, делая акцент на процессе. Вопросы по процессу: - Что тебя беспокоит? - Что для тебя эта проблема?

- Каково твое соглашение (контракт) и отношение с тем человеком или группой, о которой ты хотел бы говорить сегодня? - Когда, с кем, по поводу чего ты смущаешься, беспокоишься, теряешься и прочее? - это связано с тобой, другим человеком или группой? - Опиши, как будут выглядеть твои отношения с самим собой и другими, если проблема разрешится? - Как ты собираешься этого достичь? - По окончании нашей беседы, каким будет твой следующий шаг по работе с твоей проблемой?

- Что бы ты сделал, чтобы позаботиться о себе тогда и сейчас? - Как ты оцениваешь то, что получил в ходе нашей сегодняшней беседы? - Чувствуешь ли ты, что между нами есть какие-то незавершенные дела? Индивидуальное психологическое консультирование проводится только в том случае, если на эту работу получен запрос от конкретного человека.

Мы придерживаемся гуманистических традиций в консультировании, которое можно определить как помощь в осознании своих внутренних барьеров и поиск ресурсов для достижения большей степени свободы, благодаря расширению диапазона приемлемых решений и вариантов реагирования на проблемные ситуации. Группы личностного роста

предполагают обращение участников к их внутреннему опыту с целью осознания собственных движущих мотивов поведения и лежащих в их основе потребностей, а также развитие определенных личностных качеств и свойств, необходимых для успешного достижения жизненных целей. Такие группы целесообразно проводить не реже одного - двух раз в год в условиях турбазы или загородного лагеря отдыха. Обычно это 3-4 дневные циклы (30-40 академических часов), в которых участвуют 10-15 волонтеров и два тренера.

Задачи, решаемые в ходе группы личностного роста: * создание комфортного и безопасного пространства для обсуждения личных проблем, чувств и мыслей; *

создание условий для проработки на различных уровнях опыта восприятия свойств собственной личности; * тренировка навыков работы с воображением; * развитие креативности личности; * расширение диапазона поведенческих стратегий в стрессовых ситуациях; * тренировка навыков управления стрессом.

Для решения этих задач можно использовать широкий диапазон форм и методов групповой работы: психогимнастика, пантомима, тематическое рисование, телесно-ориентированные упражнения, психосинтетические методы, различные формы взаимодействия в парах и малых подгруппах, исполнение групповых скульптур и прочее. Использование форм работы, подключающих различные каналы восприятия, позволяет развить у участников сенситивность и стимулирует творческий потенциал.

Кроме того, это дает возможность на психофизиологическом уровне преодолеть следы прошлых травматических переживаний. Элементы психопрофилактики необходимо периодически проводить с работающими волонтерами и вне групп личностного роста. С этой целью можно использовать упражнения на релаксацию, медитацию, работу с направленным воображением, не требующую дальнейшей длительной проработки. Как правило, это общеукрепляющие и энергезирующие упражнения.

С успехом могут быть использованы также методы общеобразовательной кинесиологии ("гимнастики мозга").

Психологическое сопровождение работы волонтеров-подростков обеспечивается специалистами-психологами, прошедшими специальную подготовку, во-первых, в области профилактики нарко-алкогольной зависимости, во-вторых, имеющих знания, необходимые для работы с добровольцами и осознающие важность работы добровольцев в системе первичной профилактики, а также владеющие навыками ведения групповых занятий и психологического консультирования.

Важными для этих специалистов являются такие качества, как доброжелательность, искренность, ответственность, а также организаторские способности, умение делегировать ответственность, творческий подход к делу и опыт работы с подростками.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленная в работе концепция программы развития добровольческого подросткового движения по профилактике нарко-алкогольной зависимости разработана на основе анализа существующих в настоящее время программ по первичной профилактике нарко-алкогольной зависимости у нас в стране и за рубежом и на основании опыта организации и проведения профилактической работы добровольческими объединениями г.Кемерово и других городов Кемеровской области.

В концепции представлены цели, задачи и средства реализации программы, достаточно подробно освещены вопросы подготовки подростков-волонтеров к работе по профилактике со своими сверстниками, рассмотрена возможная структура добровольческой службы и вопросы организации её деятельности: привлечение и набор добровольцев, обучение добровольцев и организация их деятельности в подростковой среде.

Представленная в работе концепция в большей степени представляет концепцию инициирования и создания добровольческих подростковых служб, а концепция реализации программы и её внедрения в регионах требует продолжения начатой работы и может быть осуществлена в следующем методическом пособии.

Вопросы, нуждающиеся в дальнейшей разработке - это вопросы условий

реализации программы, такие как: финансирование подросткового добровольческого движения, создание материально-технической базы для расширяющегося подросткового добровольчества и повышение эффективности его деятельности, обеспечение высокопрофессиональными кадрами и создание благоприятных условий для развития добровольчества, и не только по первичной профилактике, но и добровольчества в целом.

Несмотря на то, что в данной работе большее внимание уделяется добровольчеству в профилактике нарко-алкогольной зависимости, основные подходы и принципы могут использоваться для развития добровольчества и в других сферах.

Развитие добровольчества в самых разных сферах жизни, и особенно среди подростков, является на наш взгляд важным не только потому, что груд добровольцев - весомая поддержка и сила в решении важных социальных проблем, но это еще и самая настоящая пер