|  |  |
| --- | --- |
| ПОСЛЕДНЯЯ готовая эмблема для центра копия | Департамент социальной защиты населения Владимирской области  ***Государственное казенное учреждение социального обслуживания Владимирской области***  **«Владимирский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»** |

***Методические рекомендации по проведению занятий***

***в рамках программы «Здоровое поколение»***

Настоящая программа по охране репродуктивного здоровья подростков предназначена для работы с воспитанниками школьного возраста 12-18 лет.

Программа по охране репродуктивного здоровья рассчитана на 24 часа, которые могут проводиться как в рамках занятий непосредственно по этой программе, так и в рамках занятий по психологической реабилитации, воспитательских занятий. Программа содержит материал, необходимый для организации реабилитационного и воспитательного процесса с разными возрастными группами подростков, учитывающих их разноуровневый характер развития, индивидуальные особенности.

Учет общих закономерностей развития детей, полоролевой социализации подростков, психопатологических феноменов, наблюдающихся у детей группы «социального риска»; социально-психологических особенностей личности воспитанников социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних позволяет сделать данную программу эффективной.

Программа позволяет оказать профилактическую помощь в сохранении репродуктивного здоровья, воспитать взрослых, цельных, уверенных в себе людей, могущих осознанно делать свой выбор. При этом она расширяет знания ребенка, воспитывая и развивая личность ребенка и сохраняя его здоровье, развивает механизм саморегуляции поведения как основы антистрессового поведения в период полового созревания.

Программа составлена с учетом общепризнанных закономерностей развития ребенка. Л.С. Выготский вывел на уровень аксиомы значение культурно-исторического развития личности ребенка. Тем самым были заложены основы для понимания движущих причин и условий становления человеческого индивидуума. В трудах Л.С. Выготского доказано, что социальная ситуация воспитания формирует или задерживает процесс расширения зоны ближайшего развития, в которой реализуются возможности ребенка.

Этот подход определил основные направления теоретической модели программы и технологии проведения практических занятий, ориентированных на реализацию идей успешной социализации подростков, сохранение их здоровья, формирование основ репродуктивного здоровья.

Для того чтобы данная программа дала результаты, необходимо дать воспитанникам знания о:

- факторах риска и рисковых поведенческих моделях, чтобы управлять своим здоровьем в направлении его защиты и улучшения;

- возможности эффективно влиять на свое здоровье.

Центральной идеей теории для проведения занятий должна стать ***вера человека в себя***. Ключевым элементом в изменении поведения подростка должна стать ***мотивация***, которая зачастую определяет эмоциональное состояние изменения. Очень важно не использовать очень сильного давления на его установки. Мотивация на изменение зависит от того, готов ли человек к изменениям и в какой степени.

Воспитательное воздействие необходимо целенаправленно проводить на мотивационно-ценностную сферу, на поддержку подростка на пути преодоления трудностей в процессе личностного роста. Типичными подростковыми проблемами являются противоречия **с самим собой и** проснувшаяся сексуальность.

***Коррекционные задачи:***

* коррекция представлений о сущности своего и иного пола, формирование полового самосознания в рамках смешанной или дифференцированной группы;
* коррекция, формирование и развитие установок, необходимых для успешного взаимодействия с противоположным полом и достижения здоровья и благополучия;
* реабилитация психических травм*,* полученных в жизни в связи с различием полов и сексуальностью.

Важным моментом в проведении работы по программе является создание соответствующей «воспитательной атмосферы», которая предполагает уважение личности других, уважение меньшинства большинством, соблюдение прав личности каждого.

В ходе работы подросткам не только сообщаются значимые знания о закономерностях, но и показываются особые поддерживающие способы отношений к себе и другим, оказывается помощь в преодолении дисгармоний.

Существует специфика превентивной просветительской психологической работы. Воспитателям, педагогам и психологам необходимо передать разумное отношение к своим проблемам подростку, тем самым подготовим к успешной социально-психологической адаптации.

Зная, что психологическая проблема возникает тогда, когда по тем или иным причинам прерывается естественный ход жизни, то есть то состояние, когда жизнь течет как бы сама собой.

Одна и та же проблема может решаться разными специалистами на разном уровне. Например, тема: «Я и мое тело», существующая у всех без исключения подростков, как профилактический курс принятия ребенком своего физического «Я» и ориентировать самоощущения своего тела, как удобного, здорового, доставляющего удовольствие.

В основе задач по охране репродуктивного здоровья детей лежит идея о человеке как о развивающейся системе, в самой себе содержащей возможность к самообновлению. Основополагающим гуманистической психологии является убеждение в том, что движение человеческого организма через определенные стадии роста и развития в норме прогрессивно и ведет к большей зрелости. Ребенок от природы стремится к независимости, зрелости и проявлению, в нем существуют мощные силы, стремящиеся к самоактуализации. Задача педагога состоит в том, чтобы создать систему отношений, порождающую процесс положительных изменений и роста.

***Развивающие задачи:***

1. Существенно расширить информированность подростков по вопросам сексуальных и межличностных отношений;

2. Сформировать внутренние механизмы самоконтроля, навыки ответственного сексуального поведения;

3. Закрепить в сознании подростков стандарт нравственных ценностей и установок, являющихся основой понятия «ответственное родительство».

**Разделы программы**

**Основы социализации и межличностного общения**

В подростковом возрасте коммуникативная деятельность еще не сформирована. Главной коммуникативной потребностью является потребность в соучастии сверстника. На втором этапе возникает потребность в ситуативно-деловом сотрудничестве со сверстником. Содержанием общения становится совместная игровая деятельность. На этом этапе возникает и потребность в уважении и признании сверстника. Далее возникают устойчивые избирательные предпочтения между детьми.

**Формирование сексуальности и ее проявления в подростковом возрасте**

Тема, которая должна рассматриваться в рамках естественного развития человека, его биологических и социально-психологических сторон. Полоролевое поведение, основанное на половом сознании, сексуальные предпочтения и формы образцов поведения, как общепринятые модели поведения; сексуальные девиации и их влияние на социальную адаптацию, создание семьи, жизнь и здоровье человека. Как научиться выбирать, ставить запреты себе и другим, понимать себя и другого; ранний опыт половой жизни и риск ВИЧ-инфекции; нежелательная беременность и ответственность- эти и многие другие аспекты безопасного и ответственного сексуального поведения должны стать предметом дискуссий и обсуждений.

**Охрана здоровья**

«Охрана здоровья» - это раздел, направленный на формирование мотивации к здоровому образу жизни, привитие личностно-мотивационных установок, осознание закрепленных в сознании подростка принципов и навыков здорового образа жизни.

* Режим дня и мои привычки
* Культура санитарно - гигиенических навыков
* Гигиена мальчиков и девочек
* Красота и стройность фигуры
* Здоровье и рациональное питание
* Психическое здоровье и поведение
* Движение и жизнь
* Сексуальные влечения
* Вредные привычки и мое здоровье
* Новые контакты: факторы случайных связей
* Юная семья
* Рисковые модели поведения
* Умей сказать "Нет"!
* Способы борьбы со стрессом»

Особое внимание может быть уделено и вредным привычкам. Понятие «подросток», физиологические особенности, особенности образа жизни подростков, отношение к противоположному полу, эти вопросы должны органично вплетаться в тему занятий. Причем ряд занятий необходимо проводить для девушек и юношей отдельно.

Важной является такая тема, как «Сексуальная ориентация и ее отклонения»; т.к. она напрямую связана с охраной репродуктивного здоровья: полоролевое поведение, основанное на половом сознании; сексуальные предпочтения и формы образцов поведения как общепринятые модели поведения; сексуальные девиации и их влияние на социальную адаптацию, создание семьи, жизнь и здоровье человека.

Как научиться выбирать, ставить запреты себе и другим, понимать себя и другого; ранний опыт половой жизни и риск ВИЧ-инфекции; нежелательная беременность и ответственность - эти и многие другие аспекты безопасного и ответственного сексуального поведения должны стать предметом дискуссий и обсуждений.

**«Репродуктивное здоровье»**

**Репродуктивное здоровье** - это состояние полного физического, умственного и социального благополучия при отсутствии заболеваний репродуктивной системы на всех этапах жизни.

**Репродуктивная система** - это совокупность органов и систем организма, обеспечивающих функцию воспроизводства (деторождения).

Состояние репродуктивного здоровья и ответственное отношение к половой жизни влияет на стабильность семейных отношений, общее благополучие и самочувствие членов семьи.

Основы репродуктивного здоровья:

* Предупреждение нежелательной беременности; материнство и отцовство - что это?
* Ответственное родительство: планирование семьи.
* Контрацепция и аборт.
* Права и обязанности родителей и детей.
* Семейный кодекс как основа правового поведения.
* Брачный договор и имущественные права.
* Конфликт в семье: способы их предупреждения.
  + Семейная сплоченность и технологии общения.

Акцент делается на бережное отношение к репродуктивному здоровью не только матери, но и отца. Существует мнение: все, что связано с зарождением новой жизни, целиком и полностью зависит только от здоровья будущей матери. На самом деле это не так.

Известно, что из 100 бездетных пар 45% не имеют детей по причине мужского бесплодия, связанного с инфекциями, передаваемыми половым путем, влиянием на детородную функцию мужчины вредных факторов окружающей среды, условий работы и вредных привычек. Перечисленные факты убедительно доказывают важность бережного отношения к репродуктивному здоровью не только будущей женщины, но и мужчины.

**Инфекции, передаваемые половым**

Инфекции, передаваемые половым путем. Способы, передачи инфекции: вагинальные, анальные, орально типальные. Сифилис, ВИЧ и СПИД, гепатит: их влияние на организм человека. Меры предосторожности.

**Особенности проведения занятий**

Занятия, посвященные полоролевому воспитанию, требуют особой деликатности и очень тщательной подготовки. Это обусловлено как особенностями эмоционально-волевой сферы подростков-инвалидов, так и условиями их социальной депривации, стимулирующими, как правило, нездоровые интересы к вопросам полового воспитания и гипертрофированные инстинкты в сексуальном поведении. Управлять уже взрослыми людьми, обладающими достаточно высоким уровнем физической силы, невысоким уровнем интеллектуального развития, несформированностью адекватных способов межличностных взаимоотношений, достаточно сложно. И это приходится делать одному педагогу или воспитателю в процессе проведения занятия. Поэтому необходимо рассмотреть проблемы полоролевого воспитания в контексте комплексного подхода к коррекции и развитию личности подростка.

В чем же заключаются основные требования к проведению занятий по полоролевому воспитанию? Прежде всего, необходимо тщательно выбирать **тематику занятий** и конкретно определять их **цели**. Тематика занятий, в ходе которых возможно решение половозрастных задач, может быть очень простой, приближенной к режимным моментам. Скорее, именно тематика повседневной жизни позволяет наиболее успешно решать данную задачу.

Но первых, педагогу надо четко представлять, какую модель поведения ребята должны усвоить.

По вторых, надо определить, какие навыки поведения, межличностного общения, взаимодействия, подлежат усвоению. Педагог четко должен понимать, что, например, при проведении уборки ребенок не просто формирует трудовые умения, но и усваивает определенные тендерные схемы поведения. При планировании занятия, педагог определяет ведущие роли и какие позиции смогут занять слабые подростки. Воспитатель здесь работает в роли режиссера мини спектакля. Главное никого не исключить из действия.

Следующим шагом в технологии разработки занятия является определение его **структуры**.

Типовое занятие включает в себя три этапа: вводный, основной и заключительный. Каждый из этих этапов решает свою дидактическую задачу, соподчиненную общей цели занятия. Логика построения занятия, его эффективность во многом зависит от преемственности этапов. Под этим понимается последовательность в отработке навыков и умений поведения в ходе каждого этапа. Логика заключается в том, чтобы на каждом предыдущем этапе отрабатывались те навыки и умения, которые будут востребованы на последующем.

Важным моментом в планировании занятий является **отбор методов и приемов** его проведения. При проведении занятий, связанных с проблемой полового воспитания, воспитателю необходимо использовать и *словесные, и наглядные, и практические методы.*

Практика проведения таких занятий свидетельствует об эффективности использования группы наглядных методов: иллюстративной наглядности, натуральной наглядности (мимика, жесты, действия подростков, взрослых), а также практических методов: игр-драматизаций, сюжетно-ролевых игр, решения поведенческих ситуаций и пр. Бесспорно, что для подготовки таких занятий воспитателю потребуется помощь, и психолога, и логопеда, и медицинского персонала. Такая комплексная поддержка будет необходима на первых этапах проведения занятий по полоролевому воспитанию. Систематическое проведение занятий отрабатывает у воспитателя технологию их проведения.

И еще об одном моменте, который необходимо учитывать при подготовке к занятиям. Речь идет об оценке отношения подростков к проигранным ролям, к выполняемым заданиям. Оценка взрослого, характеризующая свойства личности, проявленные в ходе игры (внимательность, сосредоточенность, старание, заинтересованность, дружелюбность и др.), опора на положительные свойства личности («часто не получалось, но я думаю, что это...», «был не всегда…., по это, наверное, в последний раз» и т.п.) - это стимул в развитии мотивации коммуникабельности несовершеннолетнего.