

УДК 37.013.42:616-084

**В. С. Петрович,**  
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної педагогіки та педагогіки вищої школи  
СНУ імені Лесі Українки, регіональний координатор ВБО «Український фонд „Благополуччя дітей”»;  
**О. І. Остапівський,**  
кандидат психологічних наук, в. о. доцента кафедри педагогіки і психології ВІППО,  
тренер ВБО «Український фонд „Благополуччя дітей”»

# Програма «15» – ефективний інструмент для підтримки соціально-психологічного здоров'я та благополуччя громади

Запропоновано підхід до здійснення освітньо-профілактичної діяльності щодо підтримки соціально-психологічного здоров'я та первинної профілактики ВІЛ/СНІДу на основі партнерства сім'ї, школи та громади.

**Ключові слова:** Програма «15», когнітивно-поведінковий підхід (КПП), первинна профілактика, ВІЛ, СНІД.

**Petrovych V. S., Ostapivskyi O. I. The Program "15" – an Effective Instrument for the Social and Psychological Health and Welfare.**

*The article suggests the approach to education and prevention activities in support of social and mental health and primary prevention of HIV / AIDS through partnership of family, school and community.*

**Key words:** Program «15», cognitive-behavioral approach (CBA), primary prevention, HIV, AIDS.

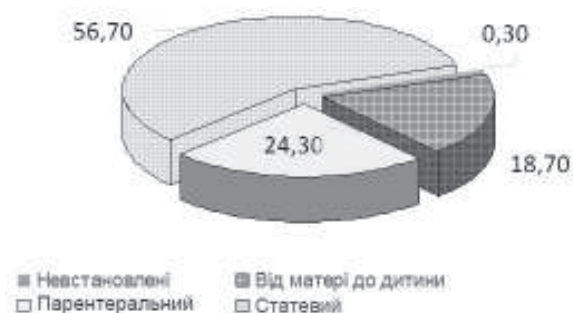
**Постановка проблеми та її значення.** На сьогоднішньому етапі становлення Україна перебуває в стані культурної лабільності (від лат. labilis – сковзачий, несталий), що крім позитиву має і певні негативні моменти: відсутність суспільних установок на індивідуальне ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших людей, соціально-економічна нестабільність, зміна соціально-психологічних орієнтирів. Усе більшої гостроти набувають проблеми, пов'язані з різними аспектами здоров'я молоді. Ситуацію також ускладнюють епідемії ВІЛ та інфекцій, що передаються статевим шляхом (ІПСШ), зловживання психоактивними речовинами. Найбільш уражливою групою при цьому є підлітки, а розрив між їхнім фізіологічним та психологічним дозріванням та вищезазначені чинники не сприяють відповідальному ставленню до свого здоров'я як до цінності, та й до формування відповідальності за своє майбутнє в цілому. Ускладнює ситуацію також насилля в родинах та середовищі ровесників.

Деякі з наведених статистичних та аналітичних даних можуть мати для пересічного українця шокуючий ефект. Так, епідемічна ситуація з ВІЛ/СНІДом в Україні станом на кінець 2014 р. за кумулятивною (накопичувальною) кількістю становила:

- ВІЛ-інфіковані особи – 232 533;
- хворі на СНІД – 60 688;
- померлі від СНІДу – 30 017.

Проблема ВІЛ/СНІДу давно перестала бути проблемою ін'єкційних споживачів наркотиків. У структурі шляхів передачі ВІЛ серед осіб із уперше в житті встановленим діагнозом цієї інфекції продовжує зростати частка осіб зі статевим

(гомо- та гетеросексуальним) шляхом інфікування, і за 2014 р. досягла 56,7 %. Відповідно, частка осіб, які інфікувалися ВІЛ унаслідок введення наркотичних речовин ін'єкційним шляхом, за цей період становила 24,3 % [1].



**Рисунок 1.** Структура шляхів передачі ВІЛ в Україні за 2014 рік, %

На думку експертів, загальна кількість злочинів і адміністративних правопорушень, пов'язаних з насильством у сім'ї, є більшою, ніж усі інші злочини взагалі:

- 35 % жінок, які потрапляють до лікарні «швидкої допомоги», перебувають там через тілесні ушкодження, пов'язані зі знуцанням;
- 25–40 % жінок було побито під час їх вагітності;
- 50 % бездомних жінок і дітей пішли жити на вулицю, рятуючись від насильства в сім'ї;
- 65–95 % тих, хто займається проституцією, зазнали сексуального насильства ще в дитинстві;
- майже 40 % зареєстрованих убивств стається серед родичів;

– 95 % справ про розлучення викликані брутальною словесною образою й побиттям жінок;

– 30–40 % щоденних викликів міліції пов'язані з побутовим насильством;

– 30 % самогубств і 60 % убивств жінок пов'язані з насильством у сім'ї;

– діти-жертви в 10 разів частіше здійснюють спроби суїциду, ніж їхні ровесники [2].

Усе вищезазначене негативно впливає на виховання та розвиток дітей, спричиняє схильність дітей та підлітків до негативних звичок, правопорушень, стає причиною відсутності моделі благополуччя у їх майбутній родині та як наслідок – нестабільності їхнього майбутнього життя.

Впроваджувана у пілотних ЗНЗ України Програма «15» покликана створити умови для підвищення якості життя та запобігання розповсюдження соціально небезпечних явищ і захворювань (ВІЛ-інфекції, ІПСШ, алкоголізму та наркоманії) у суспільстві.

**Мета статті** – розкрити особливості Програми «15» як дієвої моделі інтегрування зусиль сім'ї, школи, громади у підвищенні якості життя й запобігання поширення соціально небезпечних захворювань.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** У 1995 р. Еліс Велборн (Alice Welbourn) за підтримки ACTIONAID розроблено програму «Кроки по камінню» („Stepping Stones”). Оригінальна версія програми ґрунтувалася на десятирічній роботі, що проводилася автором у різних країнах із метою запобігання поширенню ВІЛ-інфекції (в основному, статевого шляху поширення).

З 2005 до 2012 рр. програма «Кроки по камінню» проходила адаптацію у деяких країнах СНД. Так, з 2009 р. під назвою Програма «15» пілотувалася в Новосибірську та ще п'яти регіонах Білорусі, Казахстану, РФ. У 2014–2015 рр. розпочалась апробація програми у двох регіонах України – на Волині та Черкащині. Зокрема, на Волині вона впроваджувалась у двох навчальних закладах: Спеціалізованій школі І–ІІІ ст. № 1 з поглибленим вивченням іноземної мови та Загальноосвітній школі І–ІІІ ст. № 23 міста Луцька. У заходах програми було задіяно близько 110 учасників, із них старшокласників – близько 60 та значимих для них дорослих – 50 осіб. Відповідна кількість учасників брала участь у сесіях програми в Черкасах (Загальноосвітня школа № 3) та Каневі (Загальноосвітня школа № 8). Підтримка адаптації та розвитку програми на теренах пострадянських країн здійснювалася Міжнародною організацією „Brot fur die Welt” („Bread for the World”), Німеччина, а безпосередніми впроваджувачами були ГО «Гуманітарний проект» (м. Новосибірськ) та ВБО «Український фонд „Благополуччя дітей”» (м. Київ).

Програма «15» – це ефективна сучасна технологія групової роботи з підлітками та їх батьками, метою якої є створення умов для підвищення якості життя і запобігання поширенню соціально небезпечних захворювань (ВІЛ-інфекції, ІПСШ, а також алкоголізму та наркоманії) у громаді шляхом проведення

цілеспрямованої профілактичної групової діяльності з батьками і дітьми [3, 12]. Наш досвід упровадження просвітницько-профілактичних програм на локальному та регіональному рівнях дозволяє стверджувати, що без підтримки соціального середовища (родина, друзі, знайомі, педагоги, громада в цілому) надзвичайно важко, а то й неможливо, зробити це дієво та ефективно. Від того, наскільки у профілактичній роботі задіяно значимих дорослих, багато в чому залежить її результативність. Тому при впровадженні Програми «15» значна увага приділяється налагодженню партнерства між сім'єю і школою щодо профілактики наркоманії, ВІЛ/СНІДу та ІПСШ.

Програма «15» являє собою 15 тригодинних тематичних зустрічей, що проходять одночасно в чотирьох групах (окремо юнаків, дівчат, жінок, чоловіків).

Дорослі учасники є значимим близьким оточенням (батьки, вчителі, дідусі чи бабусі, старші брати й сестри) для підлітків, які беруть участь у програмі. Зустрічі являють собою тренінгові заняття у гендерно-вікових групах, ток-шоу і загальні зустрічі. У ході зустрічей усі групи збираються для спільної роботи.

За змістом кожна зустріч присвячена обговоренню певної теми, які разом складають логічно взаємопов'язану послідовність.

1. Перша загальна зустріч.
2. Ефективне спілкування.
3. Стереотипи та забобони.
4. Традиції здоров'я.
5. Любов і відповідальність.
6. Здоров'я тат і мам, теперішніх і майбутніх.
7. Наркотики – як уникнути.
8. Ток-шоу «Алкоголь – якою є реальність?».
9. ВІЛ – захисти себе.
10. Запобігти насильству.
11. Зміни себе, не зраджуючи собі.
12. Ток-шоу «Що таке благополуччя?».
13. Планування майбутнього.
14. Наведемо лад на своїй планеті / Дім, у якому ми живемо.

15. Завершальна загальна зустріч. Народні ініціативи [3, 35].

У програмі розглянуто широкий спектр тем: міжособистісних, статево-рольових, внутрішньосімейних, трудових, суспільних стереотипів, врахування та корегування індивідуальних поведінкових особливостей. Програма «15», на відміну від тренінгів особистісного зростання, досить поширених у діяльності громадських організацій та фахівців соціально-психологічних служб України, є просвітницько-профілактичною. Її мета: знизити ризик потрапляння молодих людей у небезпечні для здоров'я і життя ситуації, а також недопущення їх захворювання на так звані соціально небезпечні хвороби – ВІЛ, ІПСШ, алкоголізм, наркоманію. Також Програму «15» відрізняє широке охоплення обговоренням особистісно значущих психологічних тем і значний позитивний вплив на дитячо-батьківські стосунки. Завдяки послідовному руху від теми до теми, спрямованості на глибоку особистісну роботу, участь у заходах програми

дозволяє п'ятнадцятирічним та їх близькому оточенню набувати такі життєво важливі уміння і навички: впевненості в собі; міжособистісної взаємодії; поведінки у складних життєвих ситуаціях, у тому числі конфліктних; командної роботи, зокрема навички прийняття групових рішень.

Завдяки відносній тривалості Програма «15» дає можливість побачити результати особистісних і групових перетворень, закріпити позитивні зміни й намітити нові горизонти, а створена атмосфера довіри, підтримка і допомога групи та ведучих дозволяють пройти процес особистісних змін у максимально комфортній та безпечній обстановці.

*Методологія Програми «15»* базується на когнітивно-поведінковому підході, моделі зміни поведінки, базових принципах організації превентивного навчання у сфері наркоманії, ВІЛ/СНІДу в освітньому середовищі, гендерно-віковому принципі добору та роботи груп.

Так, когнітивно-поведінковий підхід (КПП) спрямовано на зміну мислення та поведінки, для формування можливості самостійного вирішення проблеми. Він виходить із двох фундаментальних уявлень про людину: як про мислячу й активну, як про рефлексуючу та здатну змінювати себе і своє життя. Це означає, що людині можна допомогти навчитися: більш реально оцінювати себе, навколишніх, життєві ситуації та їх можливі наслідки; усвідомлювати й оцінювати свої думки, ставлення до себе, до інших і до ситуацій; позбутися «помилки логіки», тобто порушення причинно-наслідкових зв'язків, справлятися зі стресом; вибирати більш ефективні форми поведінки.

Основа роботи у рамках КПП – активізація зусиль людини і фахівця, використання логічних прийомів, поведінкових технік для вирішення проблем. Основний постулат когнітивно-поведінкового підходу полягає у тому, що саме мислення людини (її спосіб сприйняття себе, світу та інших людей) визначає її поведінку, почуття і проблеми [4, 48–49].

Модель зміни поведінки „Fisher & Fisher” – це одна з теорій, що пояснюють, від чого залежить поведінка, яку людина вибирає в тих чи інших ситуаціях, як і чому людина може змінити поведінку. Кожна зустріч програми включає такі компоненти: мотиваційний (розуміння того, чому ми поводимося саме так); інформаційний (відомості про те, до яких наслідків призводять ті чи інші вчинки); набуття навичок (як ми можемо змінити те, що хочемо змінити; що саме, коли і як потрібно робити, щоб домогтися своїх цілей).

Кожна людина володіє певним набором поведінкових навичок. Ці навички у повсякденному житті утворюють модель типової для неї поведінки. Ця модель залежить не тільки від того, як людина вміє себе поводити, а й від того, чого прагне досягти своїми вчинками. Тобто в її поведінці є певна мотивація. Мотивація – це спонукання, що викликає і визначає спрямованість діяльності. Мотив розцінюється психологами як причина поведінки.

Від того, наскільки успішно реалізуються мотиви, залежить і те, які емоції буде відчувати людина. Мотивація до тієї чи іншої діяльності залежить від інформації, якою вона володіє [5].

При побудові Програми «15» враховувалися також такі принципи: організації превентивного виховання, озвучені в ряді нормативних, концептуальних документів України; демократизації виховного процесу; природо- та культуровідповідності; стратегічної цілісності й наступності; соціальної адекватності; пізнавальної активності, самостійності особи; соціального партнерства та ін. [6, 45].

Ідеальний варіант проведення програми – коли вдалося набрати чотири групи. У дитячих групах учасники не повинні бути молодшими 15 років. У групах дорослих різниця у віці не має великого значення, адже всі ці люди мають ознаку – люди, які «виховують підлітків». Проводити програму можна і в спортивних, оздоровчих таборах, професійно-технічних, загальноосвітніх та вищих навчальних закладах, робітничих і студентських гуртожитках, на підприємствах. У таких випадках її проведення хоч і не суперечить методиці, але у зв'язку з тим, що дві інші групи у цих громадах відсутні, ефективність буде меншою [3].

Зустрічі за програмою проходять у різних формах, більшість (а саме 11) – як тренінгові заняття. Частина зустрічей для всіх учасників проводиться у формі ток-шоу, частина – як загальні збори. Ток-шоу – це технологія групової роботи, що являє собою структуровану дискусію з «прологом» у вигляді мотивувального та інформаційного вступу до теми та «епілогом», що, зазвичай, складається з голосування і думки експертів. Мета ток-шоу полягає у приверненні уваги до теми/проблем, з'ясуванні спектра думок, пошуку можливих шляхів їх вирішення. На ток-шоу запрошуються учасники всіх груп одночасно, всі тренери та експерти. Участь запрошених спеціалістів бажана, тому що під час обговорення для учасників важливою є незалежна думка людини, яка не брала участі у програмі [3, 119].

Загальні зустрічі – вагома та невід'ємна частина програми. У ній спрацюють три фактори нормалізації та зміни якості дитячо-батьківських стосунків: відпрацювання особистісно значущих тем на зустрічах, тренінгах, можливість обговорення того, що відбувалося у групі дорогою додому, спільна діяльність у ході загальних (спільних) зустрічей.

Для оцінки ефективності Програми «15» рекомендується:

- проведення анкетування до і після проведення програми з усіма учасниками. Анкетування «до», яке краще проводити на початку першої загальної зустрічі, зазвичай займає 10–15 хвилин; анкетування «після» можна проводити і по проведенні всіх зустрічей;

- оцінка втілення запропонованих учасниками зустрічей «народних ініціатив» у життя (чи було задуми доведено до очікуваного результату);

- вивчення віддалених наслідків (після 3–6 місяців після закінчення програми);
- подальший супровід учасників.

**Висновки.** Таким чином, новизна й актуальність Програми «15» полягають в актуалізації сімейних зв'язків (беруть участь підлітки та їхні батьки, що сприяє поліпшенню родинних взаємин); застосування гендерно-вікового підходу дає можливість більш ефективної і комфортної комунікації; тривалий і систематичний профілактичний вплив (регулярні зустрічі по три години протягом 1–2 місяців) сприяють

особистісним і груповим змінам; поєднання профілактичних завдань та тренінгів особистісного зростання дає вагомий ефект, аніж їх окреме застосування; досвід вирішення власних проблем і проблем у громаді дозволяє учасникам сформувавши активну громадянську позицію; програма базується на наукових підходах і принципах, які довели свою ефективність у формуванні позитивних життєвих навичок; створення єдиного понятійно-інформаційного поля дорослих і дітей має позитивний ефект для формування культури і системи цінностей громади.

### Література

1. Аналіз епідеміологічної ситуації щодо поширення ВІЛ/СНІД в проектних громадах [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://www.ccf.org.ua/Uploads/Files/docs/project\\_%20HIVanalyse\\_final.doc](http://www.ccf.org.ua/Uploads/Files/docs/project_%20HIVanalyse_final.doc)
2. Домашнє насильство. Статистика, що шокує [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://pedpresa.com.ua/blog/35469-domashnje-nasylstvo-movoyu-tsyfr.html>
3. Программа «15». Современные социальные технологии : руководство по реализации программы и профилактики социально-значимых заболеваний в сообществе [Текст] / авт. кол.: О. М. Аврукина, Е. П. Касик, Е. Н. Кириенко и др. – Новосибирск : НГОО «Гуманитарный проект», 2010. – 268 с.
4. Федоров А. П. Когнитивно-поведенческая психотерапия [Текст] / А. П. Федоров. – СПб. : Питер, 2002. – 352 с.
5. Майерс Д. Дж. Социальная психология [Текст] / Д. Дж. Майерс ; [пер. с англ. З. Замчук]. – 7-е изд. – СПб. : Питер, 2008. – 793 с.
6. Оржеховська В. М. Концепція формування превентивного виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу в умовах нової соціокультурної реальності (проект) [Електронний ресурс] / В. М. Оржеховська, В. І. Кириченко, О. О. Єжова, Т. Є. Федорченко // Наук. зап. [Ніжин. держ. ун-ту ім. М. Гоголя]. Сер. : Психолого-педагогічні науки. – 2013. – № 2. – С. 41–48. – Режим доступу : [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nzspp\\_2013\\_2\\_9.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nzspp_2013_2_9.pdf)
7. Петрович В. С. Програма «15» – сучасна технологія роботи з підлітками та їх батьками щодо підтримки соціально-психологічного здоров'я та профілактики ВІЛ/СНІДу [Текст] / В. С. Петрович // Математика. Інформаційні технології. Освіта : зб. ст. – № 2. – 2015. – С. 169–176.
8. Виходимо за рамки [Текст] // Освіта. – № 17–18. – С. 7.