



Общественное объединение «Амрита»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ПО ВНЕДРЕНИЮ ПРОГРАММ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И  
СОЗДАНИЮ ЦЕНТРОВ ВОЛОНТЕРСКИХ  
ИНИЦИАТИВ В УЧРЕЖДЕНИЯХ  
ИСПОЛНЕНИЯ НАКАЗАНИЙ**

Мини-проект «Социальная адаптация осужденных  
через образовательную и волонтерскую деятельность»

В методических рекомендациях представлены результаты мини-проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность». Реализация проекта осуществлялась на базе «Исправительной колонии поселения» (ИКП № 21) УДИН МВД по Гомельской области, поселок Шубино, Ветковского района общественным объединением «Амрита» при финансовой поддержке Представительства зарегистрированного общества «Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.» (ФРГ) в Республике Беларусь.

#### **Партнеры проекта:**

Управление ДИН МВД по Гомельской области, администрация ИКП, «Центр здоровой молодежи» г. Минск, МСОО «Древо жизни» г. Мозырь.

В основу данного материала положен накопленный опыт в сфере развития волонтерства с использованием метода «равный равному» среди осужденных.

Издание рассчитано на сотрудников уголовно-исполнительной системы, заинтересованных в создании центров волонтерских инициатив в своих учреждениях, общественных организаций, социальных работников и иных специалистов, интересующихся вопросами образования в местах лишения свободы, ресоциализации осужденных, и готовых выступить в качестве партнеров для успешной деятельности таких центров.

**Авторы составители:** Воронич М.В., Рослякова Н.С., Ткачева А.А., Артеменко А.В.

Опубликовано в рамках мини-проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность» при поддержке Представительства зарегистрированного общества «Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.» (ФРГ) в Республике Беларусь (из средств Федерального министерства экономического сотрудничества и развития – BMZ).

With financial support from the



Federal Ministry  
for Economic Cooperation  
and Development

Содержание публикации является предметом ответственности ее авторов и может не отражать точку зрения Представительства зарегистрированного общества «Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.» (ФРГ) в Республике Беларусь



## Введение

Пребывание в местах лишения свободы сказывается на индивидуальных особенностях осужденных (снижаются адаптационные способности, отмечаются эмоциональная депривация, агрессивность в действиях, несдержанность, постоянное напряжение, проявления депрессивного синдрома, апатии, правового нигилизма, разрушение социально-бытовых и иных жизненно важных навыков и др.). Все эти факторы становятся непреодолимыми барьерами на пути успешной реинтеграции в общество граждан, освободившихся из МЛС.

Не имея возможности эффективно решать возникающие проблемы, многие освободившиеся совершают рецидивные преступления и возвращаются в МЛС.

Факторами риска рецидивов являются:

- проблема трудоустройства освободившихся из МЛС, возникающая вследствие низкого образовательного и профессионального статуса, потери квалификации за время отбывания наказания, скрытой дискриминации среди потенциальных работодателей, неумения и нежелания трудиться;
- потеря жилья в силу расторжения брачных отношений, нежелания родственников принять освободившегося из МЛС и иных причин;
- снижение у освободившегося социальной активности, потеря уверенности в себе в возможности возвращения к полноценной жизни;
- отсутствие документов, регистрации, средств к существованию после освобождения;
- проблемы со здоровьем, включая социально значимые заболевания (зависимость от алкоголя и наркотических средств, ВИЧ-инфекция, туберкулез и др.);
- утрата социально полезных связей, негативное отношение общества к гражданам, находящимся в МЛС и отбывшим срок наказания;
- утрата жизненных навыков (бытовых, коммуникационных, социальных);
- стигматизация в связи с принадлежностью к уязвимой группе;
- отсутствие информации о возможности получения помощи и порядке действий по решению тех или иных проблем.

В интересах общества важно предотвратить совершение рецидивных преступлений, предоставив комплексную поддержку для реинтеграции лиц, находящихся в местах лишения свободы и отбывших срок наказания.

Эффективная помощь должна строиться с учетом индивидуальных проблем и потребностей и быть направлена на получение образования, профессиональных навыков, привлечение к трудовой деятельности, выработку жизненно важных навыков, расширение социальных связей и приобретение позитивного социального опыта, повышение уровня социальной, психологической, медицинской адаптации, духовного развития личности лиц, отбывающих наказание в местах лишения или ограничения свободы.



Мини-проект «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность», реализуемый при финансовой поддержке Представительства зарегистрированного общества «Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.» (ФРГ) в Республике Беларусь, соответствует целям и задачам работы с осужденными, отбывающими наказание в местах лишения или ограничения свободы.

Цель проекта: содействие социальной реадaptации осужденных (п. Шубино, Ветковского района, Гомельской области) путем их вовлечения в образовательную и волонтерскую деятельность и формирование основы для создания Центра волонтерских инициатив.

Проект соответствует «Государственной программе о социальной защите и содействии занятости населения на 2016–2020 годы», Закону Республики Беларусь «Об основах деятельности по профилактике правонарушений», Кодексу Республики Беларусь «Об образовании», «Государственной программе по борьбе с преступностью и коррупцией на 2016–2020 годы».

Полученный в результате реализации проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность» опыт организации образовательной и волонтерской деятельности среди осужденных будет распространен на другие исправительные учреждения.

Партнеры проекта: управление ДИН МВД по Гомельской области, администрация ИКП № 21, общественные организации «Амрита» г. Минск, «Центр здоровой молодежи» г. Минск, МСОО «Древо жизни» г. Мозырь.

### **За участие в реализации проекта ОО «Амрита» выражает благодарность:**

Заместителю главы Представительства зарегистрированного общества «Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.» (ФРГ) в Республике Беларусь Малининой Марине Николаевне;

Заместителю начальника управления ДИН МВД Республики Беларусь по Гомельской области по организации исправительного процесса подполковнику внутренней службы Рыбинскому Владимиру Александровичу;

Заместителю начальника исправительного учреждения «Исправительная колония-поселение № 21» управления ДИН МВД по Гомельской области по исправительному процессу майору внутренней службы Росляковой Наталье Сергеевне;

Преподавателям проекта учебного курса «Школа здоровья» – Артеменко Андрею, учебного курса «Права на каждый день» – Ткачевой Анне, учебного курса «Волонтерский менеджмент» – Воронич Марине.



## **Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность**

Образование – один из важнейших факторов развития человека и общества. Право на образование имеет значимое место в системе прав и свобод. Тем не менее, некоторые группы граждан могут сталкиваться с определенными ограничениями или затруднениями при реализации данного права.

К таким группам можно отнести лиц, отбывающих наказание в местах лишения или ограничения свободы, где доступ к образованию на различных уровнях (как основного, так и дополнительного) ограничен. Однако именно образование является важным фактором их социальной адаптации и реабилитации, эффективного возвращения в общество и предупреждения совершения повторных правонарушений.

Не менее важно, чтобы образование было направлено не только на получение осужденными профессиональных знаний и умений, что в дальнейшем позволит им быть конкурентоспособными на рынке труда, но и на приобретение жизненных навыков, формирование социальных компетенций, что способствовало бы их личному развитию и социальной адаптации.

Деятельность проекта осуществлялась на базе исправительного учреждения «Исправительная колони – поселение № 21» УДИН МВД по Гомельской области (поселок Шубино Ветковского района).

На данный момент в ИКП № 21 отбывают наказание порядка 140 мужчин и 50 женщин с разным уровнем образования, социальным и семейным положением. Среди отбывающих наказание есть те, кто совершил преступление впервые, и осужденные, у кого 2 или 3 судимости. Многие отбывают наказание за экономические преступления и преступления против личности.

Данное ИУ было выбрано для реализации проекта на его базе после изучения ситуации в исправительных учреждениях области, личной заинтересованности сотрудников и лиц, отбывающих наказание. Немаловажным было и то, смогут ли осужденные применять полученные знания на практике, какие для этого есть условия в исправительном учреждении: комнаты для занятий, режимные моменты, возможность выхода за пределы ИКП и др.

Приоритетом в выборе данного ИУ явилось и то, что в ИКП № 21 находится смешанный по гендерному признаку контингент (и мужчины, и женщины) из числа лиц, отбывающих наказание, сформированный на основе отбора осужденных из исправительных колоний для лиц, впервые отбывающих наказание в виде лишения свободы и ранее отбывавших наказание в виде лишения свободы.

Значимым фактором в выборе данного ИУ для реализации на его базе проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность» явилось то, что в ИКП с 2017 года функционирует кружок волонтерской деятельности осужденных под названием «Катарсис». Основные направления его работы – шефство над Ветковским районным СПЦ для детей, оставшихся без попечения родителей, и социальное патронирование дома-интерната для инвалидов и престарелых в п. Шубино, особенно тех, кто нуждается в паллиативном уходе.

Всего в проект было вовлечено 25 осужденных для подготовки волонтеров-мультипликаторов.

**Цель проекта** – содействие социальной реадaptации осужденных ИКП № 21 путем их вовлечения в образовательную и волонтерскую деятельность и формирование основы для создания Центра волонтерских инициатив.

#### **Задачи:**

1. Вовлечение осужденных в образовательную деятельность через разработку и проведение обучающих программ по принципу «равный обучает равного» (учебных курсов «Волонтерский менеджмент», «Школа здоровья», «Права на каждый день»).

2. Привлечение внимания специалистов ИУ и заинтересованных сторон к получению осужденными образования и продвижение идей создания «Центров волонтерских инициатив» в местах ограничения свободы.

3. Формирование позитивного отношения в обществе к данной категории граждан посредством освещения в СМИ деятельности волонтеров из числа осужденных.

## **Количественные и качественные результаты проекта**

В ходе реализации проекта участники получили знания о волонтерской работе с использованием метода «Равный равному».

Подготовлено 25 волонтеров-мультипликаторов из числа осужденных, которые в дальнейшем смогут проводить образовательные мероприятия среди осужденных с использованием метода «Равный – равному» по темам «Волонтерский менеджмент», «Школа здоровья», «Права на каждый день».

Прошедшие обучение 25 волонтеров-мультипликаторов из числа осужденных получили сертификаты с указанием тем образовательных курсов.

- Повысился уровень информированности у волонтеров-мультипликаторов из числа осужденных по профилактике ВИЧ/ТБ, гепатитах, наркотической зависимости.
- Получили знания по консультированию и экспресс-тестированию на ВИЧ.
- Получили знания о правах человека на здоровье, правах и обязанностях пациентов с ВИЧ/ТБ и др. заболеваний, где пройти обследование и как получить лечение.
- Повысили уровень информированности по правам человека на труд, образование, о законодательной базе, как получить помощь при трудоустройстве, как получить профессию и пр.

Ход реализации проекта и его результаты опубликованы в СМИ – «На страже», «Трудовой путь» и «Звезда».



## Вклад проектной идеи в развитие образования взрослых, в расширение доступа к образованию и улучшение качества жизни уязвимых категорий населения

Данный проект предусматривает расширение программы обучения волонтеров по методу «Равный равному» и будет способствовать адаптации осужденных в социуме путем вовлечения их в волонтерскую деятельность и получения ими дополнительного образования. Предлагаемые формы и методы работы (ролевые игры и тренинги, обсуждения) ставят самого обучаемого в позицию активного участника профилактической деятельности, заставляют осмыслить морально-нравственные основы своего ответственного поведения.

Разработанные методические рекомендации направлены на распространение практики и методики проведения занятий учебных курсов «Волонтерский менеджмент», «Права на каждый день» и «Школа здоровья» в системе исполнения наказаний, расширение программы обучения волонтеров по методу «Равный равному», повышение эффективности реализации образовательных программ и вовлечения в них лиц, находящихся в местах ограничения свободы.

### Устойчивость результатов проекта

Приобретенные представителями целевой группы знания и навыки в области здорового образа жизни и правовые знания будут способствовать формированию правильных жизненных установок. Подготовленные волонтеры-мультипликаторы продолжают после завершения проекта образовательную работу с осужденными.

Полученный в результате реализации проекта опыт организации образовательной и волонтерской деятельности среди осужденных будет распространен на другие исправительные учреждения.



**06.09.18 г. Гомель.**  
Стартовый круглый стол с целью информирования о мероприятиях проекта



## **Апробация и внедрение волонтерского движения в ИКП № 21 как метода ресоциализации осужденных**

*Рослякова Наталья Сергеевна, майор внутренней службы, заместитель начальника ИКП № 21 по исправительному процессу*

Проблема ресоциализации осужденных очень актуальна: большое число бывших осужденных повторно возвращаются в места лишения свободы. Часто это происходит по той причине, что осужденный по окончании срока наказания снова попадает в общество, законы которого он должен соблюдать, но в силу ряда причин не всегда в состоянии им следовать, так как у него затруднена социальная адаптация.

В соответствии со статьей 7 Уголовно-исполнительного кодекса Республики Беларусь применение наказания и иных мер уголовной ответственности своей целью имеет исправление осужденных. Исправление осужденных (как цель уголовной ответственности и применения наказаний) – это формирование у них готовности вести правопослушный образ жизни, что предполагает такую корректировку сознания и поведения осужденных во время отбывания наказания, которая исключала бы возможность совершения ими новых преступлений.

Именно поэтому перед учреждениями, исполняющими уголовные наказания, выдвигается первоочередная задача ресоциализации осужденных.

«Ресоциализация и социальная адаптация – специально организованный процесс формирования у осужденных жизненной позиции и поведения, соответствующих конституционным нормам, нацеленный на сознательное восстановление их в социальном статусе полноправных членов общества посредством возвращения к самостоятельной самоуправляемой общепринятой социально-нормативной жизни в условиях свободы».

Достигается это формированием у осужденных уважительного отношения к человеку и обществу, общественно полезному труду, нормам, социальным правилам и традициям человеческого общежития.

Исходя из этого, в нашем учреждении основной акцент делается на подготовку осужденных к успешной интеграции в общество после освобождения. При этом основные усилия направлены на укрепление в сознании осужденных нравственных ценностей как факторов социального поведения.

Наряду с основными средствами – производительным трудом и самообслуживанием осужденных – в колонии используются и другие методы по ресоциализации осужденных, способствующие проявлению положительной активности и инициативы в работе самостоятельных организаций и общественной жизни учреждения.



Один из наиболее действенных методов – развитие волонтерской деятельности в ИКП.

Считаем, самореализация осужденных является одним из важных факторов процесса формирования личности и говорит о начале процесса их самоисправления. А это и есть цель, которая преследуется нами.

Администрация колонии стремится к максимальному увеличению количества субъектов воспитательного воздействия на осужденных и средств исправления их, так как в этом видит большие перспективы по ресоциализации осужденных.

Волонтерское движение «Катарсис» – одно из новаторских и действенных направлений по ресоциализации осужденных.

В начале 2017 года в ИКП был создан кружок волонтерской деятельности. Основные направления работы – социальное патронирование УО «Ветковский районный социально-педагогический центр для детей, оставшихся без попечения родителей» в д. Хальч и дома-интерната для инвалидов и престарелых в п. Шубино.

Работа с данными заведениями проводилась с 2008 года, но была несистемной и периодичной, а поэтому малоэффективной.

Решение создать волонтерское движение пришло как осознание того, что в установлении и поддержании социально полезных связей самой важной является связь с самой уязвимой категорией гражданского общества – детьми и пожилыми людьми, а за долгие годы пребывания в местах заключения большинство осужденных утратили навыки жизни в семье, заботы о детях, престарелых родителях.

Цель волонтерской деятельности в ИКП – предоставление возможности осужденным на качественно новом уровне пройти социальную адаптацию к жизни после освобождения.



**25.11.2018 г., п. Шубино, ИКП.**

Подготовленные волонтеры проводят практические занятия по методу «Равный равному»

Основные задачи использования волонтерской деятельности как средства исправления осужденных:

- воспитание социальной ответственности;
- получение навыков самореализации и самоорганизации;
- приобретение осужденными определенных трудовых навыков.

Ведь самое главное для нас, как сотрудников исправительного учреждения, способствовать возвращению в общество людей не только правопослушных, но и человеческих, способных к состраданию и взаимопомощи.

Осужденные с большим энтузиазмом восприняли предложение администрации принять участие в волонтерском движении. Коллективно начали думать над его названием и единогласно приняли предложение осужденного В. дать название «Катарсис» после его обоснования – очищение, оздоровление через сострадание. Ведь всем им так необходимо это «оздоровление». Нахождение в колонии – благоприятное время для того, чтобы заглянуть внутрь себя, захотеть очистить свои душу и тело. Есть осужденные, которые искренне желают этого. И волонтерство для них – это не дань моде, а призвание души: помогать детям, старикам для многих – духовная потребность. Поэтому они абсолютно добровольно, по зову сердца, не за поощрения, не за какие-то другие для себя преференции стали заботиться о детях, стариках. И администрация колонии с радостью предоставляет им возможности для реализации задуманного.

Осужденные из числа волонтеров вот уже почти два года еженедельно посещают своих подшефных: дом-интернат для инвалидов и участников ВОВ в п. Шубино и Хальчанский СПЦ. На счету волонтеров уже немало реализованных акций по улучшению быта их подопечных. Это и благоустройство детского приюта: волонтеры произвели ремонт в спальном комнате детей, оформили стены сказочными рисунками, отремонтировали крышу, установили игровую



25.11.2018 г., п. Шубино, ИКП.

Подготовленные волонтеры проводят практические занятия по методу «Равный равному»

площадку, сделали песочницу, отремонтировали беседку и многое др. В доме-интернате для престарелых волонтеры производят текущие ремонты мебели, делают генеральные уборки помещения, субботники на прилегающей территории.

Но благоустройство – это не единственное направление работы, в котором проявляют себя волонтеры движения «Катарсис». Активисты посещают своих подопечных с музыкально-литературными вечерами, тематическими программами и подарками, а самое главное – ухаживают за лежачими больными, общаются со стариками, играют с малышами, отогревая их сердца вниманием, теплом и любовью. Вот некоторые из таких мероприятий: благотворительная акция для воспитанников СПЦ «Шоу мыльных пузырей» с фокусником, новогодняя программа для детей – костюмированная сказка со сладким столом и призами, приобретенными на добровольные пожертвования всех осужденных колонии, праздничная программа ко Дню Победы с подарками и цветами для ветеранов в доме престарелых.

Волонтеры находят время для оказания помощи не только своим подшефным, но и другим категориям лиц: например, ветерану Великой Отечественной войны Тоткиной Г. Н., проживающей в г. Ветка, а также жене ветерана Петрова И. В., с которым до последних дней его жизни волонтеры поддерживали связь, а теперь помогают и его жене. По собственной инициативе волонтеры оштукатурили дом Петровой. Строительная бригада (в полном составе волонтеры!) оказала помощь детскому оздоровительному лагерю «Луч» в художественном оформлении территории малыми архитектурными формами из дерева. И это лишь минимальный перечень реализованных волонтерских инициатив за этот период.

Несомненно, выше указанные мероприятия положительно влияют на социально-психологический климат в коллективе осужденных, а также способствуют социальной реадaptации осужденных и исправлению у них отрицательных качеств.

Волонтерство – огромный плюс для них самих: они становятся лучше – добрее, отзывчивее, ответственнее; они понимают, что делают что-то очень значимое; у них повышается самооценка; появляются планы на будущее; они раскрывают свои таланты, о которых и не подозревали; находят реализацию своих способностей и, наконец, просто становятся людьми, готовыми к жизни на свободе. Это понимаешь, наблюдая за ними во время их общения с детьми, стариками. Даже трудно сказать, для кого эти встречи важнее: для подопеч-



**25.11.2018 г., п. Шубино, ИКП.**

Подготовленные волонтеры проводят практические занятия по методу «Равный – равному»



**25.11.2018 г., п. Шубино, ИКП.**

Подготовленные волонтеры проводят практические занятия по методу «Равный – равному»

ных, восполняющих дефицит общения, человеческого внимания и участия, или для осужденных, наполняющих свои души добром и светом, осознающих свою значимость и ответственность, переосмысливающих жизненные ценности. И верится, что в жизни одних и других обязательно грядут перемены к лучшему.

Таким образом, использование в ИКП возможностей воспитательного воздействия волонтерского движения на личность осужденных признано эффективным и планируется в дальнейшем расширять как одно из ключевых направлений работы по ресоциализации осужденных в установлении и поддержании социально полезных связей с целью адаптации к будущему освобождению.

Волонтерство как вид деятельности вызвал живой интерес у осужденных. Об этом свидетельствуют результаты анкетирования. Каждый третий – что составляет 33 % осужденных – является волонтером. 98% считают, что они стали волонтерами из чувства глубокого сострадания к нуждающимся людям. 87 % опрошиваемых сказали, что они стали волонтерами, потому что чувствуют в себе большое желание помогать другим. Из них 72 % уверены, что добровольческий труд очень полезен для общества в целом. 79 % осужденных считает, что волонтеры делают нечто такое, что никогда не может быть сделано руками оплачиваемых сотрудников. 82% добровольцев участвуют в волонтерском движении с целью получить новый взгляд на жизнь.

В колонии заведена «Книга жизни: я – волонтер», в которой осужденные пишут свои отзывы о волонтерском движении, о своих ощущениях от этой деятельности, вносят дополнительные предложения в ее организацию. Лучше





всего у осужденных просматривается степень сформированности жизненных планов, побуждения их к исправлению в этих откровенных отзывах.

Наблюдая за осужденными, читая их сочинения, беседуя с их родственниками, убеждаешься в том, что некоторые из них [осужденных] не просто проанализировали свои ошибки, а готовы к их исправлению. Уверенно можно сказать, что у многих из них прослеживается положительная мировоззренческая и поведенческая динамика.

Ресоциализация в колонии жизненно необходима осужденным, и работа, проводимая по этому направлению, является душевным лекарством для них. Именно в этом мы видим большие перспективы в социальной адаптации осужденных после освобождения.

Ведь наша задача – способствовать формированию нового сознания у осужденных, некриминальных жизненных установок. Это якорь, который поможет осужденным, освободившимся из мест лишения свободы, начать жизнь с «чистого листа».

Таким образом, можно сделать выводы, что работа по включению волонтерской деятельности в ресоциализацию осужденных актуальна и своевременна, дает множество уроков, жизненно необходимых для будущей жизни на свободе: помогает увидеть рядом с собой людей с их проблемами, страданиями, учит милосердию, прививает другие гуманные качества. То, что мы движемся в правильном направлении, свидетельствует и заинтересованность нашей работой представителей общественности.

И как результат – реализация на базе ИКП ОО «Амрита» мини-проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность», финансируемого Представительством зарегистрированного общества «Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.» (ФРГ) в Республике Беларусь (Представительство Немецкой ассоциации народных университетов).



26.11.2018. г., Гомель. Круглый стол по итогам проекта  
«Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность»

В рамках проекта 25 осужденных, отбывающих наказание в нашем учреждении, успешно прошли обучение по 3 программам («Права на каждый день», «Школа здоровья», «Волонтерский менеджмент») и получили соответствующие сертификаты. Итоговое мероприятие-отчет в рамках реализации проекта, подготовленное осужденными волонтерами – участниками проекта – для своих



**26.11.2018 г., г. Гомель.** Круглый стол по итогам проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность»

наставников, личного состава колонии и всего спецконтингента, прошло 25.11.2018 и вызвало бурю положительных эмоций у присутствующих. А 26.11.2018 во время проведения «круглого стола» данный положительный опыт по реализации проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность» был высоко оценен присутствующими представителями общественных и государственных организаций.

Проект реализован, осужденные получили от своих учителей необходимые знания и дополнительный неоценимый опыт для дальнейшего волонтерства. Теперь главная задача волонтеров-мультипликаторов – передавать достоверную информацию таким же осужденным (по принципу «равный-равному»), которым это позволит не только приобрести полезные знания, но и задуматься над тем, как изменить свое поведение. Такой способ передачи информации уже доказал свою эффективность во многих других социальных проектах, поскольку сам волонтер является источником положительного опыта и сможет вовлечь в полезную деятельность другого осужденного.

Считаем целесообразным внедрение данного положительного опыта в других исправительных учреждениях Республики.



**26.11.2018 г., г. Гомель.**

Круглый стол по итогам проекта  
«Социальная адаптация  
осужденных через образовательную  
и волонтерскую деятельность»



## Разработка и реализация учебного курса «Волонтерский менеджмент»

*Разработчик: Воронич Марина Владимировна, Председатель правления, координатор проектов общественного объединения «Амрита» г. Минск*  
Общее количество часов – 16

Учебная программа курса «Волонтерский менеджмент» разработана в рамках мини-проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность» при финансовой поддержке Представительства зарегистрированного общества «Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.» (ФРГ) в РБ.

### Обоснование

В настоящее время остается высоким процент рецидивной преступности. В числе основных причин, влияющих на данную ситуацию, выступают: низкий уровень развития культуры осужденных, отсутствие у них умений и навыков налаживать социальные контакты, недостаточный образовательный уровень и, как следствие, – невозможность правомерного удовлетворения своих материальных потребностей.

Очевидно, что осужденные относятся к группам риска и требуют более пристального внимания со стороны общества и государства. В этом случае образование становится одним из важнейших факторов исправительного процесса ресоциализации и последующей социальной адаптации. Наряду с направленным воспитательным воздействием и психологической поддержкой уже само включение в образовательную деятельность меняет личность осужденного, обеспечивает обновление навыков, общеобразовательного уровня и способствует восстановлению статуса полноценного члена общества.

Волонтерский менеджмент позволит оправдать ожидания и надежды волонтеров, а также будет способствовать организации их эффективной деятельности. Данный курс позволит получить дополнительные знания и навыки для налаживания межличностного общения и регулирования взаимоотношений между волонтерами. Поэтому актуальность разработанного учебного курса очевидна.

**Цель данного курса** – содействие социальной адаптации осужденных ИКП № 21 путем их вовлечения в образовательную и волонтерскую деятельность с использованием принципа «равный-равному» и формирование основы для создания Центра волонтерских инициатив.





**Задачи образовательного курса:** подготовить 20–25 волонтеров-мультипликаторов из числа осужденных, которые в дальнейшем смогут проводить образовательные мероприятия среди осужденных с использованием метода «Равный – равному» по темам «Волонтерский менеджмент» «Школа здоровья», «Права на каждый день».

## Рекомендации к проведению курса

Подготовка к учебному курсу «Волонтерский менеджмент» включала в себя несколько этапов:

- предварительная проработка образовательных модулей по темам с учетом специфики целевой группы;
- сбор методического материала, необходимого для проведения встреч;
- техническое обеспечение тренингов, подготовка раздаточного материала для участников, подбор видеороликов и др.;
- разработка и подготовка блока по методике «Равный – равному».

## Ключевые моменты успешной работы с волонтерами

Волонтерская деятельность – это не просто бескорыстная помощь другим, добровольцы преследуют и собственные интересы, такие как: личное развитие, получение новых знаний, навыков, умений, часто необходимых для будущей профессиональной деятельности. Обучение и повышение квалификации также подразумевает социальные аспекты, такие как: знакомство с другими осужденными и развитие хороших отношений между волонтерами. Волонтеры должны знать, что они вносят значительный вклад в социальную работу.



**25.11.2018. п. Шубино, ИКП.**

25 осужденных, отбывающих наказание успешно прошли обучение по 3 программам «Права на каждый день», «Школа здоровья», «Волонтерский менеджмент» и получили соответствующие сертификаты.

Вводный курс является основным элементом в обучении и повышении квалификации. Его дополняют внутриорганизационные тренинги, подготовка которых является задачей координатора работы волонтеров. Цель внутриорганизационного обучения и повышения квалификации заключается в том, чтобы подготовить волонтера к практической деятельности. Оно затрагивает следующие аспекты:

- Передача информации и знаний, которые относятся к сфере задач.
- Обучение навыкам, необходимым для выполнения задач.
- Размышление о личном отношении к волонтерской деятельности.

Для такого рода обучения очень подходит методика групповой работы, которая, среди прочего, предусматривает ролевые игры, обсуждение примеров из собственной жизни. Очень полезны дискуссии, доклады экспертов, обмен опытом с уже давно работающими волонтерами и/или клиентами, а также посещения других учреждений и работа в них.

Вводный курс начинайте с освоения темы волонтерства, постарайтесь получить знания об этой деятельности из самых различных источников, сформулируйте цели и ценностные категории волонтерства.

Наиболее важные задачи, которые обязательно нужно рассмотреть в начале курса:

- раскрытие значения слова «волонтер», что важно в определенных ситуациях;
- определение круга деятельности волонтеров в организации;
- описание характеристик человека и умений, ожидаемых от волонтера в организации;
- разработка процесса приема волонтеров;
- проведение общих информационных собраний и первичных собеседований;
- составление перечня должностных обязанностей;
- координирование обучения и развития волонтеров; понимание миссии организации волонтеров;
- поддержка и контроль волонтеров;
- создание системы поощрения волонтеров;
- выработка процедуры отстранения волонтеров.

Проведите интервью с каждым волонтером и выявите сферы деятельности, в которых они хотели бы себя применить, например:

рисование, детский аниматор, организатор, уход за престарелыми, посещение детского приюта, образование, журналистика, поэзия, музыка, организация концертов, мастер-классы по нарезке овощей, шитье костюмов для детей, чайные церемонии и йога для пенсионеров и т. д.

Для большинства осужденных представленные и использованные материалы на тренингах являлись совершенно новой формой обучения, с которой они



Эмблема волонтерского клуба «Добродея» п. Шубино, ИКП

ранее никогда не сталкивались. На первоначальном этапе основной трудностью было напряжение со стороны отобранных осужденных.

В качестве инструмента для снятия напряжения можно использовать различные игры и упражнения, например, упражнения на построение команды, зажимательные разминки, видеоролики и т. д.

В общем, стратегия завоевания участников учебного курса (тренинга) может быть разной в зависимости от особенностей целевой группы. Важное условие – придерживаться индивидуального подхода к каждой конкретной целевой группе, поскольку единого шаблона расположения к себе участников не существует.



**07.10.2018 г., п. Шубино, ИКП.**

Проведение занятий учебного курса «Волонтерский менеджмент»



**Что является успешными составляющими таких учебных курсов (тренингов)? Их несколько:**

1. Сразу настроить участников, уставших после работы, на то, что это не будет скучная лекция. Знакомство лучше произвести в игровой форме.
2. Говорить на понятном им языке.
3. При работе в группах обязательно подходить к каждой группе и консультировать.
4. Поддерживать юмористические комментарии со стороны участников тренинга, но не допускать фамильярности.
5. Во время перерывов общаться с участниками тренинга.
6. Мотивировать участников возможностью дальнейшего сотрудничества: работой по программе «равный – равному», в программах снижения вреда, социального сопровождения, совместных проектах, акциях.
7. Давать дельные советы социально-правовой направленности по навыкам формирования безопасного и ответственного поведения, ЗОЖ.
8. Составить контактный лист, в котором будут указаны не только ФИО, но и направление деятельности каждого волонтера.

В процессе работы было интересно наблюдать за постепенным раскрепощением участников, их нарастающей вовлеченностью в обучающий процесс.



## Метод «Равный обучает равного»

*Скажи мне, и я забуду.*

*Покажи, и я запомню.*

*Дай мне сделать самому, и я пойму.*

*Конфуций*

Этот метод впервые был использован в английской системе образования еще в середине XIX века. Однако широкое применение метод «Равный обучает равного» нашел в конце прошлого столетия, и это было связано, прежде всего, с распространением в мире эпидемии СПИДа.

Программа равного образования (Peer Education Program) сокращенно PER начала работать в Лос-Анджелесе в 1988 г. Основана она исключительно на принципах волонтерства. В цели программы входило обучение добровольцев в области профилактики ВИЧ/СПИД и подготовка из их числа инструкторов-добровольцев (волонтеров) для передачи соответствующей информации сверстникам.

Метод «равный – равному» построен таким образом: вначале волонтеры получают достоверную информацию о ВИЧ-инфекции и развивают умения, необходимые для эффективной передачи в соответствующих группах. В дальнейшем они разрабатывают собственные профилактические занятия и проводят



25.11.2018 г., п. Шубино, ИКП.

Подготовленные волонтеры проводят практические занятия по методу «Равный равному»



их, например, со своими сверстниками в учебных заведениях и других организациях или просто делятся этой информацией с близким окружением.

Преимущество метода «равный – равному» заключается в том, что он позволяет использовать групповые формы работы и интерактивные методы обучения. Каждый из участников мероприятия может высказать свою точку зрения, задавать вопросы, обсуждать значимые проблемы. Это не только обмен информацией по определенной теме, но и взаимное обогащение опытом. В то же время происходит выработка новых моделей поведения, развиваются навыки плодотворного социального взаимодействия.

Прошедшие обучение волонтеры становятся консультантами по принципу «равный – равному».

### Основные цели работы консультанта по принципу «равный – равному» лежат в следующих плоскостях:

**Информация:** причины, формы и последствия рискованных моделей поведения, социальных угроз и рисков.

**Навыки:** формирование навыков нравственного анализа и критической оценки ситуаций и информации.

**Мотивация:** развитие мотивации к сохранению и укреплению здоровья.

**Умения:** принимать осознанные решения в жизненных ситуациях, касающихся физического, психического и социального здоровья и благополучия.

### Базовые качества консультанта по принципу «равный – равному»

1. Консультант по принципу «равный – равному» четко определяет и учитывает границы собственной компетентности. Это означает, что он не может и не должен быть специалистом во всех аспектах проблем и вопросов



25.11.2018 г., п. Шубино, ИКП.

Подготовленные волонтеры проводят практические занятия по методу «Равный равному»



- консультируемого. Но также это означает, что он должен обладать качественными базовыми знаниями и пониманием, куда можно перенаправить консультируемого им клиента для получения дополнительной помощи.
2. Консультант по принципу «равный – равному» должен пройти курс специального обучения по вопросам правильного консультирования, проведения обучающих мероприятий и медицинских аспектов.
  3. Важно ещё раз отметить, что консультант по принципу «равный – равному» не должен обладать экспертными знаниями во всех областях, смежных с проблемами консультируемого, но для максимально эффективной помощи людям он должен развивать свои компетенции при помощи как формального, так и неформального обучения.

## Практическое применение принципов «равный – равному»

### 1. «Я расскажу – ты послушай»

На данном этапе консультируемый (наставляемый) получает всю необходимую информацию и проходит курс обучения. Необходимо мотивировать консультируемого (наставляемого) на освоение знаний и навыков. Расскажите, для чего можно использовать то, чему вы будете его учить, как это может пригодиться.

### 2. «Я сделаю – ты посмотришь»

На этом этапе необходимо сосредоточить внимание консультируемого (наставляемого) на проведении обучающего мероприятия, это означает продемонстрировать то, чему вы хотите его научить. Делая это, постарайтесь дать ему увидеть весь процесс – от подготовки до завершения. Когда люди видят целое и полное задание, они могут постараться его повторить.

### 3. «Сделаем вместе»

На данном этапе консультируемый выступает в роли помощника и несёт какую-то часть ответственности за проведение обучающего мероприятия (например, подготавливает инвентарь или преподносит некоторую информацию).

### 4. «Сделай сам – я подскажу»

Консультируемый (наставляемый) выполняет задание, а «равный консультант» корректирует и подсказывает. Здесь самое главное не критиковать, а поощрять. Этот этап длится до тех пор, пока у обучаемого не появится чувство уверенности.

### 5. «Сделай сам и расскажи, что сделал»

Одним из эффективных способов обучения является передача информации и обучение других. На данном этапе консультируемый (наставляемый) с необходимыми знаниями и опытом обучает других, но при этом рассказывает «равному консультанту» об успехах и трудностях для возможных корректировок.

## Рекомендации консультанту по принципу «равный – равному»

- Постоянно работайте над повышением своего профессионального и культурного уровня.
- Будьте примером. Всё, что вы требуете от наставляемого, вы должны знать и уметь сами.
- Не забывайте, что наставник является руководителем процесса обучения, а не руководителем наставляемого.

- Ведите диалог с наставляемым на равных, будьте дипломатичны.
- Не говорите плохо об организации и руководстве.
- Чётко и понятно формулируйте задачи.
- Правильно распределяйте время работы.
- Всегда давайте обратную связь, как положительную, так и отрицательную.
- Оценивайте не личность наставляемого, а проделанную им работу.
- Хвалите наставляемого, если проделанная им работа заслуживает одобрения.
- Уважайте мнение наставляемого.
- Не бойтесь признавать свои ошибки.
- Помогайте наставляемому преодолевать возникающие трудности.
- Не допускайте, чтобы ваше плохое настроение сказывалось на работе.

Подготовленными волонтерами проведено заключительное мероприятие с использованием метода «равный – равному» для осужденных в ИКП № 21. Волонтеры показали, какие знания, и навыки они получили во время образовательных курсов. Были использованы различные методы подачи материала: видеосюжеты, игровые сценки, музыкальное сопровождение, пение и выступления ведущих.

Новая информация для людей, отбывающих длительные сроки наказания, взгляд осужденных на самих себя совершенно с другой стороны: с большим творческим потенциалом, желанием учиться и заниматься волонтерством – явились для них настоящим открытием.

Волонтерами из числа осужденных снят видеоролик, в котором показана их деятельность в детском приюте и в доме престарелых, а также интервью с осужденными «Почему вы стали волонтерами?». В ответах осужденные подчеркивали, что знания, полученные на занятиях в рамках проекта будут способствовать их дальнейшей ресоциализации в общество.

Подготовленные волонтеры-мультипликаторы продолжают после завершения проекта образовательную работу с осужденными в ИКП № 21, занятия с использованием метода «равный – равному» будут проходить каждое воскресенье.

## **Выводы**

Учебный курс «Волонтерский менеджмент» оправдал ожидания и надежды волонтеров, а также способствовал организации их эффективной деятельности, направленной на достижение целей и задач мини-проекта «Социальная адаптация осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность».

Положительный эффект программ, построенных на принципах добровольности, в том, что общество приобретает активных и компетентных граждан, осознающих необходимость собственного участия в решении социальных проблем и общественно полезной деятельности.

В завершение можно отметить, что тренинги, проведенные с осужденными, находящимися в исправительном учреждении, оказались очень актуальными для данной целевой группы и полностью оправдали ожидания авторов разработанных обучающих курсов мини-проекта.

Осужденные в дальнейшем могут работать в программах снижения вреда, социального сопровождения, делиться историями успеха и т. д.





Таким образом, дополнительное образование и волонтерская деятельность осужденных способны значительно увеличить их шансы на успешную ресоциализацию и налаживание или восстановление социальных связей в первую очередь с близким окружением.

### В оценочной анкете участники программы отметили следующее:

- Большое человеческое спасибо! Для лиц в МЛС это очень необходимо (отрезаны от цивилизации).
- Получил массу положительных впечатлений, новой информации и направлений к дальнейшей самореализации.
- Продолжать в том же духе и наращивать масштабы!!!
- Прекрасная и действенная мотивация к улучшению жизни и стремлению к достижению испытания счастья.
- Найти, выявить и дать людям раскрыть свои таланты и проявить себя в будущем. Ваши улыбки и слова как свет среди тьмы, появилось желание творить прекрасное в этом мире.
- Планирую собственный проект по работе с людьми, страдающими наркотической зависимостью. Хочу работать с презентациями в других МЛС.
- Планирую работать волонтером с детьми-инвалидами.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН учебного курса «Волонтерский менеджмент»

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1–2	Введение в волонтерский менеджмент.	4
3–4	Планирование работы волонтеров. Привлечение волонтеров.	4
5–6	Базовые принципы метода образования по принципу «равный – равному».	4
7–8	Этапы и алгоритм эффективного консультирования.	4
	Всего часов:	16

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### ТЕМА 1–2

#### *Введение в волонтерский менеджмент.*

Понятие волонтерский менеджмент, его сущность и структура. Волонтер как составная часть волонтерского менеджмента. Компоненты волонтерского менеджмента.

### ТЕМА 3–4

#### *Планирование работы волонтеров.*

Задачи планирования. Этапы планирования. Вопросы планирования. Мотивация волонтеров. Способы набора волонтеров. Методы привлечения волонтеров. Работа в группах.



## **ТЕМА 5–6**

### ***Равный консультант.***

Описание подхода:

Равный консультант – это специалист, дающий советы в пределах своей компетенции, обладающий равными характеристиками с консультируемым.

Основная деятельность равного консультанта для групп риска — это поддержка, воспитание и информирование людей.

## **ТЕМА 7–8**

### ***Этапы и алгоритм эффективного консультирования.***

Принципы оказания эффективной помощи во время консультирования:

Основные виды образовательных мероприятий, проводимых консультантом «равный – равному».

### **Литература**

1. Воронич М. В. – Молодежь против СПИДа – 2007 – 52.
2. Воронич М. В., Креч С. В., Ткачева А. А. и др. – Методические рекомендации по организации волонтерской деятельности – 2017 – 43.
3. Чарановский К. и др. Руководство консультанта по принципу «Равный – равному» – 2017 – 97.
4. Мультимедийное сопровождение к содержанию учебного материала занятий.
5. СОЦИАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЛЮДЕЙ, ВЫШЕДШИХ ИЗ МЕСТ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ. Кулагин Д.И., Кралько А.А., Костюченко Е.Л., Пугачева Н.С., Родионова Е.Н. – 2019 год.



## Разработка и реализация учебного курса «Школа здоровья»

Программа учебного курса «Школа здоровья» разработана  
Артемченко Андреем Валерьевичем (психолог БФ «Центр Здоровой  
Молодежи» г. Минск, директор РЦ «Школа независимости» г. Минск).  
Общее количество часов – 16

### Обоснование

Места лишения свободы фактически являются увеличительным стеклом для всех проблем нашего общества: насилие, низкий уровень образования, бедность, маргинализация, стрессы, инфекционные заболевания – все там приобретает гипертрофированные формы. В большинстве стран распространенность таких заболеваний, как туберкулез, ВИЧ-инфекция, гепатит и других инфекций, передающихся через кровь, среди осужденных значительно превышает показатели для общего населения примерно в 3–4 раза. В пенитенциарных учреждениях Республики Беларусь ВИЧ-инфекция также является одним из значимых факторов, обуславливающих напряженную эпидемическую ситуацию по туберкулезу. Туберкулез является непосредственной причиной смерти от ВИЧ-инфекции в 66,5% случаев. Малая осведомленность о характере заболевания, некорректная информация в СМИ формируют отношение к ВИЧ-инфицированным осужденным со стороны сотрудников, других осужденных, даже родственников самих осужденных и общества в целом. Одной из актуальных проблем остается низкая приверженность пациентов к высокоактивной антиретровирусной терапии – лечению, которое назначается пожизненно, непрерывным курсом.

В целях обеспечения защиты жизни и здоровья граждан нашей страны, создания условий для безопасного развития детей и молодежи, пресечения распространения наркомании как угрозы для демографии и здоровья нации, обеспечения безопасности общества и государства Президент Беларуси Александр Лукашенко 28 декабря 2014 года подписал Декрет «О неотложных мерах по противодействию незаконному обороту наркотиков». Для достижения этих целей был введен комплекс неотложных мер по противодействию незаконному обороту наркотиков:

- активизация усилий государственных органов, учреждений образования и здравоохранения, советов общественных пунктов охраны правопорядка, добровольных дружин, общественных объединений и иных организаций;
- ужесточение уголовной ответственности за преступления, связанные с незаконным оборотом наркотиков;
- введение уголовной ответственности за действия, связанные со сбытом наркотиков, повлекшие по неосторожности смерть человека в результате потребления им наркотиков;



- снижение возраста наступления уголовной ответственности за действия, связанные со сбытом наркотиков.

В связи с проведенным комплексом выше указанных мер, с одной стороны, увеличилось количество контингента осужденных по статье 328 УК РФ, с другой, согласно статистике медиков, снизилось количество обращений за экстренной медицинской помощью с последствиями употребления наркотиков. Но решение проблемы наркотизации общества заключается, конечно, не только в уменьшении статистики. Практика показывает, что наркопотребители зачастую возвращаются к зависимости даже после длительного срока заключения, если они не проходят специальной реабилитации. Потребители наркотических средств, осужденные по данной статье, представляют разные стадии развития заболевания: имеющие опыт первых проб и уже с сформировавшейся зависимостью. Достаточное количество осужденных, совершивших преступления и в состоянии алкогольного опьянения, – здесь похожая ситуация, как и с потребителями наркотиков, – это люди, периодически употребляющие алкоголь, и те, кто уже имеет алкогольную зависимость.

Суровость и дисциплину исправительного учреждения не только можно, но и нужно соединять с хорошо разработанными программами, которые помогали бы осужденным меняться и учиться эффективно функционировать в обществе после выхода на свободу. Для решения проблемы ресоциализации необходим комплексный подход, сочетающий просветительскую, профилактическую работу с осужденными и их родными перед освобождением из мест лишения свободы и после, в рамках групп поддержки, социального сопровождения.

Волонтерская деятельность в местах лишения свободы в рамках занятий по формированию ЗОЖ направлена на профилактику ВИЧ/СПИДА, гепатитов В и С, туберкулеза, формирования зависимостей. Главная задача волонтера – передать достоверную информацию таким же осужденным (по принципу «равный – равному»), которая поможет не только получить полезные знания, но и задуматься над тем, как изменить свое поведение.

**Цель курса** – повысить уровень информированности осужденных по профилактике ВИЧ/СПИДА, гепатитов В и С, туберкулеза, формирования зависимостей (алкогольной, наркотической и др).

#### **Задачи курса:**

- Дать знания, необходимые для формирования ответственного/безопасного поведения.
- Мотивировать к использованию полученных знаний и сформированных навыков в реальной жизни.
- Проверить уровень усвоения знаний на практических занятиях, организованных прошедшими обучение курса «Школа здоровья».

#### **Проведение курса**

Важной составляющей проведения данного курса является подготовка тренера по аспектам профилактики зависимостей и сопутствующих заболеваний и создание условий для возможности проведения интерактивных занятий с участниками.

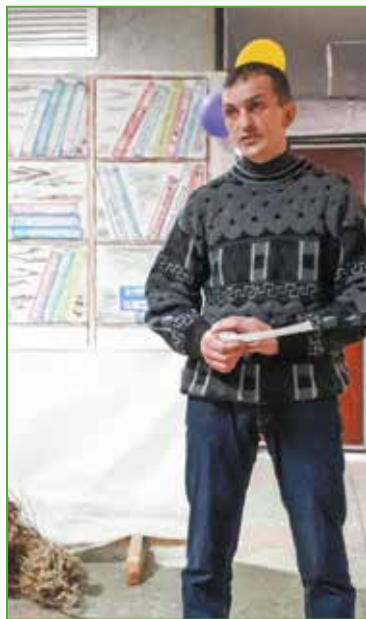


## Рекомендации по проведению

1. Помещение для занятий должно быть подходящим для проведения интерактивных упражнений и игр (например, возможность сдвинуть при необходимости стулья и убрать столы).
2. Знакомство участников и их настройка на тренинг. Проводится в интерактивной форме, в виде игры «Снежный ком» или «Имя-движение», «Интервью» (если есть достаточный ресурс по времени, см. Приложение 1).
3. Обсуждение правил работы на тренинге. Правила можно записать на флипчарте и руководствоваться ими в течение всего тренинга.
4. Предоставлять информацию на доступном языке, с интересными примерами из опыта работы ведущего и пояснения под запись незнакомых терминов, предоставления демонстрационных материалов.
5. Поддержка активности участников. Ведущему необходимо уважать разные высказывания участников, не позволять высмеивать высказывания кого-либо, но предлагать любую версию для «мозгового штурма».
6. Проводить интерактивные упражнения между информационными блоками по обсуждаемой теме.
7. Проводить разминки и подвижные игры для повышения активности участников тренинга.

В ходе проведения курса «Школа здоровья» участники демонстрировали заинтересованность и активное участие, дискутировали, задавали вопросы. Сначала неуверенно, но по мере знакомства с тренером более активно участвовали в упражнениях и обсуждениях тем в микрогруппах. Эмоционально сложным, но рефлексирующим для участников семинара было упражнение «Жизнь с болезнью», которое дало возможность «прожить» в ходе игры, что происходит с жизнью зависимого человека. Не менее эмоционально проходило упражнение по теме «Профилактика передачи ВИЧ» – «Степной огонь». Несмотря на смех и шутки во время проведения упражнения, участники тренинга увидели, что так же происходит и в жизни, когда человек не задумывается о своем рискованном поведении. Кто-то из участников пошутил: «У нас все прошло, как на корпоративе». У одного из участников была карточка с рекомендациями «ни с кем не вступать в «контакт», тем не менее он нарушил эту рекомендацию. На обсуждении поделился, что очень похоже поступал и раньше, в реальной жизни. Однако сейчас переосмыслил свое поведение и осознал степень своего легкомыслия и беспечности.

Наибольшую заинтересованность данного курса вызвала тема зависимостей (алкогольной, наркотической) и способы её преодоления, современные методы реабилитации за-



**25.11.2018 г., п. Шубино, ИКП.**  
Подготовленные волонтеры проводят практические занятия по методу «Равный – равному»

висимых людей. Для многих участников было открытием само понятие «трезвости», поскольку это слово всеми обычно воспринималось лишь как мучительное воздержание от любых ПАВ (психоактивных веществ). На эту тему в обществе сложилось много шуточных высказываний, подчеркивающих бессмысленность самой трезвой жизни, например: «Кто не курит и не пьет, тот здоровеньким померёт», «Жизнь одна – проживи ее сполна» и т.д. Один из участников высказал мнение, что наркомания – это «естественный отбор», чем вызвал очень активный диспут среди участников и ведущего тренинга. В итоге, все пришли к единому мнению: наркомания – «самый нелепый противоестественный отбор своей собственной жизни».

Многие впервые для себя узнавали, что трезвость – это и состояние ума, и жизненная философия, и умение контролировать свои эмоции, и эффективность в преодолении стресса. Всё то, что делает любого человека более устойчивым к непредсказуемости жизни, её восприятию, с ясным умом, такой, какая она есть.

По следующим темам участники курса продемонстрировали базовые понятия по вопросам профилактики ВИЧ, гепатитов и туберкулеза. Вопросы, которые обсуждали участники курса по теме «ВИЧ, гепатиты и туберкулез»:

- Почему ВИЧ нельзя вылечить на сегодняшний день?
- Что определяет анализ на ВИЧ? Что такое ПЦР–диагностика?
- Можно ли определить, что человек инфицирован ВИЧ по его внешнему виду?
- Сколько живет ВИЧ в жидкостях организма вне тела человека?
- Сколько живет палочка Коха во внешней среде?
- Могут ли люди с ВИЧ, если они принимают ВААРТ, инфицировать другого человека?
- Какой гепатит наиболее опасен и от какого гепатита есть прививка?
- Что такое до-контактная и пост-контактная профилактика?
- Как часто необходимо сдавать анализы на ВИЧ, гепатиты?
- Какая категория людей больше других рискует инфицироваться ВИЧ (гепатитом В и С)?

Желающие прошли добровольное тестирование на ВИЧ с помощью экспресс-тестов и прошли до-тестовое и после-тестовое консультирование. 24 участника «Школы здоровья» заполнили анкеты на проверку знаний по пройденному курсу, по которым проведена оценка знаний.

### Оценка знаний по анкете «Школа здоровья»:

Оценка (в баллах)	Правильные ответы в %	Количество, чел
5	94–100	3
4	86–89	3
3	79–84	4
2	75–78	4
1	69–73	4
0	0–64	6



Из анкет можно сделать вывод, что 37% человек, от общего числа анкетирруемых, ответили не ниже 84% правильно. При детальном изучении списка неправильных ответов на самые «ключевые темы» выявилась следующая ситуация:

- на вопрос о безопасном использовании лубрикантов при сексуальном контакте ответили правильно 20% участников;
- на вопрос о вертикальном пути передачи ВИЧ от матери к ребенку (внутриутробном) ответили правильно 70% участников;
- на вопрос о безопасном/опасном употреблении «легких» наркотиков правильно ответили 87% участников;
- на вопрос о возможности контролируемого употребления алкоголя после длительной ремиссии правильно ответили 58%;
- на вопрос о стратегиях в разрешении конфликтов правильно ответили 87% участников.

Можно предположить, что на тему о средствах предохранения и лубрикантов было недостаточно времени для изучения и усвоения участниками информации, поэтому в дальнейшем этой теме нужно больше уделять внимание.

По вертикальному пути передачи ВИЧ от матери к ребенку во внутриутробном состоянии процент правильных ответов выше, но недостаточно высок для такого важного аспекта, как сохранение здоровья ребенка. Поэтому в дальнейшем важно посвятить этой теме отдельный блок тренинга не менее 4 часов работы.

Несмотря на еще более высокий процент ответа на вопрос о безопасном употреблении «легких» наркотиков – 87%, все же можно сделать вывод, что некоторые участники тренинга до конца не видят и не осознают опасности, которая исходит от употребления любых видов наркотических веществ. Тем более, как уже было сказано ранее, места лишения свободы являются лишь увеличительным стеклом проблем общества, в котором мы все живем, и среди осужденных редко можно встретить человека, который вел абсолютно трезвый образ жизни до того момента, как совершил преступление. По статистике большее число преступлений совершается в состоянии опьянения или косвенно, связанное с ним (добыча денег на употребление алкоголя или наркотиков, например). Исходя из этого, можно сделать вывод из ответов анкетирруемых о контролируемом употреблении алкоголя, что многим осужденным хочется верить, что зависимому человеку возможно контролировать употребление алкоголя, если он долгое время не пил. И никакие 8-ми часовые занятия по теме ЗОЖ их в этом не переубедят, только могут максимум посеять сомнения и показать альтернативные способы управления стрессом. Учитывая, что во время отбывания наказания в исправительном учреждении употребление алкоголя является нарушением, а при освобождении этот вынужденный запрет можно снять и использовать как самый простой и доступный способ поднятия настроения и снятия стресса, осужденные не спешат «разубеждать» себя в обратном. Как в доказательство этому, выпускники курса во время отчетного выступления по теме «Стратегии в конфликтах» показали сценку про эффективную стратегию в конфликте «Партнерство» с использованием примера с употреблением алкоголя: «Муж приходит домой, жена его ругает, что он задержался. Муж демонстрирует «партнерское» отношение тем, что он немного выпил после работы и готов за это повести супругу в ресторан. Жена и муж довольные и счастливые

покидают сцену». Конечно, людям без проблем с зависимостью, не оказавшимся в местах лишения свободы из-за совершения преступления в состоянии опьянения, этот пример из жизни не покажется неправильным или плохим. Но если рассматривать этот пример через призму обучения осужденных здоровым и безопасным способам поведения в различных жизненных ситуациях, все видится совсем в другом свете. Сам факт получения свободы на практике не является таковым. Многие бывшие осужденные, к сожалению, снова ее лишаются в ближайшее время: «отметил с друзьями освобождение», «снял стресс из-за того, что не смог найти работу», «поругался дома» и т.д. Свобода сама по себе – это степень выбора, который есть у бывшего осужденного. А степень выбора, в свою очередь, зависит от знаний человека, как справляться со стрессом без применения ПАВ, от приобретенных навыков эффективного поведения в различных жизненных ситуациях, от мотивации для решения своих внутренних и внешних жизненных проблем. Тем устойчивей, гибче и свободней человек себя ощущает и успешней интегрируется в общество, чем больше оперирует данными знаниями, умениями и навыками.

### Выводы

Для решения задач по здоровому образу жизни важно внедрение «Школы здоровья» в систему различных исправительных учреждений на регулярной основе. Необходимо создание отдельных курсов для тех, кто имеет проблемы с зависимостью (третичная профилактика). Рекомендую создание системы поддержки бывших осужденных после освобождения – группы поддержки, программы «Социального сопровождения», в которых могут участвовать бывшие осужденные, прошедшие специальное обучение, и волонтеры из числа бывших осужденных.

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН учебного курса «Школы здоровья»

	Тема	Количество часов
1.	Что такое зависимость. Профилактика формирования зависимостей (алкогольной, наркотической, игровой и др). Стресс как причина употребления психоактивных веществ. Навыки бесконфликтного поведения.	4
2.	Как общаться с лицами, страдающими зависимостью, и их близким окружением – созависимыми. Мотивация на изменение поведения лица, склонного к формированию зависимости. Отработка навыков бесконфликтного поведения.	4
3.	Профилактика ВИЧ/СПИДа. Мотивация к тестированию. Что такое АРВ-терапия. До и пост-контактная профилактика.	2
4	Туберкулез. Признаки и причины заболевания. Туберкулез как ко-инфекция.	2



	Тема	Количество часов
5	Гепатиты В и С. Клиника. Пути передачи и профилактики.	2
6	Лица, склонные к употреблению психоактивных веществ, как группа риска к заболеваниям ВИЧ/СПИД, гепатитов В и С и туберкулеза	2
Итого		16

**Тема 1****Задачи:**

1. Повысить уровень информированности участников об алкогольной, наркотической и др. зависимости, взаимосвязи стресса и формирования зависимости.
2. С помощью упражнений повысить осознание участниками проблем, связанных с употреблением ПАВ (психоактивных веществ).
4. Дать информацию о навыках бесконфликтного поведения.
5. Мотивировать участников на ведение здорового образа жизни.
6. Анализ участниками полученной информации.

**Тема 2****Задачи:**

1. Повысить уровень информированности участников о наркотической зависимости и последствиях употребления наркотиков, схожести и различиях алкогольной и наркотической зависимости.
2. Информирование участников о созависимости – особенностях поведения и мышления родственников алкоголика и наркомана, схожести зависимости и созависимости.
3. В ходе практических занятий обсудить мифы о «безопасных» и «опасных» наркотиках.
4. Мотивировать участников на ведение здорового образа жизни.
5. Информировать о навыках бесконфликтного поведения.

**Тема 3****Задачи:**

1. Выяснить уровень информированности участников по проблеме ВИЧ-инфекции.
2. Дать участникам тренинга достоверную информацию о ВИЧ, путях передачи, профилактике, правовых и медицинских аспектах заболевания.
3. Отработать практические навыки в ходе проведения игр и упражнений по усвоению информационного материала по теме ВИЧ/СПИДа.
4. Организовать добровольное тестирование участников тренинга на ВИЧ.

**Тема 4****Задачи:**

1. Выяснить уровень информированности участников о туберкулезе.
2. Дать достоверную информацию о рисках заражения, профилактике и лечении туберкулеза.

3. Сформировать приверженность к своевременной диагностике риска заражения.

#### **Тема 5**

##### **Задачи:**

1. Дать информацию участникам о видах гепатитов, путях передачи, лечении и способах профилактики.

#### **Тема 6**

##### **Задачи:**

1. Повысить уровень информированности участников о рискованном поведении людей, склонных к употреблению ПАВ.
2. Проверить знания с помощью анкет.



## Разработка и реализация учебного курса «Права на каждый день»

*Программа курса разработана Ткачёвой Анной Анатольевной, Председателем Совета МСОО «Древо жизни» (Мозырское социальное общественное объединение), тренер по правам человека и гендерным проблемам.*

*Общее количество часов – 16*

### Обоснование

Как показала практика (из оказания помощи в ресоциализации лиц, вышедших из мест лишения или ограничения свободы), отсутствие правовой культуры, низкий уровень знаний гражданского законодательства часто становятся причиной правонарушений и их рецидивов. Необходимы не только знания, но и навыки ведения переговоров со значимым окружением, будь то, члены семьи или официальные представители государственных или иных структур.

Данный курс поможет не только получить знания, но и научиться их применять.

ИКП № 21 была выбрана после неоднократных визитов и проведения мероприятий в рамках взаимодействия МСОО «Древо жизни» и УДИН МВД по Гомельской области. Наша организация на протяжении 7 лет уже оказывала правовое сопровождение и помощь лицам, освободившимся из мест лишения свободы, особенно после отбытия длительных сроков наказания. С учетом быстро изменяющейся реальности и нормативно-правой базы даже социально адаптированные граждане испытывают сложности при решении возникающих проблем.

Темы были определены по итогам мероприятий и обратной связи с потенциальными слушателями курса «Права на каждый день».

### Проведение курса «Права на каждый день»

#### Занятие 1

**Тема.** Введение в тему: что такое право.

**Ход занятия.** Определение, что такое Право. Конституция как основной закон. Работа над главой Конституции «Личность. Общество. Государство». Права и обязанности граждан. Структура и значимость нормативных актов: Закон, Декрет, Указ, Постановление, инструкция, Приказ.

**Практические занятия в группах:** Придумать схему/рисунок «Человек и право».

**Домашнее задание:** вторая глава Конституции «Человек. Общество. Государство». Обязанности граждан и обязательства государства.

### **Рекомендации по проведению Занятия 1.**

Часто люди оперируют фразами «мне по Конституции положено», «Конституция гарантирует», «имею право по Конституции на...», но сам документ в руках не держали, не говоря уже о том, чтобы хоть раз прочитали. Именно такой пробел в знаниях и становится причиной того, что «хочу» и «и имею право» не одно и то же. С трудом принимают данность, что прав без обязанностей не бывает и нельзя жить в обществе и быть свободным от него. Неважно, это нормы этноса, культуры, права или иные, например, религии.

На первом же занятии было предложено упражнение на выявление и ломку стереотипов. Кроме того, по просьбе участников группы было предложено делать тестовые психологические задания. Первым был выполнен рисуночный тест «7 предметов» по методике Жданова А. А., позволяющий определить приоритеты для тестируемого, наличие стереотипов и с чем/кем они связаны, страхи.

Итоговый рисуночный тест «7 предметов» Жданова А. А.

Сравнительный анализ с исходной позицией на старте обучения.

Общая динамика психологического состояния участников –преодоление страха, расстановка приоритетов:

- семейные ценности
- свое место в жизни
- взаимоотношения полов
- новое видение возможностей и пути реализации.

Также этот тест помогает выявлять лиц, склонных к суицидам, к агрессии.

### **Занятие 2**

**Тема.** Институт брака и семьи.

**Ход занятия.** Брак. Заключение и расторжение брака, брачный договор, права и обязанности супругов.



**Индивидуальная консультация по рисуночному тесту «7 предметов» Жданова А. А.**



07.11.18. Проведение занятия учебного курса «Права на каждый день»

Семья. Права и обязанности родителей и детей. Лишение и восстановление в родительских правах. Наследство, дарственная, завещание.

**Занятия в группах:**

1. Права детей.
2. Права родителей.
3. Обязанности детей.
4. Обязанности родителей.
5. Наследники.

Отдельно рассматривался блок «Дарственная. Завещание».

**Рекомендации по проведению Занятия 2.**

Кодекс о браке и семье.

Его изучение вызвало неподдельный интерес у осужденных. Особенно права и обязанности супругов, детей в отношении родителей, возможность восстановления в родительских правах, оформление над несовершеннолетним опеки близким родственником, без лишения родительских прав одного из родителей. Наследование и завещание, составление доверенностей – наиболее востребованные темы, так как нередки случаи, когда человек, попав в МЛС, остается без жилья и без имущества.

На реальных историях и документах информация слушателями курса воспринимается проще. Если есть возможность, разберите с участниками историю, предложенную ими, пусть даже и вымышленную. Это позволит не только закрепить знания, но и выявит пробелы.

Надо осторожно подходить с трактовками нормативных документов, регулирующих порядок изъятия детей из семьи, лишение родительских прав, постановки семьи в социально-опасное положение (СОП).

К сожалению, из личного опыта работы, социальные службы не всегда корректно ведут себя в отношении лиц, имеющих судимость. Очередным подтверждением тому стали ситуации, в которых оказались некоторые осужденные из группы. Полученные знания двум осужденным помогли отстоять свои права и права своих детей еще во время реализации проекта.

Права и обязанности супругов для большинства участников стали своеобразным открытием по ряду моментов: права и обязанности родителей, с ка-



кого возраста дети имеют право обращаться в суд самостоятельно, обязанности супругов после расторжения брака, средства на содержание родителей от детей, что может быть включено в брачный договор, раздел имущества, что отнесется к предметам роскоши и многое другое.

Участники попросили провести для них психологические тесты. Им было дано задание «Круговой тест», «Человек из геометрических фигур (круг, квадрат, треугольник)», «Кактус». Первый тест позволил определить эмоциональное состояние, второй – самосознание, третий – агрессию и страх.

**Домашнее задание:** порядок назначения и уплаты алиментов на несовершеннолетних детей. ( распечатка)

### Занятие 3

**Тема.** Труд: право и/или обязанность.

**Ход занятия.** Основы трудового законодательства. Виды трудовых договоров. Трудовые споры. Как начать свое дело. Как подать резюме.

#### **Рекомендации по проведению Занятия 3.**

*Обратите внимание,* что у многих осужденных во главе всего поведения стоит внутренняя стигма. Именно из-за нее разбор возможных ситуаций нередко напоминает поведение человека в состоянии панической атаки. Пример: первая встреча с потенциальным работодателем. «Где вы работали?» – «Я что должен сказать, что в колонии?» И дальше начинает раскручивать ситуацию со своей точки зрения. Всегда привлекайте участников группы к «мозговому штурму», а не предлагайте варианты ответов сами.

*Сделайте акцент:*

- как правильно себя презентовать на собеседовании
- какой перечень обязательных документов надо предоставить, а так же документы, которые имеет право запросить работодатель, не нарушая закон
- что справка о состоянии здоровья не содержит личной информации, такой как наличие заболевания ВИЧ-инфекция, туберкулез
- какие существуют виды трудовых договоров
- как зарегистрироваться индивидуальным предпринимателем
- как и что зачитывается в трудовой стаж.

Отдельный блок для рассмотрения – это занятость людей с инвалидностью.

**Домашнее задание:** составить резюме, подготовить самопрезентацию на собеседование.

### Занятие 4

**Тема.** Социальные аспекты права.

**Ход занятия.** Здравоохранение, обязанности гражданина (в том числе об уклонении от лечения туберкулеза и постановку под угрозу заражения или заражение ВИЧ). Социальные гарантии государства и обязанности граждан. На что идут налоги. Пенсионное законодательство. Права и обязанности: гражданин, пациент, врач, государство.

Краткое знакомство с Законом РБ «О предупреждении распространения заболеваний, представляющих опасность для здоровья населения, вируса иммунодефицита человека». Ограничение, лишение дееспособности. Медицинские и гражданские аспекты.

По итогам курса слушатели сдавали зачет по вопросам в билетах. Было разработано 20 билетов по 3 вопроса. Первые два вопроса были по определению

уровня знаний, а третий – что нового узнали. Это позволило начать планирование нового курса и обозначило круг тем, требующих более глубокого изучения.

### Незапланированные результаты:

У некоторых участников была реальная возможность самостоятельно применить полученные знания и убедиться на практике, как это работает:

- Одна из слушательниц смогла помочь своей дочери, которая сейчас в статусе молодого специалиста.
- У слушательницы курса социальные службы не хотели передавать дочь от опекуна биологическому отцу. Конфликт был урегулирован.

### Рекомендации:

1. Во всех спецучреждениях должна быть правовая литература по наиболее востребованным темам: Конституция, Кодекс о браке и семье, 18 Декрет, Трудовой Кодекс, Закон о здравоохранении, Кодекс об образовании, Административный Кодекс, Жилищный Кодекс, Закон об обращениях граждан и юридических лиц.

### Трудности:

1. Очень короткий срок реализации проекта не позволил слушателям курса глубже изучить материал.
2. Не было возможности проводить промежуточные консультации.
3. На работу с документами практически не осталось времени (их составление, поиск ошибок в уже полученных ответах и принятых решениях).
4. В библиотеке ИКП не было полного перечня необходимой правовой литературы. Это значительно усложнило подачу материала.
5. При рассмотрении практически любой темы многие из группы проецировали ситуации на себя или своих близких. Важно не дать поддаться эмоциям и не увести группу в русло личных проблем.
6. Людям, отбывшим срок наказания свыше 5 лет, сложно привыкнуть к изменившимся названиям организаций, правовых документов.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН учебного курса «Права на каждый день»

№	Тема занятий	Количество часов
1	Введение в тему: что такое право. Конституция как основной закон. Личность, общество, государство.	4 часа
2	Институт брака и семьи. Права и обязанности. Наследование.	4 часа
3	Труд: право или обязанность. Трудовые споры. Как начать свое дело.	4 часа
4	Социальные аспекты права. Здравоохранение, социальные гарантии государства и обязанности граждан.	4 часа
Всего часов		16



### **Занятие 1**

**Тема.** Введение в тему: что такое право.

**Ход занятия.** Определение, что такое Право. Конституция как основной закон. Работа над главой Конституции «Личность. Общество. Государство». Права и обязанности граждан.

### **Занятие 2**

**Тема.** Институт брака и семьи.

**Ход занятия.** Брак. Заключение и расторжение брака, брачный договор, права и обязанности супругов.

Семья. Права и обязанности родителей и детей. Лишение и восстановление в родительских правах.

Наследство, дарственная, завещание.

### **Занятие 3**

**Тема.** Труд: право и/или обязанность.

**Ход занятия:** Основы трудового законодательства. Виды трудовых договоров. Трудовые споры. Как начать свое дело. Как подать резюме.

### **Занятие 4**

**Тема:** Социальные аспекты права.

**Ход занятия.** Здравоохранение, обязанности гражданина ( в том числе об уклонении от лечения туберкулеза и постановку под угрозу заражения или заражение ВИЧ). Социальные гарантии государства и обязанности граждан. На что идут налоги. Пенсионное законодательство.





## К учебному курсу «Волонтерский менеджмент» Упражнение «Интервью»

Выполняется в парах

*«У вас есть 20 минут, в течение которых вам необходимо взять друг у друга интервью. Вы должны как можно больше узнать о своем партнере с помощью вопросов: «Зачем ты пошел на курс для волонтеров?», «Какие у тебя интересы в жизни?», «Как ты собираешься применять эти знания на практике?», «Что для тебя значит быть свободным?», «Что ты уже делаешь из того, чем занимается волонтер?» И другие вопросы, которые будут важными для обсуждения. Затем каждая пара представляет своего партнера, время на представление не более 2–3-х минут, чтобы успеть послушать всех участников. Проводится в том случае, если есть достаточно времени для всех блоков курса.*

### «Меня зовут... Я люблю себя за то, что...» (15 мин.)

**Цель:** для восстановления в памяти имен участников группы и создание рабочей атмосферы (лучше на 2-ой день семинара). Упражнение проводится в кругу. Каждый поочередно говорит две фразы: «Меня зовут...» и «Я люблю себя за то, что...». Не отвлекайтесь на споры и обсуждения по поводу ваших желаний. Просто высказывайте их поочередно, беспристрастно и быстро.

### «Меня зовут...» (5 мин.)

**Цель:** подготовить группу к предстоящей совместной работе и создать соответствующую обстановку и настрой. Материалы: ватман и разноцветные маркеры. Группа располагается кругом. Первый из участников пишет на ватмане свое имя и еще что-нибудь, связанное с именем. Например: «Меня зовут Максим, но друзья обычно зовут меня Максом». Каждый последующий участник делает то же самое. После того как последний участник напишет свое имя, ватман вывешивается на стену и остается там на протяжении всего занятия.

## ИГРЫ НА СПЛОЧЕНИЕ

### «Мечты» (20 мин.)

**Цель:** развить солидарность и понимание, создать атмосферу доверия среди участников и сплотить группу. Материалы: бумага и маркеры. Предложите участникам подумать в течение нескольких минут о том, как каждый из них видит свое будущее. Затем обменяйтесь мыслями о своих мечтах или даже изобразите их на бумаге. Далее пусть каждый участник определит, какие три конкретные вещи, действия, люди ... могут помочь, а какие три — помешают ему осуществить мечту, и что человеку нужно делать/сделать, чтобы мечта сбылась.

**Примечание:** это упражнение проходит очень хорошо, если к обмену мечтами подойти творчески. Если участникам трудно рассказать или нарисовать свою мечту, то можно предложить изобразить мечту в виде сценки. Пусть участники сами пофантазируют, каким образом они могут изобразить свою мечту. Любые

средства выражения при творческом подходе предпочтительнее, чем устный или написанный текст.

### «Круг знакомств» (10 мин.)

**Цель:** сплотить и раскрепостить участников тренинга. Материалы: не требуются. Участники встают в круг. Один из игроков делает шаг в центр круга, называет свое имя, показывает какое-то движение или жест, свойственный ему или придуманный, затем возвращается снова в круг. Все игроки повторяют как можно точнее его движение, интонацию, мимику. Таким образом, каждый из участников продемонстрирует свое движение или жест.

#### Статья осужденного

#### **Я – человек этого мира**

*Я – человек этого мира. Честно говоря, ничем не примечательный. Мало того, моя жизнь свернула на пропащую колею, я сделал неверный шаг – преступил Закон. Теперь я отбываю наказание в ИУ (исправительное учреждение). Многое нужно переоценить, понять, расставить приоритеты. Кто я? Зачем живу? Я должен занять место в обществе, и раз оно решило, что я временно недостойн его, моя первая обязанность – прийти к гармонии и взаимопониманию с самим собой и с осужденными.*

*Сегодня суббота. Мы с остальными осужденными собрались в актовом зале для участия в проекте по интеграции и ресоциализации осужденных путем привлечения к волонтерству (социальной адаптации осужденных через образовательную и волонтерскую деятельность).*

*Вводное занятие. Я хотел отвлечься, поменять обстановку – поэтому записался. Я ничего не жду от этого проекта. Мы входим и садимся. Следом за нами Анна Анатольевна Ткачёва и Марина Владимировна Воронич (они представляются) – наши лекторы.*

*Что такое волонтерство? Кто такой волонтер? Вот кто-то из зала говорит: «Доброволец». Это верно. Волонтерство – это безвозмездная помощь другим людям. Безвозмездная. Именно так. Все просто и ясно. Теперь Анна предлагает стать в круг и познакомиться. Все стесняются, но называют имена и делают свой любимый жест. Граница между чужими людьми мешает чувствовать себя раскованно, но с каждым новым совершенным жестом эта граница растворяется. Люди в кругу, по большей части знакомые друг другу, узнают товарищей с новой стороны. Круг замыкают наши лекторы и организаторы проекта, Анна и Марина. Они рассказывают про свою жизнь, как они стали волонтерами, какие препятствия преодолевали: занимались общественной деятельностью, жертвовали собственным временем, силами и средствами, не получая ничего взамен. Это похвально, но у меня возникает вопрос: ради чего?*

*Теперь они предлагают сыграть в игру. Все разделяются на пары. Каждый берет у каждого (напарники берут друг у друга) интервью. Расскажи о себе. Зачем решил стать волонтером. Другому человеку нужно рассказать о своих чувствах, сподвигнувших на участие в проекте. Еще один барьер. Люди привыкли скрывать свои чувства, но искренние улыбки наших кураторов заставляют раскрыться сердцем. Забота о больных стариках, брошенных детях, оставленных на улице животных, – каждый может им помочь,*

чем-то поделиться. Навыки строительства, вязания, рукоделия, организации праздников, музыкальных концертов и даже йога. Они ищут себя в своих занятиях, хотят принести в общество свои навыки, но почему же именно волонтерство? Да, я начинаю понимать, как ответить на этот вопрос. Мне подсказывают глаза Анны и Марины – их светящиеся, живые глаза!

Что-то необъяснимое происходит здесь и сейчас: в актовом зале ИКП № 21. Барьеры между людьми падают под натиском искренности и доброты. Волонтерство – просто ли это помощь? Нет. Это нечто большее. Невидимое взаимодействие совершенно разных людей. От души к душе. Именно так.

Я был закрыт, отстранен, я боялся жить, отворачивался от очевидных проблем человеческого общества. Захотелось сломать все границы и предрассудки, я почувствовал и ясно осознал в себе потребность в помощи тем, кто в этом нуждается. И всё это не из жалости... Любовь – необъятное слово, огромное и возвышенное – я боюсь его, но впереди ещё множество занятий, теоретических и практических, чтобы раскрыть в себе способность к состраданию, научиться излучать добро, получая взамен бесценный дар – возможность стать настоящим Человеком.

Сегодня я понял: я так ещё мал и слаб, и это только начало долгого пути. Пути любви и сострадания.

Я человек этого мира. И мир ждёт, когда я пойду ему навстречу, приму его со всей несправедливостью и жестокостью, отыскав среди лжи частичку света, прежде всего в самом себе.

Спасибо Анне Анатольевне и Марине Владимировне за это, я понял истинные мотивации волонтеров и смог приобщиться к проекту.

Счастливого будущее в наших руках, в каждом произнесенном добром слове, в каждом совершенном поступке. Не упускайте его!

Автор осужденный Г.

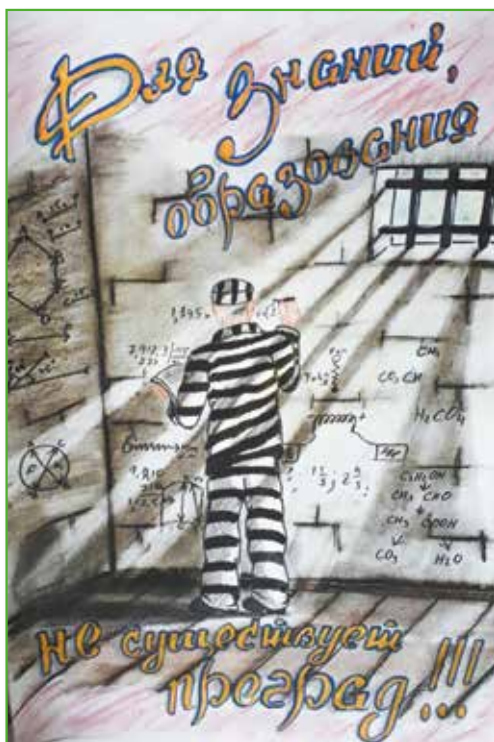


Рисунок осужденного Е.  
к Международному дню образования  
в тюрьмах, который ежегодно проходит  
13 октября

## К учебному курсу «Школа здоровья»

### Упражнение «Снежный ком»

**Цель:** Познакомиться друг с другом, разрядить обстановку.

**Ход упражнения:** Участники по очереди называют свое имя вместе с каким-нибудь прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Следующий по кругу должен назвать предыдущих участников, а затем себя. Таким образом, чем дальше по кругу, тем больше придется называть имен с прилагательными. Это облегчит запоминание и разрядит обстановку.

### Упражнение «Жизнь с болезнью»

**Цель:** Изменение взгляда на проблему зависимости.

**Материалы:** листочки бумаги 5×5, ручки для каждого участника.

**Ход упражнения:** Каждому выдается по 12 листочков бумаги, и просят написать на 4 листочках названия любимых блюд, на 4 – названия любимых занятий, на 4 – имена близких людей. После того, как участники это сделали, ведущий предлагает: «Давайте поставим себя на место наркомана для того, чтобы лучше понять, что с ним происходит. Итак, человек выбрал удовольствие, которое дает наркотик, а за это нужно платить и не только деньги. Поэтому я прошу вас отдать по 1 карточке: блюдо, занятие, человека. Далее зависимость требует еще жертв и так до тех пор, пока ничего не остается. Наркоман не может контролировать ситуацию», – поэтому последний листочек забирает ведущий сам. Это говорит о том, что наркоман бессилён и не может управлять своей жизнью.

**Обсуждение:** «Как себя чувствовали во время игры, как сейчас, с чем или кем труднее всего было расставаться?» После игры нужно провести эмоциональную разгрузку – «Это игра, и, надеюсь, что это никогда не случится в вашей жизни». После этого предложить участникам поделиться чувствами. Если напряжение остается, нужно провести игру на снятие напряжения.

### Упражнение «Степной огонь».

**Цель:** стимуляция опыта инфицирования при рискованном поведении в безопасных для участников условиях.

**Материалы:** Карточки по количеству участников. На 2 карточках написаны знаки «–», на одной «+»; на других «Не участвуй в игре». «Ни с кем не разговаривай». «Не подписывай чужих карточек и не давай другим подписывать свою карточку»; остальным выдаются пустые карточки.

**Инструкция:** Раздаются карточки. То, что там написано, нужно держать в секрете и собрать три подписи-Имени на свою карточку (на той стороне, где нет надписи), выполняя индивидуальные указания-рекомендации.

**После выполнения:** «Встаньте те, у кого на карточке крестик». (Встает один участник.) «Извини, но твои анализы показали наличие у тебя ВИЧ-инфекции».

«Встаньте те, у кого на карточке есть имя этого участника». (Встают.) «Вы подвержены риску заражения и теперь должны сдать анализы».

«Встаньте те, у кого есть имена участников, которые уже стоят» (Встают.) «Вы тоже подвержены риску заражения».



«Теперь встаньте те, кто собрал подписи тех, кто уже стоит». Продолжать процесс до тех пор, пока все участники встанут, кроме тех, кто не участвует в игре.

«Посмотрите теперь, у кого на карточке знак «-». Это означает, что вам удалось избежать заражения. Анализы показали, что у вас нет ВИЧ-инфекции. Вам повезло, вы можете сесть. Не всегда так бывает».

«Остальных поздравляю с тем, что вы не подвергали себя риску, но пока это только благодаря моей рекомендации не участвовать в игре, а не вашему собственному выбору».

**Обсуждение:** «Что чувствует теперь тот, у кого есть крестик? Что группа чувствует по отношению к нему? Что все участники думали о тех, кто не принимал участие в игре? Что вы думаете о них теперь? Что чувствуют люди, которые узнали, что воздержание от контакта защитило их от ВИЧ-инфекции? Что чувствуют те участники, которые подписали или дали подписать ВИЧ-инфицированным?»

**Резюме-информация:** «Это всего лишь игра. Конечно, все участники группы здоровы. Но теперь вы понимаете, как незаметно для себя вы можете попасть в ситуацию, когда ВИЧ-инфицирование может оказаться почти неизбежным. Может быть, этот опыт поможет вам в сложных ситуациях, когда вам нужно будет сделать правильный выбор».

## Выдержки из «Книги жизни: я – волонтер»

(писали осужденные ИКП № 21, стилистика авторов сохранена)

**Осужденная О.:** История нашего волонтерского движения началась с одного собрания, где администрацией учреждения было предложено заняться волонтерской деятельностью. Поначалу я даже не представляла, как все будет, с чего начать, но очень хотелось просто помогать. Теперь я понимаю, что волонтерство для меня и нашего добровольческого отряда – это образ жизни. Скажу точно, что с момента образования нашей волонтерской деятельности в моем сердце и в сердцах других осужденных многое поменялось. Ведь волонтер – это человек с честной совестью и богатой душой. Я считаю, что волонтерская работа среди осужденных помогает человеку оставаться человеком, помогает растопить сердце, и все мы понимаем, что в мире, где каждый сам за себя, не выживает никто. Ведь как хорошо дарить добро и самому становиться лучше, ты начинаешь ощущать себя по-другому, и отношение к тебе со стороны окружающих тоже меняется. Погрузившись в эту работу, я начала искать интересные проекты, идеи, чтобы сделать ярче жизнь тем людям, которые в этом нуждаются. За время нашей волонтерской работы было много сделано. Мы занимаемся помощью больным старикам, стараемся делать все, чтобы об этих людях вспоминали всегда. Для нас в радость убрать в комнатах, постирать одежду, устроить праздник да и просто выслушать стариков. Иногда у меня возникает такое чувство, что это не я пришла помочь им, а они помогают мне. И за это им большое спасибо.

**Аноним:** Описывая свое отношение к волонтерскому движению, я все-таки больше опишу свое отношение к ... человеку. Само движение изначально для меня было чем-то вроде отметки, что... вот посмотрите, я молодец, мне не чужды людские качества, я добрый и отзывчивый. Посмотрите осужденные! Посмотрите администрация! В общем, показуха. И мне не стыдно за это. В принципе очень многое в жизни делается с первоначальной целью личной выгоды. И волонтерское движение – один из способов заявить о своей человечности, даже если ее не так уж и много, кто знает? Единственная возможность узнать истинные побуждения твоего прихода в волонтерское движение – это время... И пока наш физический труд был востребован, мы исправно помогали администрации дома престарелых в уборках, ремонтах, помощи по уходу за лежачими стариками, я даже не заметил, когда наступил момент и наша работа стала все менее необходима. Цель движения в какой-то момент свелась к проведению концертов. Как раз при проведении одного из них человек из нашей колонии попросил меня помочь довести бабушку, где пели и танцевали. Бабушка оказалась сказать старой – ничего не сказать. 94 года! Но, несмотря на проблемы с ходьбой, она была в здравом уме да и с памятью у нее все в порядке. Она помнила войны, вождей, времена, когда было совсем тяжело, и времена, которые, по ее мнению, были лучше, чем нынешние. Она охотно делилась своими воспоминаниями, что, например, у меня, не могло не вызвать интерес. Так я стал приходить уже непосредственно





к ней. Слушать ее историю, которую она называет «книга». Рассказывать ей свои. Так я забыл о том, что пришел туда ради какого-то плюса в глазах окружающих. Скажу больше, если бы сейчас мне заявили о том, что посещение дома престарелых будет расцениваться как «минус» в глазах окружающих меня людей... Да хоть пять минусов! Но не пойти к ней я не смогу. Даже не знаю, как описать свое отношение к этому человеку. Так как это немного другой уровень. Уровень, на котором словами не получится дать объяснение тому, какие чувства испытываешь. К тому же приходят мысли о том, что она появилась в моей жизни не случайно, а как показатель того, что есть ценности, намного важнее материальных. Ей неважно, что я прихожу к ней из колонии, так же, как и не важно было бы, если бы я прилетал к ней на частном самолете. Главное, что нам интересно поговорить, послушать друг друга. Внимание! Вот что важно. Когда ты одинок, никакие блага не скрасят жизнь. Когда рядом небезразличные люди, пусть и неродные, отсутствие уюта, быта, даже отсутствие крыши над головой не смертельно! Одиночество смертельно! Примерно такая мораль сама собой возникает и укрепляется в моей голове. И с течением времени все больше осознаю свою значимость в ее жизни, так же, как и ее значимость в моей. По воскресеньям я с собой приношу ей уверенность в том, что она не одна. Она показывает мне ценности простейших вещей, которые мы начинаем понимать тогда, когда... уже поздно! Я благодарен Потерухиной Марии Афанасьевне за то, что благодаря ей открываю в себе качества, в которых раньше не нуждался, которые являются одним из составляющих человека. Настоящего человека! Не для показухи. И благодарен Ковалевской Елене Викторовне за то, что привела меня в волонтерское движение и познакомила с бабушкой, тем самым дала мне возможность стать кому-то примером. Ведь сегодня нас было уже 17!

**Осужденный Ф.:** Я совершил ужасное преступление. Лишил жизни человека. Мать своего сына. Ему было 14 лет, и эту свою вину перед ним я не смогу искупить за всю оставшуюся жизнь. Даже представить невозможно, что он пережил. Сейчас он взрослый и у него свои дети. Две девочки – мои внучки, которым 9 лет и 3 года... Детей я любил всегда, они это чувствовали, легко находил с ними общий язык... Когда появилась возможность выехать в приют, где находятся дети из неблагополучных семей, у меня не было никаких колебаний. Дети являются той отдушиной, которая не была заполнена все эти долгие годы. После каждой поездки становишься как бы лучше и чище, и хочется делать больше добра, которого так мало в нашем мире.

**Осужденный А.:** Когда вспоминаю свои первые посещения интерната для инвалидов и пожилых людей, а также детского дома, сразу сердце обливается кровью при виде плачущего пожилого человека, растроганного вниманием и заботой, и улыбающегося малыша, которого берешь на руки. В такие моменты начинаешь понимать: ты ему нужен, ты им можешь помочь, и они в этом нуждаются. И сразу в голове крутятся мысли: «за что жизнь с ними так»? А ответа нет. Они внутри тебя, и от этого больно. Становится еще больней, когда малыш обнимает тебя и видишь слезы более взрослых ребятешек. Об этом тяжело писать, а еще тяжелее говорить. В интернате для инвалидов и пожилых людей испытываешь такие же чувства



сострадания, боль и тяжесть. По-другому быть не может. Многие люди в интернате опустили руки и потеряли всякую надежду на дальнейшую жизнь и просят о смерти. И это уже страшно слышать. Оказывая всякую помощь и поддержку, замечаешь, что у людей появляется надежда, интерес, они понимают, что не только нужны Богу, но уже кому-то нужны на земле и не одиноки. Видя их улыбки и радость на лице, ты понимаешь, что проделанная тобой работа была не зря. Пример тому, как я познакомился с дедушкой. При первой встрече на его лице была только злость и ненависть ко всему миру. Он для него был серый. Спустя какое-то время моего посещения и общения с дедушкой на его лице уже присутствует улыбка, радость и главное, желание жить. Он не опустил руки. До моего общения дедушка был в движении ограничен. Уже понемногу ходит с помощью. И с каждым днем все больше и больше, а также строит планы на будущее. И мир для нас с ним стал светлым и радостным... Наградой для меня стало осознание своей полезности, улыбки и солнечных глаз тех, кому я помогаю.

**Осужденный В.:** Первый приход в дом-интернат меня поразил. Поразила атмосфера, царящая в заведении. Тягучая, густая атмосфера человеческого горя, одиночества, беспомощности и душевной боли и тишина... Старики и инвалиды смотрели на нас с недоумением и интересом: кто мы, зачем пришли, чего хотим. Мы начинали сначала робко и осторожно, затем с каждым разом все более и более активно помогать сотрудникам учреждения в обслуживании стариков и инвалидов. Постепенно мы завоевывали их доверие, общение становилось все более близким, доверительным. Каждый контакт оставлял в моем сердце неизгладимое впечатление, боль, интерес и непрекращаемое желание вернуться. Чтобы помочь этим людям, поддержать их, побыть с ними рядом.

Подписано в печать 30.11.2018. Формат 60x84 1/16.  
Бумага мелованная. Печать цифровая. Тираж 100 экз.