

Кураторский час с элементами тренинга
Тема: «ВИЧ/СПИД – остановим счётчик».

Цель: информирование о способах распространения и профилактики ВИЧ/СПИД.

Задачи:

- сформировать представления о ВИЧ/СПИД;
- проинформировать о способах распространения и профилактики ВИЧ/СПИД;
- научить оценивать ситуации пребывания в зонах риска и соблюдать меры предосторожности.

Участники: обучающиеся 1-2 курсов

Время проведения: 60 минут.

Оборудование: карточки с ситуациями, карточки для сбора подписей, карточки для игры «Цепная реакция», стикеры, таблички степени риска, скотч, макет счётчика.

План занятия:

1. Приветствие.
2. Показ видеоролика.
3. Информационный блок.
4. Упражнения «5 секунд».
5. Информационный блок.
6. Упражнение «Опасная ситуация»
7. Упражнение «Степной огонь».
8. Упражнение «Цепная реакция».
9. Рефлексия.
10. Просмотр фильма.

(На протяжении всего занятия специальный счётчик будет считать количество людей, которые могли заразиться ВИЧ-инфекцией за это время. После каждого упражнения, в результате получения новых знаний, счётчик будет замедлять темпы. По окончании занятия счётчик остановится, что будет означать остановку распространения ВИЧ-инфекции в результате информированности и безопасного поведения людей.)

Ход кураторского часа

(Счётчик начинает отсчитывать количество заражённых, за счётчиком следит волонтер, который меняет цифры на нём каждые 10 секунд. На экране слайд с названием темы.)

1. Приветствие
- Добрый день! Тема нашего кураторского часа сегодня «ВИЧ/СПИД – остановим счётчик». И для начала я предлагаю вам посмотреть видеоролик.
2. Показ видеоролика.

(Показ видеоролика о том, что к проблеме ВИЧ/СПИДа нельзя относиться безразлично,

так как это может коснуться каждого)

- Обратите внимание на ВИЧ-счётчик, чуть позже я вам объясню, что означают постоянно меняющиеся на нём цифры.

3. Информационный блок.

- Проблема, которую мы сегодня затрагиваем, не нова. Усилия всего прогрессивного человечества направлены на борьбу с Вирусом Иммунодефицита человека, который является возбудителем СПИДа!

- Что же такое ВИЧ и СПИД?

(ответы участников)

- Более 20 лет назад в мире началась эпидемия самого страшного и непонятного вирусного заболевания современности – СПИДа.

- СПИД – расшифровывается как синдром приобретенного иммунодефицита и является смертельной болезнью, средств, для лечения которой в настоящее время не существует. СПИД является конечной стадией развития ВИЧ-инфекции, то есть вируса иммунодефицита человека.

- Откуда же взялся этот вирус?

(ответы участников)

- Существуют две версии: по первой – вирус всегда жил в крови коренных жителей Африки, но, попав в кровь белых людей, изменился и стал смертельно опасен. По второй – был создан в секретной лаборатории.

- Некоторые ученые считают, что вирус ВИЧ был передан от обезьян к человеку примерно в 1926 году. Впервые врачи обнаружили людей с симптомами ВИЧ в 1980 году. А уже в 1981 году более 20 государств сообщили о наличии в их странах эпидемии СПИД. Поэтому 1981 принято считать годом открытия этого заболевания. А сам вирус иммунодефицита человека был выделен из лимфатического узла больного СПИДом в 1983 году.

- ВИЧ поражает клетки иммунной системы человека, делая их неспособными защищать организм от заболеваний. Сейчас попробуем разобраться, как это происходит.

(Слайд со схемой проникновения ВИЧ в клетку)

- Клетка вируса «обманным» путём проникает в клетку крови человека, переписывает информацию, завладевает клеткой и уничтожает её. После этого происходит размножение клеток вируса, и он начинает поражать другие клетки иммунной системы.

- Заражение клетки происходит в течение 12 часов. То есть после контакта с ВИЧ-инфицированным, человек через 12 часов может заражать других людей. Заражая других, он не подозревая о наличии у себя вируса.

- Если вдруг произошла ситуация, в которой был риск заражения ВИЧ-инфекцией, необходимо в течение 3-х суток после этого, желательнее раньше, обратиться в СПИД-центр, где специалист выяснит, насколько велика вероятность инфицирования, и при необходимости назначит курс препаратов, рассчитанный на месяц. Эта процедура снижает шансы передачи

вируса.

- Продолжительность течения ВИЧ-инфекции с момента заражения до развития заключительной стадии (собственно СПИДа) составляет до 10-12 лет. Само заболевание СПИДом длится от 6 месяцев до 3-х лет. Для того, чтобы продлить годы жизни ВИЧ-инфицированным предлагается антиретровирусная терапия, благодаря которой, он может поддерживать свой организм и прожить долгую и счастливую жизнь.

4. Упражнение «5 секунд»

- Предлагаю вам упражнение, которое называется «5 секунд». Сейчас я буду считать до пяти. Каждый раз, когда я буду произносить цифру «пять», я буду показывать на кого-нибудь из вас, и вы будете вставать. Итак, раз, два, три, четыре, пять – это ты! (Участник встает). Раз, два, три, четыре, пять – это ты! (Участник встает).

(Ведущий повторяет до тех пор, пока все участники не будут стоять.)

Вопрос для обсуждения:

- Как вы считаете, каким образом данное упражнение связано с темой занятия?

Вывод:

- Посмотрите. Вот сколько человек заразилось ВИЧ – инфекцией за то время, пока я считала.

- В мире каждые пять секунд заражается один человек. Вот поэтому важно знать все о том, как ВИЧ передается, и как этого избежать.

- В начале нашего занятия, я обращала ваше внимание на ВИЧ-счётчик. Меняющиеся цифры на нём обозначают количество заразившихся в мире людей за то время, пока идёт занятие. Конечно же, это приблизительные цифры. Каждый раз, когда вы будете получать какую-либо информацию, счётчик будет отсчитывать всё медленнее.

5. Информационный блок.

Вся информация по статистике изображается на слайде.

- В настоящее время в мире зарегистрировано более 50 миллионов ВИЧ-инфицированных. В России первый ВИЧ-инфицированный был выявлен в 1987 году. Давайте проанализируем ситуацию 2024 года.

(Можно использовать материалы презентации, подготовленной Белгородским центром профилактики и борьбы со СПИД).

- Вирус не знает географических ограничений: нет ни одной страны в мире, в которой не было бы больных СПИДом людей.

- Заразиться ВИЧ можно тремя путями:

(Слайд: пути заражения ВИЧ)

1. Через кровь (включая все случаи контакта крови ВИЧ инфицированного и здорового человека).

2. Половым путем. Есть пары, в которых один из партнеров ВИЧ-положительный, а другой - ВИЧ-отрицательный, их называют дискордантными.

3. От матери к ребенку (при развитии плода, рождении, грудном вскармливании). На сегодняшний день медицина знает достаточно много о

том, как предотвратить передачу ВИЧ от матери ребенку. ВИЧ-инфицированные женщины могут рожать здоровых, не инфицированных детей.

- Вирус ВИЧ не может жить вне организма человека. Поэтому погибает:

1. При попадании на кожу через 20 минут (его убивают бактерии);
2. При попадании в пищеварительную систему, погибает от соляной кислоты и ферментов;
3. 50-70-ти процентный спиртовой раствор убивает через несколько секунд;
4. Кипячение убивает мгновенно;
5. Дезинфицирующие вещества (хлорка) – мгновенно;
6. При нагревании до 56°C гибнет через 30 минут.

- Таким образом, ВИЧ не передается:

(Слайд: как ВИЧ не передаётся)

- при рукопожатии или объятии с ВИЧ инфицированным;
- при кашле и чихании, поцелуях;
- при использовании бытовых предметов, общих с ВИЧ инфицированным (посуды, постельного белья, ванны);
- в общественном транспорте;
- через животных, при укусе насекомых (комаров, блох, клещей и вшей).
- Не может передаваться через воздух или воду.

Поэтому общение, проживание, дружба с ВИЧ-инфицированным человеком совершенно безопасны, если соблюдать все правила гигиены.

6. Упражнение «Опасная ситуация»

(На стенде расположен ватман с надписями: высокий риск и безопасные ситуации.)

- Сейчас я предлагаю вам разбиться на три группы. Для этого мы сейчас считаемся на 1-2-3.

(Деление на группы)

- Перед вами карточки с описанием ситуаций, вам необходимо оценить степень риска в каждой жизненной ситуации и прикрепить карточку под соответствующей надписью: ситуации высокого риска заражения и безопасные ситуации, объясняя свой выбор.

- Вы можете посоветоваться в течение 3-х минут, затем выходит по одному представителю от группы по очереди, зачитывает ситуацию и крепит к соответствующей степени риска.

(После того, как группа посоветовалась, выходят по одному представителю, который зачитывает ситуацию и отвечает, к какой степени риска они отнесли её)

Список ситуаций:

Жизненная ситуация

(каждую ситуацию распечатать на отдельной карточке)

Сексуальный контакт без презерватива Высокий

Использование общего шприца для введения наркотика Высокий

Посещение бани с человеком, живущим с ВИЧ Нет

Использование нестерильных инструментов для нанесения татуировок

Высокий

Использование общей бритвы Высокий

Переливание крови с соблюдением правил забора, хранения и транспортировки крови Нет

Переливание крови без соблюдения правил забора, хранения и транспортировки крови Высокий

Различные косметические процедуры, нанесение татуировок, пирсинг с соблюдением правил и в специальном салоне Нет

Инъекции в лечебных учреждениях при соблюдении правил Нет

Сдача крови при соблюдении правил Нет

Укусы насекомых Нет

Укусы животных Нет

Использование общей посуды для приготовления пищи Нет

Уход за больным СПИДом

(ВИЧ не может передаваться через вещи, прикосновения, проживание с ВИЧ-инфицированный безопасно при соблюдении правил личной гигиены) Нет

Объятия с ВИЧ-инфицированным человеком, прикосновения Нет

Поцелуй

(в слюне слишком маленькое содержание клеток вируса, для заражения через слюну необходимо обменяться 3 литрами слюны за раз) Нет

Поездка в общественном транспорте вместе с ВИЧ-инфицированным человеком Нет

Посещение школы вместе с ВИЧ-инфицированным учеником Нет

Посещение бассейна вместе с ВИЧ-инфицированным человеком

(ВИЧ не передаётся через воду) Нет

Сексуальные контакты в наркотическом, алкогольном опьянении Высокий

Рукопожатие

(безопасно при отсутствии открытых ран у здорово и инфицированного человека) Нет

Использование общественных туалетных комнат

(ВИЧ не может жить вне организма человека) Нет

Питье из общественных питьевых источников Нет

Вопросы для обсуждения:

- После того, как мы разобрали ситуации возможного риска заражения ВИЧ инфекцией, изменилось ли ваше мнение по поводу отношения к ВИЧ-инфицированным? Каким образом?

- Прекратили бы вы общение со своими знакомыми, узнав, что они являются носителями вируса? Почему?

8. Упражнение «Степной огонь»

В повседневной жизни мы, обычно, не задумываемся над тем, что может произойти с нами в тех или иных ситуациях, насколько опасными могут быть, казалось бы, действия, которые совершают окружающие. Проверим это на примере следующего упражнения.

- Прослушайте внимательно инструкцию. Сейчас каждому из вас я раздам карточки. То, что там написано на карточке, нужно держать в секрете.

Каждому нужно собрать три подписи на свою карточку (на той стороне, где нет надписи).

(Раздаются карточки по количеству участников: 3-м участникам красные карточки, 3-м участникам зелёные карточки с надписью: «Не участвуй в игре. Ни с кем не разговаривай. Не подписывай ничьи карточек и не давай другим подписывать свою карточку»; остальным выдаются жёлтые карточки.)

После выполнения:

- Встаньте те, у кого были красные карточки. (Встает) Извините, но твои анализы показали наличие у тебя ВИЧ-инфекции.
- Встаньте те, у кого на карточке есть подписи этих участников. (Встают) Вы подвержены риску заражения и теперь должны сдать анализы.
- Встаньте те, у кого есть подписи участников, которые уже стоят (Встают) Вы тоже подвержены риску заражения.
- Теперь вставьте 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 были зелёные карточки. Это означает, что вам удалось избежать заражения. Анализы показали, что у вас нет ВИЧ-инфекции. Вы можете сесть.

Вопросы для обсуждения:

- Что чувствуют теперь те, у кого были красные карточки?
- Что группа чувствует по отношению к ним?
- 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?

Вывод:

- 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 придется отказаться от того, что делают все ваши знакомые.

9. Игра «Цепная реакция»

- Для следующего упражнения я раздам вам карточки, вы никому не должны показывать то, что написано на обратной стороне.

(Каждый ученик вытягивает карточку, 2 из них «вирус», (с надписью: «пожимай руки игрокам, а жертве после рукопожатия хлопни по плечу 2 раза») и «защита» (с надписью: «пожимай руки игрокам, а тому, кого желаешь спасти при рукопожатии покажи «класс»)), а остальные – «мирные жители» (с надписью: «пожимай руку остальным игрокам»).

- На двух карточках написано «вирус» и «защита», остальные «мирные жители».

- «Вы – мирные жители города N. Днём все жители города работают и учатся, а с наступлением вечера все отправляются на тусовку, где контактируют друг с другом. Вы можете ходить и пожимать друг другу руку.

(Участники двигаются под музыку и пожимают друг другу руки в течение минуты)

Тусовка закончилась. Сегодня в нашем городе «вирус» заразил человека во время драки с ВИЧ- инфицированным через рану.

(Если одного и того же человека выбрали «вирус» и «защита», то ведущий говорит о том, что «вирус» пытался заразить мирных жителей, но защита спасла 1 (2 - х) человек.

По такому принципу игра проводится дальше, но причиной заражения будут другие. Когда будет «заражена» половина города игру можно закончить.)

Варианты причин: заражение в результате незащищённого полового акта; в результате использования одной иглы для введения инъекций; в результате нанесения татуировки не стерильными инструментами; от матери к ребёнку при кормлении грудью; переливание заражённой крови; при пирсинге в неспециализированных салонах; при порезе через бритвенные приборы, в результате употребления наркотических средств.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы считаете, может ли проблема ВИЧ/СПИДа коснуться любого человека? Почему?

- Стоит ли к этой проблеме относиться безразлично?

Вывод:

- Неправы те люди, которые думают, что не может случиться со мной. К проблеме ВИЧ нельзя относиться безразлично.

10. Рефлексия

- Мы сегодня с вами поговорили о проблеме ВИЧ/СПИДа, пополнили свои знания об этом заболевании и я предлагаю вам написать на стикерах и прикрепить на ватман то, что дало нам занятие, что нового мы узнали.

- Давайте теперь посмотрим, что вы написали.

(Ведущий читает кто, что написал)

- Анализируя то, что вы написали, можно сделать вывод: вам удалось усвоить правила безопасного поведения, а значит, вы сможете избежать заражения ВИЧ-инфекцией. Поэтому наш ВИЧ-счётчик можно остановить! И теперь давайте сделаем вывод, каким же образом можно остановить этот «счётчик» ВИЧ-инфицированных людей?

(Необходимо вести правильный образ жизни и придерживаться рекомендаций врачей; знать о том, какими путями передаётся ВИЧ; избегать половых контактов с малоизвестными людьми, а так же с людьми из группы риска; не пользоваться чужими предметами личной гигиены.)

(Слайд с лозунгом)

- Лозунг « Всё в твоих руках!» должен стать нормой жизни для каждого человека!