

**МЕТОДИЧНЕ ОБ»ЄДНАННЯ**  
**ВЧИТЕЛІВ ОСНОВ ЗДОРОВ»Я**

**Захисти себе від ВІЛ**

**Тренінг**  
**« НІ!» ДИСКРИМІНАЦІЇ»**

*Підготувала і провела  
вчитель основ здоров»я  
СЗШ І-ІІІст. №1  
смт Крижопіль  
Боса Тетяна Григорівна*

## **Тривалість**

90 хвилин

## **Мета**

Формування толерантного ставлення до ВІЛ-позитивних людей.

Тренінг навичок протидії стигмі і дискримінації.

## **Очікувані результати**

Після тренінгу учасники:

- Називають приклади прав людини і причини порушення цих прав;
- Пояснюють суть термінів «стигма» і «дискримінація»;
- Пояснюють, що відчуває жертва «стигми» і «дискримінації»;
- Наводять приклади проявів стигми і дискримінації ВІЛ-позитивних людей

## **Обладнання і матеріали**

- Папір форматів А2, А3, А4
- Маркери ,фломастери
- Заціпки для білизни трьох кольорів(червоні ,зелені, жовті) за кількістю учасників. Одна – синя.
- Плакат: «Стигма і дискримінація»

## Орієнтовний план

<i>Тренінгові активності</i>	<i>Час</i>
Привітання ,зворотній зв'язок	5 хв.
Стартові завдання .Гра «Заціпка»	10хв.
Обговорення: «Що відчуває жертва дискримінації»	10хв.
Інформаційне повідомлення: Як протидіяти стигмі , дискримінації і СНІДофобії»	10хв.
Робота в групах : « Стигма і дискримінація»	15хв.
Обговорення притчі : « Як здолати страх»	5хв.
Міні-лекція: « ВІЛ/СНІД і право»	10хв.
Робота в групах : « ВІЛ і права людини»	15хв.
Зворотній зв'язок ,завершення тренінгу	10хв.
	Всього: 90хв.

1. Привітання

Кожен учасник отримав папірець. Прошу Вас намалювати на ньому Герб вашої родини. Для цього папір умовно ділити на 4 частини . В одній частині пишете ,можете намалювати «Що я найбільше люблю робити» (4 дії),в другій частині «Де я найбільше люблю відпочивати» (4 місця), « Найдорожчі для мене люди»(4 чоловіка ) , « 4 Побаження дорогим людям»

Для цієї вправи Вам дається 2 хвилини. По завершенню часу Ви маєте презентувати свій Герб.

2. Давайте ми з вами пригадаємо про що ми дізналися на минулому тренінгу ..

3. Сьогодні ми будемо працювати за програмою останнього модулю у Проекті «Захисти себе від ВІЛ» .Назва модулю « Протидія дискримінації. Підтримка людей ,які живуть з ВІЛ»

4. Для кращого ефекта нашої співпраці давайте повторимо Правила роботи групи.

5. Наша наступна вправа «Очікування»

Кожна людина мріє жити в любові і повазі. За Пірамідою потреб Маслоу Потреба у повазі і любові є базовою потребою.

На дошці намальована людина . У вас є стікери у формі сердечок.

Давайте напишемо на них наші очікування і причепимо навколо цієї людини ,ніби оточимо своєю любов»ю.

6. Наступне наше завдання – гра «Защипка». Як для кожної гри давайте надінемо на себе костюми ,як справжні актори.

Головна умова ви маєте всі мовчати. Розмовляти забороняється. Прошу всіх встати. У кожного з Вас на плечах є защипки. Прошу об'єднатися в групи за кольорами защипок, але не розмовляти.

Дякую прошу всіх сісти. Скажіть мені ,будь ласка :

- Що відчував волонтер ,який грав жертву?
- Що відчували решта учасників?

Наша гра закінчилась. Прошу всіх акторів зняти з себе костюм в уявну костюмерну.

7. Я прошу всіх об'єднатися в три групи «Любити», «Співпереживати», «Допомагати». (с.150)  
Кожна група отримала конверти зі завданням. За 3 хв. Команди повинні відповісти на такі питання:
  - Що відчуває хлопець?
  - Що він думає про людей свого містечка?
  - Що на вашу думку його найбільше образило і чому?
8. Інформаційне повідомлення. «Як протидіяти стигмі, дискримінації, СНІДобобі» (с.147)
9. Давайте ми з вами трішечки відпочинемо. Граємо в гру «Лавата»
10. Робота в групах «Стигма і дискримінація» (с.148)  
Об'єднаємося у 4 групи «Мама, тато, дочка, син»  
Прочитайте твердження на жовтій табличці і за 3 хв. Дайте відповідь на питання, які написані вище таблички.
11. Обговорення притчі «Як здолати страх» (с.149)  
Давайте об'єднаємося у 2 групи «Сонце», «Місяць»  
Прочитайте, будь ласка, притчу і нехай «Місяць» відповість «Що породжує страх», а «Сонце» - «Як його позбутися».
12. Працюємо ми гарно, але треба і відпочинку час приділити. Гра «Пальма, індіанець, слон». Розвиваємо рухливість і увагу.
13. Чудово. Сідаємо на стільчики і об'єднаємося в 4 групи  
«Люблю», «Бажаю», «Треба», «Буду».  
Кожна група в конверті отримала ситуацію, яку треба розглянути. За 2 хв. Групи скажуть нам які права були порушені і як би ви порекомендували їх виправити.
14. Протягом нашого тренінгу ми забули про нашого гостя - чоловічка, якого на початку заняття оточили своїми серцями. Так і в житті, за своїми власними турботами і проблемами ми забуваємо про тих, хто бажає почути добре слово, відчути руку підтримки. Я прошу вас, якщо ваші очікування справдилися, то перенести свої серця поближче до серця, тому що саме серцем ми відчуваємо турботу і безпеку.
15. Завершується наш тренінг. Я прошу всіх встати в коло, взяти свого сусіда за руку і послухайте притчу:

Однажды к древнегреческому философу Сократу (470-399 гг. до н.э.) прибежал взволнованный человек и попытался что-то ему рассказать:

- Сократ, я хочу тебе рассказать, как один друг...
- Подожди, подожди! – прервал его мудрец. – Ответь мне сначала на вопрос: просеял ли ты то, что хочешь рассказать мне, через три сита?
- Какие ещё три сита? – удивился мужчина.
- Позволь мне объяснить тебе: попытайся сначала пропустить свой рассказ через три сита. Если он просеется, тогда расскажешь мне. Первое – это сито правды. Правда ли то, что ты хочешь мне рассказать?
- Не знаю... – с сомнением в голосе сказал посетитель. – Я слышал это от других..
- Но тогда ты, должно быть, просеял твой рассказ через второе сито! – продолжал Сократ. – Это сито доброты. Действительно ли то, что ты хочешь мне сказать, – это нечто доброе, созидательное?
- Нет, не думаю, – честно признался собеседник. – Но...

Мудрец снова остановил его:

- Тогда возьмём ещё третье сито и поставим вопрос: так ли уж необходимо, чтобы ты сказал мне то, с чем ты пришёл?
- Нет в этом необходимости...
- Значит, – улыбнулся Сократ, – если в этом нет ни правды, ни доброты, ни необходимости, то оставим это! Не говори и не обременяй этим ни меня, ни себя.

А тепер давайте візьмемося тісніше за руки і скажемо :

« Давайте завжди залишатися людьми!»

## Права людини і права дитини:

. Усі люди народжуються вільними і рівним у своїх правах.

. Усі люди рівні перед законом.

. Кожна людина має право на захист її свободи і безпеки.

. Кожна людина має право на роботу і захист від безробіття.

. Кожна людина має право на отримання медичної допомоги.

. Кожен має право на досягнення максимального можливого рівня фізичного і психічного здоров'я.

. Діти мають право на отримання медичної допомоги в першу чергу

. Усі діти мають право на інформацію, навчання і всебічний розвиток своїх здібностей.



- Чи відповідають дійсності ці висловлювання?
- Чи є вони справедливими?
- Чи допоможе таке ставлення подолати епідемію?
- Як ви думаєте ,чому одні люди дискримінують інших?
- Чому важливо цього не робити?
- Як би ви повелися ,коли б у вашій присутності ображали ВІЛ-позитивну людину?

<b>Стереотипи</b>	<b>Погоджуюсь</b>	<b>Ні</b>
«На це хворіють лише наркомани і повії»		
«Не варто їх лікувати ,вони приречені на смерть»		
«СНІД поширюють переважно біженці й мігранти»		
«ВІЛ-інфіковані отримують по заслугі»		
«Їх усіх треба ізолювати від суспільства»		
«ВІЛ-інфікованим дітям не місце в школі»		
«Треба триматися подалі від тих , у кого в родині є хворі на СНІД»		

## Як здолати велетня

У далекій країні жив велетень. Щороку в один і той самий день він спускався з гір, підходив до міської брами і починав погрожувати мешканцям міста.

- Нехай найхоробріший із вас вийде на бій зі мною!- волав велетень громовим голосом. – Інакше я перетворю це місто на купу сміття... Щороку міська брама відчинялася, і один воїн виходив на бій з велетнем. Той, побачивши жертву, реготав і насміхався з людей:
- Оце і є найхоробріший із вас? Та я вб'ю його одним ударом! І ще жодному воїнові не вдалося хоча б вихопити меча, усі вони стояли, немов зачакловані, аж доки сокира велетня зносила їм голову. Одного разу напередодні страшної події до міста завітав хоробрий лицар. Побачивши зажурені й налякані обличчя перехожих, він запитав у них, що сталося.
- Це все через велетня, - почув у відповідь.
- Якого ще велетня? – здивувався лицар. І люди розповіли йому про свою біду.
- Побачимо, що це за велетень, - сказав лицар. – Цього разу я сам битимуся з ним.

Того дня, коли велетень з'явився біля міської брами, лицар уже чекав на нього з мечем у руках. Побачивши велетня, він був вражений його розмірами й страшним виглядом і мало не пожалкував про своє рішення. Та відступати було пізно, і лицар, зібравши в кулак усю свою відвагу, рушив на велетня.

Ступив кілька кроків, він помітив, що велетень не лише не збільшився (як це мало б бути при наближенні), а навпаки, навіть трохи зменшувався. Лицар рушив далі, не відводячи очей від супротивника. Та що ближче він підходив, то меншим ставав велетень. Він зменшувався і зменшувався просто на очах. А коли лицар підійшов до нього впритул, то побачив, що на зріст велетень не більш як тридцять сантиметрів.

- Хто ти? – запитав лицар, схилившись над ним.
- Моє ім'я Страх, - відповів велетень і розтанув у повітрі.

## ВІЛ/ СНІД і право

### *Права людини в контексті епідемії ВІЛ/СНІДу*

Будь-які соціальні потрясіння (війни, епідемії, економічні кризи) ускладнюють реалізацію прав людини. Наприклад, від епідемії ВІЛ/СНІДу найбільше потерпають ті, хто через бідність чи соціальний стан не має змоги вберегтися від зараження.

У деяких країнах (наприклад, в Індії) – це молоді дівчата, яких видають заміж за старих чоловіків. Вони не знають про небезпеку зараження і не рівноправне становище в родині.

В Україні епідемія ВІЛ/СНІДу найбільше поширилась у регіонах, де через високий рівень безробіття молоді люди не впевнені у своєму майбутньому, легко потрапляють у тенета наркотичної залежності та секс-бізнесу.

Порушення прав людини є не лише джерелом, а й наслідок епідемії. Без перебільшення можна сказати, що кожен ВІЛ-інфікований стає жертвою стигми і дискримінації. Породжене невіглаством і безпідставним страхом, це ганебне явище спричиняє істерію і суспільну ізоляцію людей, які живуть з ВІЛ, їхніх чоловіків і дружин, батьків і дітей, родичів і друзів.

## ***Законодавство України у сфері протидії епідемії ВІЛ/СНІДу***

У деяких країнах, охоплених епідемією ВІД/СНІДу, ця проблема замовчується. Там не проводять тестування на ВІЛ-інфекцію, не лікують ВІЛ-позитивних, а профілактика серед молоді проголошується навчанням розпусти. У цих країнах люди інфікуються в лікарнях, молодь не має змоги захистити себе, а ВІЛ-позитивні залишаються сам на сам зі своїми проблемами.

Ефективні заходи боротьби з епідемією ґрунтуються на визнанні й захисті прав людини на рівні держави. Адже коли захист прав людини здійснюється на належному рівні, інфікується менша кількості людей, а інфіковані ВІЛ та їхні родини успішно долають пов'язані з хворобою труднощі.

Україна має прогресивне законодавство у сфері протидії епідемії. Воно гарантує право на добровільне і конфіденційне тестування на ВІЛ-інфекцію, збереження лікарської таємниці, соціальний захист людей, які живуть з ВІЛ. Передбачено також заходи щодо профілактичної освіти молоді.

Проблема в тому, що іноді положення цього законодавства порушується або бракує коштів для їх виконання.

## Права людини і права дитини:

- . Усі люди народжуються вільними і рівним у своїх правах.
- . Усі люди рівні перед законом.
- . Кожна людина має право на захист її свободи і безпеки.
- . Кожна людина має право на роботу і захист від безробіття.
- . Кожна людина має право на отримання медичної допомоги.
- . Кожен має право на досягнення максимального можливого рівня фізичного і психічного здоров'я.
- . Діти мають право на отримання медичної допомоги в першу чергу.
- . Усі діти мають право на інформацію, навчання і всебічний розвиток своїх здібностей.

### *Ситуація 1*

«Моїй онучці 9 місяців. Вона перебуває на обліку в СНІД- центрі. Коли ми прийшли на плановий огляд до дитячої поліклініки, лікар не оглянула дитину і навіть попросила не роздягати її. Вона пояснила це тим, що потім сюди приїдуть інші, здорові діти, і це може бути небезпечно для них».

### *Ситуація 2*

«До дитячого садка ми ходили рівно місяць. Хоч коли б я не прийшла за дитиною, вона завжди сиділа на стільчику окремо від інших дітей. До неї ставилися як до ВІЛ- позитивної – давали зрозуміти, що нам тут не місце».

### *Ситуація 3*

«Коли я лікувався у тубдиспансері, мені сказали, що змушені виписати мене, тому що ліжок не вистачає навіть для тих, у кого немає ВІЛ».

### *Ситуація 4*

Два роки тому Олена дізналася свій діагноз – ВІЛ-інфекція. Нещодавно вона влаштувалася на поліграфічне підприємство. Але світ не без «добрих» людей, і про діагноз дівчини стало відомо на роботі. Її негайно звільнили. Наступного дня Олена прийшла до обласного центру з профілактики і боротьби зі СНІДом і побачила в коридорі своїх колег, яких адміністрація направила на примусове обстеження.

Коли я кашляю ,люди зупиняються,щоб подивитись ,на якій відстані я перебуваю.

Одного разу я прийшов до своєї дівчини .Вона була знервована . « Що сталося?»- запитав я . « Мої батьки вважають ,що нам не можна більше зустрічатися», - відповіла вона.

Власник кафе упізнав мене ,коли я попросив склянку води . Замість неї він запропонував мені банку Коли.

Мої батьки дізналися ,що один з учителів не хотів ,щоб я повертався до школи . « Я не можу в це повірити , - сказав я. – Він був моїм улюбленим вчителем».

З моєю мамою було ще гірше. Її подруги на роботі не захотіли з нею розмовляти .У магазині їй не дозволили торкатися продуктів. У деяких магазинах у неї не захотіли приймати грошей.

Моїм однокласникам батьки наказали триматися якнайдалі. Вони сказали, що я повинен користуватися тільки одноразовим посудом ,щоб його можна було викинути після використання.



Мені не дозволяють ходити на фізкультуру і грати у футбол.

Коли я запросив двох дівчат на день народження , вони відмовилися прийти.

А одного разу у мене украли книжку й написали у ній погані слова. Вони кинули її мені під ноги і сміялися

## **ЯК ПРОТИДІЯТИ СТИГМІ , ДИСКРИМІНАЦІЇ І СНІДОФОБІЇ**

**Стигма ( тавро )** – стереотип , який існує в суспільстві стосовно того , що певні якості людей або їхня поведінка є ганебними й аморальними

**Дискримінація**- це стигма у дії , порушення або позбавлення людини прав, наприклад, через стан її здоров'я

**СНІДофобія** – страх перед зараженням ВІЛ , який виходить за межі здорового глузду.

## **ПРАВИЛА РОБОТИ**

### **ГРУПИ**

***Говорити стисло.***

***Виконувати Правило рук.***

***Бути толерантним.***

***Бути активним.***

***Правило «Тут і тепер».***

***Вимикати телефони***