



**Волонтеры
медики**

Всероссийское
общественное движение

Всероссийский проект «Школа волонтера- медика 1.0»»

**Всероссийского общественного движения
«Волонтеры-медики»»**

**Всероссийский проект «Школа
волонтера-медика 1.0»
Всероссийского общественного движения
«Волонтеры-медики»**

**г. Москва,
2022 г.**

Школа волонтера-медика 1.0

Цель: повышение мотивации волонтеров-медиков к системному участию в добровольческой деятельности в сфере здравоохранения посредством вовлечения в интерактивно-образовательные занятия Школы волонтера-медика 1.0 (Далее – ШВМ 1.0).

Задачи:

- вовлечение добровольцев в медицинскую волонтерскую деятельность;
- повышение мотивации волонтеров-медиков к участию в добровольческой деятельности в сфере здравоохранения;
- развитие личностных качеств и коммуникативных способностей волонтеров-медиков;
- выявление лидеров волонтерского движения в сфере здравоохранения;
- всестороннее расширение базы знаний волонтеров-медиков.

Результат: формирование группы активистов регионального отделения из обычных волонтеров-медиков

Технология реализации:

1. Определение потребности в проведении ШВМ 1.0 в регионе
2. Сбор команды организаторов
3. Подготовка методических материалов
4. Запуск набора и регистрации участников ШВМ 1.0
5. Проведение ШВМ 1.0
6. Заполнение отчетной формы по ссылке в диалоге координаторов специальных проектов

Инструкция по проведению занятий

К участию в ШВМ 1.0 приглашаются волонтеры региональных и местных отделений ВОД «Волонтеры-медики», ранее не обучавшиеся в ШВМ 1.0.

Организаторами ШВМ 1.0 является региональное отделение с командой региональных координаторов по направлениям. Ответственное лицо за проведение ШВМ 1.0 - координатор специальных проектов в регионе или региональный координатор. Занятия проводятся в группах (по 10-30 человек) в зависимости от специфики направления Школы и аудитории, на которую рассчитана ШВМ. Цикл занятий включает в себя 8 интерактивно-образовательных мероприятий, по окончании которых выдается типовой сертификат за подписью регионального координатора. Возможно два варианта организации: 1 – 8 занятий 1-2 раза в неделю по 1,5 часа в течение 1-2 месяцев; 2 – организация выезда, рассчитанного на 2 дня по 4 занятия каждый день.

Перед проведением каждого занятия ответственному за проведение ШВМ 1.0 необходимо внимательно ознакомиться с планом проведения и инструкцией, подготовить все необходимые материалы, при необходимости скорректировать или уточнить отдельные пункты в соответствии с особенностями и потребностями группы, тематикой проводимой Школы. На усмотрение ответственного в рекомендованные к проведению занятия могут быть добавлены какие-либо упражнения по заданной теме. Возможно дополнение в виде вводной мини-лекции перед занятием (не более 15 мин), после занятия – выделено дополнительное время на рефлексии: обсуждение, обмен выводами и впечатлениями.

СТРУКТУРА ШВМ:

1 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Знакомьтесь, волонтеры-медики»

Цель: знакомство участников, объединение в группы

Перед началом занятия проводится презентация ВОД «Волонтеры-медики» и рассказ обо всех направлениях, показ ролика, мультика, далее - знакомство участников в игровой форме

2 ЗАНЯТИЕ

Цель: формирование и развитие навыков эффективной мотивации

3 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Лидерами не рождаются, лидерами становятся»

Цель: выявление и развитие лидерских качеств

4 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Раскрой себя»

Формат проведения: упражнение Джеффа

Цель упражнения: научиться свободно и уверенно высказывать свое мнение, а также внимательно слушать окружающих

5 ЗАНЯТИЕ Тема: «Сделай лучше: преодоление проблем»

Формат: «конференция провалов»

Цель: снять тревожность по поводу возможных неудач или столкновений с проблемами, выработать навык помогать, не осуждая

Тема: «Мотивация – ключ к успеху»

6 ЗАНЯТИЕ

Цель: отработка навыков оказания первой помощи

Тема: «Окажи помощь – спаси жизнь»

7 ЗАНЯТИЕ

Цель: развитие психологических навыков взаимодействия с пациентами

8 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Добровольчество: самореализация и помощь обществу!»

Формат проведения занятия: дебаты, подведение итогов

Цель: научиться аргументированно выражать свою точку зрения и прислушиваться к мнению окружающих

1 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Знакомьтесь, волонтеры-медики»

Цель: знакомство участников с Движением, работой регионального отделения, внутренним порядком, между собой.

Перед началом занятия проводится ознакомительная презентация ВОД «Волонтеры-медики», рассказ о существующих направлениях деятельности и тех направлениях, которые реализуются в региональном отделении, показ ролика о Движении или региональном отделении, знакомство с внутренней работой отделения, далее - знакомство участников между собой в игровой форме. Для проведения знакомства возможно выбрать несколько упражнений из предложенных ниже.

Важно на первом занятии рассказать о структуре ШВМ 1.0, что ожидает участников по плану, обсудить организационные вопросы, составить правила группы обучающихся, на которые будет согласен каждый участник команды.

Примеры правил внутри группы:

- Доверительный стиль общения-единую форму обращения друг к другу на «ты»;
- Общение по принципу «здесь и сейчас» - во время обучения на ШВМ 1.0 необходимо говорить только о том, что волнует участников именно сейчас, обсуждать то,

что происходит с ними во время занятий на ШВМ 1.0;

- Уважениеговорящего-когдавысказываетсякто-тоизучастников,мыеговнимательно слушаем, давая возможность сказать то, что он хочет.

Игра на знакомство

Группа разделяется на пары, задача каждого - за 2 минуты рассказать партнеру о себе, ответив на 5 вопросов:

1. Кто я?
2. Какое самое доброе дело я сделал в своей жизни?
3. Почему я решил стать волонтером-медиком?
4. Что я жду от участия в Школе волонтера-медика, и чему я хотел бы научиться?
5. Какую одну вещь в мире я бы изменил к лучшему?

После обмена информацией каждый из партнеров должен рассказать группе о своем новом знакомом, максимально передав полученные сведения.

*Если в группе уже есть знакомые между собой люди, их необходимо ставить в разные пары, чтобы получилось максимальное количество незнакомых друг другу волонтеров-медиков.

Игра на снятие барьеров

Для этой игры потребуется много места, поэтому необходимо освободить пространство.

Инструкция для игроков:

Начните все молча двигаться по комнате. Выберите какого-нибудь члена группы и представьте себе, что вы его боитесь. Разумеется, вы не должны его бояться на самом деле,

это всего лишь игра. Продолжайте движение по комнате, но таким образом, чтобы расстояние между вами и лицом, которого вы «боитесь», становилось все больше, но ни в коем случае не показывайте ему, что вы его избегаете. (1 минута) Теперь выберите кого-нибудь, кто будет вашим Защитником. Ему вы тоже не должны показывать, что вы его выбрали. Во время движения по комнате делайте так, чтобы ваш Защитник находился бы между вами и тем, кого вы «боитесь». Двигаться вам нужно как можно быстрее. (90 секунд) Я сейчас буду считать от 10 до 0, и при слове «ноль» вы должны застыть на своих местах, как вкопанные. Десять, девять, восемь... ноль! Сейчас вы можете посмотреть на то, что получилось, и каждый скажет, кого он «боялся», а кто был его Защитником.

После завершения игры предлагается совместно обсудить, по какой причине тот или иной игрок выбирал того, кого он будет бояться, или того, кто будет его «Защитником». Понял ли кто-то, кто его «боится» или что он – чей-то «Защитник»? Какие невербальные сигналы подсказали об этом? Что игроки почувствовали, выступая в этих ролях?

Игра на сплочение и узнавание «Построй свою больницу»

Группа разделяется на команды по 6-8 человек в каждой. Каждая команда получает ватман и несколько маркеров

Каждая команда должна стать полноценной больницей, в которой будет комфортно как пациентам, так и врачам и, что очень важно, волонтерам, которые придут туда помогать. Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этой больнице – две-

рю, стеной, а может быть, обоями или медицинским оборудованием? Все вместе вы должны составить настоящую больницу! Общайтесь между собой, предлагайте роли и принимайте решения, а результат изобразите на ватмане. В финале представьте его всей группе, назвав роли каждого и пояснив причины своего выбора.

Психологический смысл упражнения:

Участники задумываются над тем, какую функцию они выполняют в этом коллективе, осознают, что все они нужны в своей «больнице», что способствует сплочению.

Обсуждение:

Как проходило обсуждение в командах? Сразу ли вы смогли определить свою роль? Почему вы выбрали именно эту роль? Я думаю, вы все поняли, что каждая часть вашей «больницы» важна и нужна, каждая несет свою значимость и выполняет определенную функцию.

Упражнение «Имя – движение»

Участники встают в круг. Каждый по очереди делает шаг вперед и произносит свое имя с каким-либо жестом или движением. После этого остальные участники повторяют имя и движение говорящего. При этом сам участник не двигается и молча наблюдает.

«Карусель»

Участники выстраиваются друг напротив друга в два круга - внешний и внутренний, образуя таким образом пары. Ведущий задает вопрос для обсуждения, в течение минуты пары обсуждают его, перед этим представившись. После истечения времени внешний круг передвигается вправо или влево на одну или несколько позиций, внутренний круг стоит на месте, так происходит смена пар.

Примеры возможных вопросов:

- Для чего ты находишься в Движении?
- Что даёт тебе волонтерская деятельность?
- Чему бы ты хотел научиться?
- Что ты считаешь своим главным личным достижением? Как предпочитаешь проводить свободное время?

Упражнение «Меня зовут... Я делаю так...»

Упражнение можно выполнять сидя или стоя. Каждый участник по кругу называет свое имя и показывает какое-то движение со словами: «Я делаю так...». Каждый последующий участник повторяет сначала все имена и движения предыдущих, а потом уже называет свое имя и показывает свое движение. Последний участник должен повторить имена и движения всех остальных членов группы.

Упражнение «Броуновское движение»

Участникам предлагается встать и начать ходить по помещению в хаотичном направлении, как броуновское движение. Участники слушают команды ведущего и по его одинарному хлопку вступают в контакт с оглашенным количеством человек,

объединяясь в группы, и выходят из группы по двойному хлопку.

Ведущий задает тему для обсуждения внутри группы на различные темы, подходящие для знакомства.

Упражнение можно усложнить и сделать его более интересным. Ведущий просит объединиться в группы не по числу человек, а по какому-либо признаку (например, по цвету глаз, элементам одежды, домашним животным и т. д.). Задание выполняется веселее, если участникам к тому же запрещается разговаривать. Должен повторить имена и движения всех остальных членов группы.

Упражнение «Знакомство через предмет»

Каждый из участников берет любой принадлежащий ему предмет и от лица этого предмета рассказывает о своем обладателе. Другие предметы могут задать ему любые вопросы о его хозяине.

Когда человек рассказывает о себе в третьем лице, идентифицируя себя с другим человеком или даже неодушевленным предметом, это позволяет ему быть более раскованным и делиться сокровенным.

На первом занятии стоит уделить особое внимание правовым основам волонтерства:

- рассказать о правах и обязанностях волонтеров, благополучателей
- разъяснить основные принципы медицинского добровольчества
- познакомить с документацией, в которых прописаны правовые аспекты волонтеров

2 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Мотивация – ключ к успеху»

Цель: формирование и развитие навыков эффективной мотивации.

Перед началом нового занятия или блока рекомендуется провести упражнение на повтор изученного материала.

«Сумасшедшая сессия»

Упражнение помогает участникам вспомнить материал, настроиться на активную и сосредоточенную работу.

Инструкция к упражнению: «Представим себе, что на прошедшем занятии у нас был еще один участник, который не все понял (или кое-что понял неправильно). Он будет задавать вам довольно дурацкие вопросы, на которые вам придется дать ясные, точные и краткие ответы». Выбирать участника, отвечающего на следующий вопрос, можно путем перебрасывания ему мяча или игрушки (обычная тренинговая процедура) или просто, называя его имя.

Упражнение «Кнут и пряник»

1 часть

Каждому участнику предлагается заполнить таблицу. Первый столбец – «Кнут», там участник указывает три-пять вещей, которые больше всего демотивируют его, лишают всяческого желания делать то или иное дело. Второй столбец – «Пряник»,

там участник записывает три- пять условий, при которых ему будет приятнее и эффективнее всего работать.

2 часть

Группа делится на пары. В паре участники обмениваются своими табличками. Один человек из пары становится координатором, другой — волонтером. Задача «координатора» — донести цель (связанную с развитием волонтерской деятельности) до «волонтера», мотивируя его при этом на ее достижение (например, подготовить профилактический тренинг для школьников). Обязательно при этом использовать описанные в таблице «кнуты и пряники» «волонтера». Задача «волонтера» — вступить в диалог с «координатором» и в зависимости от степени мотивации согласиться или нет с предложением руководства. Он будет задавать вам довольно дурацкие вопросы, на которые вам придется дать ясные, точные и краткие ответы». Выбирать участника, отвечающего на следующий вопрос, можно путем перебрасывания ему мяча или игрушки (обычная тренинговая процедура) или просто, называя его имя.

Упражнение «Предложение»

Группа разбивается на 2-5 команд. Каждая команда выбирает себе область деятельности в рамках медицинского волонтерства (команда помощи медицинскому персоналу/команда помощи бригадам СМП на спортивных и массовых мероприятиях и тд). Задача каждой из команд — разработать план создания или усиления мотивации

у участников противоположных команд. Кого вы будете мотивировать, вы выбираете сами. Главная ваша цель — суметь использовать такие мотивы, которые помогли бы вам переманить участника другой группы в вашу команду.

Командам дается 5 минут на совещание, далее – игра до тех пор, пока не произойдет полная смена участников команд.

Игра «Кто больше»

Участники делятся на две команды. Каждой команде выдается блок стикеров определенного цвета. В течение 10 минут участники совместными усилиями придумывают и выписывают как можно больше способов нематериальной мотивации для волонтера. По истечению времени между командами проводится соревнование. Участники по очереди зачитывают способы, следя за тем, чтобы не было повторов. Выигрывает группа, придумавшая большее количество вариантов. В конце каждый выписывает себе десять способов, которые ему более всего понравились и могли бы пригодиться в будущем для мотивации в участии в волонтерской деятельности.

3 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Лидерами не рождаются, лидерами становятся»

Цель: выявление и развитие лидерских качеств у участников Школы волонтера-медика.

Упражнение «Без командира»

1 часть

Участники становятся в круг, держась обеими руками за общую веревку, после

чего веревку затягивают и завязывают так, чтобы участники стояли плотно друг к другу. Ведущий просит закрыть глаза. Задание участникам - образовать квадрат. Глаза можно открыть всем вместе только после того, как группа решит, что квадрат получился. Тот, кто открыл глаза раньше, выбывает из игры и может стать наблюдателем, который поможет группе обсудить упражнение. Далее можно выстроить круг, равносторонний треугольник, ромб, трапецию, многогранник, звезду и т. д.

2 часть

Теперь можно открыть глаза. Но кроме взглядов, любой контакт между участниками запрещён: ни разговоров, никаких знаков, ни хватания за руки, ни возмущенного шипения – ничего. Работаем молча. Максимум – взгляд в сторону партнёров: учимся понимать друг друга на телепатическом уровне!

Ведущий просит группу построиться в круг. Каждый слышит задание, анализирует его и пытается решить, что ему лично предстоит сделать, чтобы в итоге группа максимально точно и быстро встала в круг.

Далее группа получает команды построиться:

- в колонну по росту
- в два круга
- в треугольник
- в шеренгу по росту
- в четыре колонны с одинаковым количеством участников

Обсуждение:

- Скажите, можно ли было это упражнение назвать тестом на лидерство и почему?
- Что было наиболее трудным в решении задач?
- Какой прием компенсировал отсутствие зрительного контакта?
- Каким образом проявился лидер?
- Легко ли вам было отказаться от руководящего стиля поведения?
- Каковы были ощущения людей, которые привыкли быть ведомыми? Тяжело остаться вдруг без чьих бы то ни было советов, указаний?
- Как вы понимали, верны ваши действия или ошибочны? Понравилось ли вам отвечать за себя и самостоятельно принимать решения?

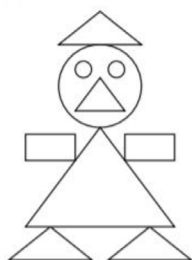
Упражнение «Без командира»

Чтобы понять, какую роль волонтеру будет легче всего выполнять в команде, предлагается поучаствовать в следующей игре:

Цель: выявить индивидуально-типологические различия личности.

Условия проведения: Нарисуйте человека, используя геометрические фигуры: круг, треугольник, прямоугольник, но так, чтобы было использовано всего 10 фигур, не больше и не меньше.

Например так:



Нарисуйте своего человека (желательно 3 различных варианта рисунка человека)

Обработка результатов.

Подсчитывается число использованных в изображении фигур (по каждому рисунку отдельно), и результат записывается в виде трехзначных чисел, где сотни обозначают количество треугольников, используемых в рисунке, десятки – количество кругов, единицы – количество квадратов. Полученное трехзначное число позволит вам отнести себя к определенному типу людей.

Ключи.

Баллы - 901, 910, 802, 811, 820, 703, 712, 721, 730, 604, 622, 631, 640 Тип «руководитель». Баллы – 505, 514, 523, 532, 541, 550 тип «ответственные исполнители».

Баллы – 406, 415, 424, 433, 442, 451, 460, 415, 424 тип «тревожно-мнительный».

Баллы – 307, 316, 325, 334, 343, 352, 361, 370 тип «ученый»

Баллы – 208, 217, 226, 235, 244, 253, 262, 272, 280, 271 тип «интуитивный».

Баллы – 109, 118, 127, 136, 145, 019, 028, 037, 046 тип «конструктор-изобретатель, художник».

Баллы – 154, 172, 181, 190, 055, 064, 073, 082, 091 тип «эмоционально-сочувствующий».

Результаты:

Типы:

Руководитель – ты лидер, у тебя хорошие организаторские способности, хороший собеседник, умеешь подобрать правильные слова в той или иной ситуации.

Ответственный исполнитель – ты колеблешься при принятии ответственных решений, предпочитаешь выполнять чужие распоряжения, проявляя ответственность к себе. Ценишь правдивость, добросовестность.

Тревожно-мнительный тип – часто сомневаешься в себе, отличаешься ранимостью, хотя имеешь разнообразные способности.

Ученый тип – умеешь абстрагироваться от реальности, любишь размышлять, порой разрабатываешь свои теории, свойственно душевное равновесие.

Интуитивный тип – свойственна чувствительность к новизне, способность предчувствовать общее направление развития событий в будущем.

Конструктор-изобретатель, художник – у тебя богатое воображение, ты одержим своими идеями, карьерой, погружен в свой мир идей, чувств, мыслей.

Эмоционально-сочувствующий тип – тебе присуще сопереживание и помощь другим людям, на общение с ними ты тратишь много собственной энергии. Повышенное внимание к чувствам людей.

Упражнение «Лидер - это...»

Участникам предлагается в течение 5 минут вспомнить по их мнению лидеров из своего окружения и выписать качества характерные для этих лидеров. По окончании времени ведущий выписывает на флипчарт все качества, которые вспомнили участники. Далее происходит ранжирование качеств по значимости и составление топ-10 качеств лидера. После составления рейтинга участникам дается время записать недостающие качества и сделать себе пометки, на что стоит обра-

тить внимание для развития лидерских качеств, а также подумать, кто из окружения может помочь участнику развить их.

В качестве завершающего этапа занятия проводится тест на определение лидерских качеств.

Цель теста: выявить уровень развития лидерских качеств личности

На нижеприведённые вопросы отвечайте либо «Да», либо «Нет».

1. Вам трудно воспринимать идеи и мысли других?
2. У вас аналитический склад ума и вы умеете планировать?
3. Вы любите общаться с людьми?
4. Способны ли вы убеждать людей и заражать их уверенностью в правильности ваших решений?
5. Всегда ли вы последовательны в своих действиях?
6. Обычно вы справляетесь со своими эмоциями?
7. Готовы ли проявлять настойчивость и твердость в принципиальных вопросах?
8. Часто ли ваши поступки идут вразрез с тем, что вы говорите и (или) обещаете?
9. Вы теряетесь, если решение не лежит на поверхности, а время на его принятие строго ограничено?
10. Умеете ли эффективно распределять полномочия?
11. Во всех случаях следуете принципу: «Не откладывай на завтра то, что можно сделать сегодня»?
12. Если вы боитесь чего-то, всегда ли стараетесь преодолеть свой страх?
13. Готовы идти на разумный риск?
14. Являетесь ли вы генератором идей?
15. Вы открыты для новых знаний, все время стремитесь совершенствоваться?
16. Если вам предстоит какая-то сложная работа, вы не ищете отговорку, а просто делаете ее?
17. Необходимо ли вам постоянное одобрение окружающих?
18. Как правило, вы доводите начатое дело до конца, несмотря на все препятствия?
19. Считаете ли, что удовлетворение от хорошо выполненной работы уже само по себе награда?
20. Способны ли вы создать вокруг себя атмосферу доверия?

Подсчитайте баллы, пользуясь таблицей, и ознакомьтесь с выводами.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Да	2	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0
Нет	0	2	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2

26–40 баллов. Вы, судя по всему, по натуре не лидер. Гораздо легче вам будет достигнуть намеченных целей под чьим-нибудь руководством.

12–24 балла. Ваш успех в качестве лидера не так очевиден. Быстро принимать важные решения, отстаивать свое мнение с риском нажать недоброжелателей, нести ответственность за других людей – согласитесь, это нелегкий труд. Ответьте себе честно на вопрос: готовы ли вы к этому? Если без колебаний отвечаете – да, значит, у вас есть шанс реализовать лидерские амбиции.

0–10 баллов. Вы энергичный, верящий в успех человек. Кроме того, вы коммуникабельны, не боитесь ответственности и в малой степени подвержены влиянию извне. Одним словом, у вас есть необходимые качества, чтобы быть лидером.

4 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Раскрой себя»

Формат проведения: упражнение Джеффа

Цель упражнения: научиться свободно и уверенно высказывать свое мнение, а также внимательно слушать окружающих.

Упражнение проводится в два этапа: первый – ответы на вопросы; второй – анализ происходящего.

Для ведения упражнения необходимы двое ведущих. Готовятся три плаката с надписями: «ДА», «МОЖЕТ БЫТЬ», «НЕТ». Крайние плакаты вывешиваются в двух концах помещения, а средний – в центре. Ведущие располагаются в середине зала на возвышении, чтобы задаваемые вопросы были лучше слышны. После заданного вопроса все участники переходят под тот плакат, который соответствует их ответу. Ведущий спрашивает, кто хотел бы сказать, почему он выбрал именно этот ответ (встал именно под этот плакат). Желаящий поднимает руку. Ведущий кидает ему мяч. Тот, у кого в руках мяч, имеет право на ответ.

Основные правила при проведении упражнения:

- Если участник хочет высказаться, он поднимает руку, ведущий кидает ему мяч, и только после того, как участник поймал мяч, он может говорить;
- Говорит только один человек – тот, у кого в руках находится мяч;
- Свое высказывание лучше начинать с обозначения позиции («Я считаю..., потому что»);
- В рамках упражнения запрещено спорить или отвечать на мнения других, разрешается только высказывать собственное отношение к проблеме.

Проблема	Установка	Вопрос первого этапа	Возможный вопрос второго этапа (опционально раскрывающие вопросы после основной серии вопросов)
Половая дискриминация	Должны быть равны	Считаете ли Вы что мужчины и женщины имеют равный доступ к получению медицинской помощи?	В чем может быть разница?
	Должны быть равны	Считаете ли вы, что мужчины и женщины имеют равный доступ к возможности работать в системе здравоохранения?	Что можно сделать для того, чтобы уравнять эти права?
Общественное здоровье	Да	Считаете ли вы, что в России вести здоровый образ жизни может каждый человек?	Что может ему помешать?
	Нет	Считаете ли вы, что большинство людей самостоятельно может понять, что им нужно для сохранения и поддержания здоровья?	Вся ли информация, которую человек получает о способах укрепления и поддержания здоровья из общедоступного пространства (телевидение, пресса, интернет) достоверна и безопасна?
	Без установки	Согласны ли вы, что вежливость медицинского персонала не имеет значения, главное – качество оказываемой медицинской помощи?	Если, да (нет), то почему?
Личное здоровье	Без установки	Достаточно ли доступна в обществе информация о том, куда обращаться в случае возникновения необычных или подозрительных симптомов (нехарактерные боли, необычные ощущения и др.)?	Что можно сделать, чтобы она стала доступнее?
	Без установки	Готова ли система здравоохранения к тому, чтобы каждый человек регулярно проходил осмотр с целью профилактики, не имея симптомов и подозрений на заболевания?	Можно ли снизить нагрузку на медицинский персонал в данном направлении усилиями добровольцев?

	Нет	Считаете ли вы, что в обществе существует предвзятое отношение к людям, обращающимся за медицинской помощью?	Какие барьеры необходимо разрушить, чтобы человек смог комфортно обращаться за медицинской помощью в случае любого заболевания или стремления обследоваться на его наличие?
Бесплатная и доступная медицина	Без установки	Должны ли существовать единые стандарты оказания медицинских услуг в бесплатной и платной медицинских клиниках?	Если, да (нет), то почему?
	Без установки	Думаете ли Вы, что бесплатная медицинская помощь должна быть гарантирована всем?	Если, да (нет), то почему?
	Хорошо, если осведомлены	Знаете ли вы о том, какие услуги, лекарства или иные медицинские вмешательства для вас бесплатны по закону?	Что можно было бы сделать для того, чтобы люди были больше осведомлены об этом?
	Нет	Нормальна ли ситуация, когда пациент самоплачивает себе лечение?	За какие услуги в бесплатной клинике ты был бы готов заплатить дополнительные деньги?
	Нет	Верите ли Вы, что качество оказания медицинских услуг напрямую зависит от престижности или дороговизны медицинского учреждения?	Приведите примеры для отрицательного ответа?
	Да	Считаете ли Вы, что есть категории граждан, которые должны быть полностью обеспечены бесплатной медицинской помощью?	Какие это категории?
	Без установки	Считаете ли вы целесообразным обзавестись расширенной платной медицинской страховкой?	Если, да (нет), то почему?
	Особые категории граждан	Нет	Считаете ли вы нормальным, когда пожилые люди и инвалиды вынуждены регулярно подтверждать свои диагнозы для получения бесплатной медицинской помощи и лекарств?

	Да	Считаете ли Вы, что следует развивать оказание медицинской помощи на дому для ветеранов и инвалидов?	Как еще можно улучшить обеспечение и доступность медицинской помощью данных категорий населения?
	Без установки	Считаете ли вы, что следует оказывать бесплатную психологическую помощь инвалидам и их близким родственникам?	Если, да (нет), то почему?
Добровольчество	Без установки	Считаете ли вы, что такими вопросами, как социализация инвалидов и людей с ограниченными возможностями, в том числе детей, должны заниматься самостоятельно родители или какие-либо частные и добровольческие структуры?	Если, да (нет), то почему?
	Без установки	Считаете ли вы, что медицинская информация легче воспринимается людьми, когда доносится до них не медицинскими сотрудниками, а «равными» добровольцами?	Если, да (нет), то почему?
	Без установки	Считаете ли вы, что каждому человеку присуще желание помогать окружающим?	Если, да (нет), то почему?
	Да	Считаете ли вы, что желание помогать важнее имеющихся для этого знаний и навыков?	Если, да (нет), то почему?
	Нет	Считаете ли вы, что с добровольца нельзя требовать ответственности за его действия – ведь он и так уже помогает бесплатно?	Если, да (нет), то почему?
	Да	Гордитесь ли вы тем, что вы – доброволец?	Если, да (нет), то почему?

Вопросы 2 этапа «раскрывающие», типовые для Упражнения Джеффа

1. Было ли Вам интересно, если да, то почему?
2. Как Вы думаете, какую цель преследовали заданные вопросы?
3. Были ли вопросы, над которыми Вы раньше не задумывались?
4. Были ли вопросы, над которыми Вам хотелось бы подумать или поговорить подольше? Что Вы чувствовали к тем, кто давал ответ противоположный Вашему?
5. Менялось ли при этом Ваше мнение?
6. Помогли ли эти вопросы узнать друг друга больше?
7. Открыли ли Вы что-нибудь новое для себя и в себе?

5 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Сделай лучше: преодоление проблем»

Формат: «конференция провалов»

Цель: снять тревожность по поводу возможных неудач или столкновений с проблемами, выработать навык помогать, не осуждая

Участники делятся на 5 групп. Каждая группа выступает в роли коллектива добровольцев, допустивших ошибку или промах (варианты данных ситуаций вытягиваются случайным образом). После 10 минут обсуждения в группах каждая команда выступает перед общей аудиторией, рассказывая о том, какую ошибку они якобы допустили и как планируют ее исправлять. Другие члены группы должны предложить им идеи, как можно исправить ситуацию. Очень важно избегать осуждения, критики (данная задача упрощается осознанием участников, что данная ситуация является сугубо гипотетической и озвучивающий ее участник в самом деле в ней не задействован), а сконцентрироваться на предложении реальных механизмов помощи.

Важно! Координатору необходимо заранее продумать, какие варианты решения данных проблемных ситуаций он сам видит возможными, чтобы при необходимости предложить их участникам, а также быть готовым к обсуждению и высказыванию участниками различных мнений и позиций.

Психологический смысл: участники приобретают навык предлагать помощь, не осуждая, сталкиваться с неудачами и стыдом, преодолевать их и просить помощи без стеснения.

«Провальные ситуации»:

1. Группа волонтеров вышла на дежурство в больницу. В ходе своей работы ребята ухаживают за пациентом, у которого обнаружено онкологическое заболевание. Однажды к одному из волонтеров группы подошла супруга пациента и попросила рассказать о том, какой диагноз поставлен ее мужу. Волонтер не смог отказать женщине в просьбе и рассказал ей об онкологическом заболевании ее супруга. Через некоторое время пациент обратился к волонтеру в расстроенных чувствах, и сказал, что не хотел, чтобы жена знала о его болезни. Волонтер извинился перед пациентом, однако пациент довел информацию о данном инциденте до главного врача, а главный врач обратился к координатору волонтеров с жалобой на разглашение волонтером врачебной тайны. Координатор вызвал волонтеров на разговор,

который состоится завтра. Каким образом можно было избежать этой ситуации? Что можно сделать сейчас?

2. Группа добровольцев по своей инициативе решила прийти в школу, в 11 класс, и провести в классе лекцию по профилактике ВИЧ и ЗППП. Договоренность была устной, со старостой класса. После лекции в волонтерскую организацию позвонил возмущенный директор школы и рассказал о том, что получил массу жалоб от родителей о том, что без их ведома была проведена такая лекция для их детей. Координатор вызвал волонтеров на разговор, который состоится завтра. Каким образом можно было избежать этой ситуации? Что можно сделать сейчас?

3. Добровольцам поручено выступить перед аудиторией с лекцией о донорстве. Волонтеры недостаточно качественно подготовились к лекции, в результате чего озвучили ошибочную информацию о подготовке к донации. После лекции трое воодушевленных слушателей отпросились с работы и отправились на станцию переливания крови, чтобы осуществить донацию. Все трое подготовились согласно рекомендациям, которые были получены накануне от волонтеров. В результате неправильной подготовки специалисты СПК отказались принять донацию у данных доноров. Они в возмущении обратились к координатору добровольческой организации. Координатор вызвал волонтеров на разговор, который состоится завтра. Что делать?

4. Добровольцы были назначены ответственными за получение от федерального штаба рассылки материалов для проведения важной акции. Добровольцы забыли о своих обязанностях и слишком поздно подали свои данные для рассылки. Сотрудник федерального штаба с большим трудом успел внести данные в общий список. Когда списки уже были поданы, оказалось, что добровольцы ошиблись с указанием данных. В результате посылка была отправлена по несуществующему адресу и вернулась отправителю, то есть в федеральный штаб. К моменту проведения акции материал в региональное отделение не пришел. Координатор вызвал волонтеров на разговор, который состоится завтра. Что делать?

5. Команда регионального отделения решила провести региональный форум. В ходе подготовки оказалось, что макеты в типографию были поданы слишком поздно, и типография не успевает в нужный срок напечатать сувенирную продукцию и полиграфию (сертификаты, баннеры, ролл-апы). Форум состоится ровно через неделю. Что делать команде?

6. Команда регионального отделения решила провести региональный форум. Команда, ответственная за работу с участниками, разослала приглашительные письма и предполагала, что форум соберет большое число участников. Однако наутро в день проведения мероприятия оказалось, что доехала лишь одна третья часть отзапланированного количества участников. В то же время спикеры прибыли в полном составе, а помещения для мероприятий подобраны с учетом большого количества слушателей. До начала форума остается 4 часа. Что делать команде и как можно избежать повторения такой ситуации в дальнейшем?

7. Группа добровольцев, обучающихся в ВУЗе, рассказала своим товарищам о том,

что имеет навыки оказания первой помощи и прошла подготовку, позволяющую обучать первой помощи население. Товарищи проявили большой энтузиазм и собрали группу желающих пройти такое обучение. Была достигнута устная договоренность с проректором по учебной работе о том, чтобы вуз предоставил помещение для проведения обучения. За два дня до проведения образовательного мероприятия выяснилось, что проректор ушел на больничный, не оставив никаких распоряжений о предоставлении помещения. Сегодня четверг, мероприятие должно состояться в субботу.

Что делать команде?

8. Минздрав региона организовал проведение регионального съезда медицинских специалистов. Для помощи в проведении мероприятия были приглашены добровольцы в количестве 20 человек. Ответственным за участие волонтеров в данном съезде был назначен один из членов добровольческой команды. Однако, накануне мероприятия ответственный забыл проинформировать всех волонтеров о точном месте и времени сбора, и за 30 минут до начала на месте оказалось только 5 волонтеров.

Что делать команде и как можно этого избежать в дальнейшем?

9. Весь год координатор направления подавал данные в отчетную форму. В конце года федеральный координатор попросил регионального координатора подать итоговые цифры по направлению за прошедший год. Цифры, поданные региональным координатором, оказались сильно меньше, нежели сумма данных, подававшихся в течение года координатором направления.

Что делать команде?

По итогам занятия предлагается озвучить в общем кругу всей большой группы свои впечатления.

6 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Окажи помощь – спаси жизнь»

Цель: отработка навыков оказания первой помощи

Занятие должно включать в себя теоретическую (45 мин) и практическую части (45 мин). Практическая часть – отработка полученных теоретических знаний на манекенах.

В основе теоретической части может стать прохождение онлайн-курса “Оказание первой помощи” на сайте Добро.Университет.

Практическая часть проходит под руководством сертифицированного инструктора по оказанию первой помощи или координатора направления «Обучение первой помощи и сопровождение мероприятий».

Должны быть отработаны следующие навыки:

- восстановление проходимости дыхательных путей; • сердечно-лёгочная реанимация;
- остановка кровотечения;
- транспортировка;
- наложение шин и повязок.

Практическая часть проводится в формате кейс-сессии. Участники делятся на небольшие команды по несколько человек, каждой команде достается карточка с ситуационной задачей. Один игрок из команды – пострадавший, задача остальных – правильно оказать пациенту первую помощь.

Для проведения занятия понадобятся: жгуты, бинты, носилки, шины, манекен и др

Ситуационные задачи

1. В результате дорожно-транспортного происшествия мужчина получил травму. Его беспокоит боль в левой нижней конечности, которая усиливается при попытке передвижения. Левое бедро деформировано, определяется патологическая подвижность средней части бедра. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий. (шина Крамера)

2. Во время приема пищи у женщины возникло внезапное удушье, приступообразный кашель, свистящее дыхание и затруднение вдоха. Отмечается резкое и внезапное изменение поведения, а также покраснение кожи лица и увеличение вен на шее. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий. (манекен для отработки приема Геймлиха)

3. Ребенок 10-ти лет опрокинул на себя чайник с кипятком и получил ожоги. Жалуется на жгучую боль, покраснение кожи и отечность кисти левой руки. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий. (бинт/перевязочные материалы)

4. При отпиливании ветки дерева на дачном участке из рук мужчины выпала пила и поранила ногу ниже колена. На голени образовалась рана с артериальным кровотечением. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий. (кровоостанавливающий жгут)

5. Во время купания в реке ребенок начал тонуть и ушел под воду. После извлечения его из воды наблюдается отсутствие сознания и дыхания, кожные покровы лица синюшного

цвета. Отмечаются обильные пенные выделения из ротовой полости. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий. (манекен СЛР)

6. В ходе драки мужчине нанесли удар кулаком по переносице. Пострадавшего беспокоит обильное носовое кровотечение. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий. (бинт, антисептическая повязка)

7. В результате запуска петард, подросток получил ранение правого глаза и кисти правой руки. Предъявляет жалобы на сильную боль в правом глазу, головную боль, тошноту, снижение зрения, боль в руке. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий. (бинт, антисептическая повязка)

8. Идущий впереди Вас человек, вскрикнул и упал, судорожные подергивания конечностей к моменту Вашего приближения прекратились. Наблюдается зажатый в руке, свисающий с электростолба оголенный провод. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий. (манекен СЛР)

9. Вы с другом пришли на концерт музыкальной группы и вдруг заметили, что у рядом стоящего человека ухудшилось самочувствие. Он предъявляет жалобы на тошноту, слабость, учащение сердцебиения, головокружение и чувство нехватки воздуха. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.

7 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Секрет доверия пациентов»

Цель: развитие психологических навыков взаимодействия с пациентами

Вводная часть – психологический тренинг-лайфхак (10-15 мин) о ключевых аспектах взаимоотношений врач-пациент, далее – ролевая игра.

Ролевая игра «Госпитализация»

Цель: Развитие способностей выхода из конфликтной ситуации на основе корректного разрешения конфликта, а также иллюстрация представленных стратегий. Представьте себе типичную больницу. В отделение поступает несколько новых пациентов с одинаковым диагнозом: пневмония. Предлагаем по жребию каждому участнику вытянуть себе роль – врача или пациента. Затем участники разбиваются на пары «врач-пациент».

Врач

Задача – убедить пациента госпитализироваться.

Пациенты:

1. Одинокий пожилой человек, опасющийся, что врачи находятся в заговоре и обязательно залечат его до смерти.
2. Молодая мать-одиночка, у которой дома остался маленький ребенок.
3. Офис-менеджер, у которого на носу – сроки сдачи важного проекта, если он этого не сделает – он будет уволен.

Новые варианты пациентов:

1. Студент выпускного курса с государственным экзаменом завтра, следующий раз его можно сдать через год
2. Женщина, проживающая с 3 кошками без родственников в городе
3. Игрок хоккейной команды, у которого послезавтра важный матч

Обсуждение итогов игры:

- Как вы справились с моральной дилеммой?
- Какие стратегии вы использовали для убеждения ваших оппонентов? • Каким способом были реализованы те или иные стратегии?
- Удовлетворены ли вы получившимися результатами переговоров?

Важно! Координатору необходимо заранее продумать, какие варианты ответов на указанные в обсуждении вопросы можно дать, чтобы при необходимости предложить их участникам, а также быть готовым к обсуждению и высказыванию участниками различных мнений и позиций. Возможно, будет уместным для поддержки участников поделиться своим опытом решения подобных моральных дилемм, соб-

ственным выбором стратегии убеждения и так далее. Подготовьтесь, чтобы обсуждение итогов игры было предметным и вы сами владели информацией, важной для успешного проведения занятия.

8 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Добровольчество: самореализация vs помощь обществу»

Формат проведения занятия: дебаты

Цель: научиться аргументированно выражать свою точку зрения и прислушиваться к мнению окружающих

Из группы выбираются 3 «судьи», оставшиеся участники делятся поровну на 2 команды. Перед началом дебатов участникам необходимо объяснить основные правила. Озвучивается тема дебатов, команды в течение 15 минут готовят аргументы по выбранным вопросам, подтверждающие их позицию. Далее команды по очереди высказывают свою аргументированную точку зрения по каждому из вопросов, после чего «судьи» имеют право задавать вопросы и давать свои комментарии. В качестве судей могут быть приглашены эксперты, представители партнерских организаций, координаторы, опытные волонтеры.

В период подготовки к дебатам и утверждающая, и отрицающая стороны должны ответить на следующие вопросы, чтобы яснее обосновать свою позицию в отношении темы:

- какие сильные доводы мы можем привести в поддержку (отрицание) темы?
- какие основные проблемы содержит тема, и какие примеры можно привести?
- какие вопросы возникают в связи с этой темой?
- каковы могут быть подтверждающие/опровергающие аргументы?

Отвечая на эти вопросы, команды начинают продвигаться в сторону создания четкого и стратегически выверенного сюжета доказательств.

Тезисы для обсуждения:

- Основной мотив добровольца – это принести пользу обществу.
- Инфраструктура поддержки добровольчества должна ориентироваться в первую очередь на тех, кто имеет глубокую внутреннюю мотивацию на максимально эффективное применение собственного внутреннего ресурса.
- Для общества более значим доброволец, который целенаправленно стремится к решению общественных проблем.

Новые тезисы

- Студенты становятся волонтерами ради баллов для поступления в ординатуру
- В современном мире любой труд должен оплачиваться, даже волонтерство
- Волонтер-медик только тот, кто помогает в больнице
- Алгоритм выступления:
 - приветствие слушателей;
 - представление команды и самого себя;
 - выдвижение критерия по 1/2/3 вопросу;
 - аргументация по выдвинутым критериям;
 - после аргументации по 3 вопросу – общее заключение;
 - благодарность за внимание.

Важно! Координатору необходимо заранее продумать, какие варианты аргументации для обеих позиций он сам видит возможными, чтобы при необходимости предложить их участникам, а также быть готовым к обсуждению и высказыванию участниками различных мнений и позиций. Необходимо бдительно модерировать дискуссию, чтобы предотвратить возможные конфликты между участниками и обеспечить возможность каждому высказать свое мнение.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ШКОЛЫ

Игра «Портрет волонтера-медика»

Необходимые материалы: листы ватмана, ножницы, клей, маркеры, карандаши, рекламные проспекты, журналы, газеты.

Время: 40 мин

Участники делятся на 3-5 команд. Каждой команде предоставляются разнообразные канцелярские материалы, газеты, журналы, рекламные проспекты. В течение 20 - 30 минут они готовят на ватмане «портрет волонтера-медика» с использованием любых подручных материалов, газетных заголовков, фотографий, рисунков от руки или найденных в рекламных изданиях, журналах, газетах.

В работе нужно попытаться в визуальной форме представить качества, которые характеризуют лидера, рассказать о способностях вести за собой людей, руководить ими. По завершении работы каждая команда презентует своего волонтера. Смысловая нагрузка игры: закрепление полученного материала и дальнейшая мотивация к визуализации данного портрета волонтером.

Обратная связь

После завершения Школы очень важно организовать сбор обратной связи для участников. Получение обратной связи можно организовать сразу после Школы или через 2-3 дня после её проведения в онлайн формате (при данном варианте велик риск игнорирования обратной связи).

Форма должна быть компактной и полезной для оценки вашей работы (напр., вопросы о том, что понравилось, какие темы стоит улучшить или добавить, какие направления Движения заинтересовали, чем хотят заниматься дальше в региональном отделении)

Помните, что Школа завершается только после получения обратной связи, которая поможет получить объективную оценку вашей работы!

Варианты сбора обратной связи в очном формате в день завершения Школы:

1 вариант

Заранее готовится ватман с перечислением всех тем прошедших занятий, включая сегодняшнее.

Каждый волонтер получает три цветных стикера: два красных (розовых) – «понравилось» - и три зеленых (синих) – «не очень понравилось». Каждый волонтер приклеивает на ватман свои стикеры рядом с названиями занятий в соответствии со своими предпочтениями. Минимально необходимо наклеить хотя бы один стикер, максимально – все.

Также готовится ватман с надписью «Спасибо ШВМ 1.0 за....» и перечислением в столбик ФИО обучившихся ребят.

Пока одни ребята клеят стикеры, остальные на этом ватмане пишут напротив своего имени в свободной форме свои благодарности.

Третий ватман с надписью «Теперь я точно сделаю вот что:» и перечислением в столбик ФИО обучившихся ребят.

На данном ватмане ребята пишут напротив своего имени, какие действия они теперь предпримут.

2 вариант

Если Школа проходила в небольшой группе, участники которой сплотились, в качестве обратной связи можно провести «Свечку».

Группа становится в круг. Участники передают друг другу символический предмет, символизирующий тематику волонтерства, семьи, теплоты или региона. Каждый высказывает свои эмоции, ощущения после Школы.

3 вариант

Упражнение «Связующая нить»

Процедура проведения: ведущий перекидывает одному из участников клубок ниток, оставляя себе конец клубка, и говорит, что ему понравилось больше всего, чтобы он изменил в школе и кому хочет сказать "спасибо" и за что. Необходимо сделать так, чтобы каждому участнику сказали "спасибо".

Другой участник ловит клубок, наматывает нитку на палец и продолжает игру дальше. Когда все участники проделают это упражнение, всех членов группы связывают нити клубка. Спросить участников, что на их взгляд, напоминает эта связывающая нить, какие ассоциации вызывает.

4 вариант

Для уточнения каких-то деталей, интересующих вопросов удобно использовать Google-форму или платформу menti.com. Для получения наиболее честных ответов, анкету можно сделать анонимной.

Приятным завершением Школы становится вручение Сертификата участника и памятная сувенирная продукция.

После предлагается организовать обсуждение в свободной форме, чаепитие, дружеское общение, в ходе которого можно рассказать о Школе волонтера-медика 2.0.