



Волонтеры медики

Всероссийское
общественное движение

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. Перед началом проведения ШВМ 1.0 координатору необходимо зарегистрировать информацию о ней по ссылке: <https://волонтеры-медики.рф/projects/shkola-volontera-medika/> После регистрации координатор получает пакет материалов для проведения ШВМ 1.0.
2. Проведение ШВМ 1.0.
3. По итогам проведения ШВМ 1.0 координатору необходимо заполнить отчетную форму по той же ссылке. На основании предоставленной информации на электронную почту координатору будут отправлены сертификаты для участников.

Инструкция по проведению занятий

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

Занятия проводятся в группах (по 10-30 человек). Цикл занятий включает в себя 8 интерактивно-образовательных мероприятий, по окончании которых выдаётся 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, а также при необходимости скорректировать или уточнить отдельные пункты в соответствии с особенностями и потребностями группы. На усмотрение ответственного в рекомендованные к проведению занятия могут быть добавлены какие-либо упражнения по заданной тематике. Также перед каждым занятием возможно дополнение в виде вводной мини-лекции (не более 15 мин), а после занятия – выделено дополнительное время на обсуждение, обмен выводами и впечатлениями.

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

Тема: «Раскрой себя»

Формат проведения: упражнение Джеффа

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

3 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Мотивация – ключ к успеху»

Цель: формирование и развитие навыков эффективной мотивации.

4 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Лидерами не рождаются, лидерами становятся»

Цель: выявление и развитие лидерских качеств

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

6 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Окажи помощь – спаси жизнь»

Цель: отработка навыков оказания первой помощи

7 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Секрет доверия пациентов»

Цель: развитие психологических навыков взаимодействия с пациентами

8 ЗАНЯТИЕ

Тема: «Добровольчество: самореализация или помощь обществу?»

Формат проведения занятия: дебаты, подведение итогов

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

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, мультлика, далее - знакомство участников игровой форме.

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 своём 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 – дверью, 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 в нем, каждая несет свою

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.

Вопросы 1 этапа Упражнения Джеффа

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 уравнивать 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 сам оплачивает 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?	Если, да (нет), то почему?
	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?

Тема: «Мотивация – ключ к успеху»

Цель: формирование и развитие навыков эффективной мотивации.

Упражнение «Кнут и пряник»

1 часть.

Каждому участнику предлагается заполнить табличку. Первый столбец – «Кнут», там участник указывает три-пять вещей, которые больше всего демотивируют его, лишают всяческого желания делать то или иное дело. Вторым столбцом – «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 табличке «кнуты и пряники» «волонтера». Задача «волонтера» – вступить в диалог с «координатором» и в зависимости от степени мотивации согласиться или нет с предложением руководства.

Упражнение «Предложение»

Группа разбивается на 2 команды. 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 участника противоположной команды. 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.

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 возмущённого 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 задачи?
- Какой прием компенсировал отсутствие зрительного контакта?
- Каким образом проявился лидер?
- Кто из вас лидер по натуре?
- 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?

Игра «Лидер это-...»

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

Время: 40 мин.

Участники делятся на 3 команды. Каждой команде предоставляются разнообразные канцелярские материалы, газеты, журналы, рекламные проспекты. В течение 30 - 40 минут они готовят на ватмане «портрет лидера»

с использованием любых подручных материалов, газетных заголовков, фотографий, рисунков от руки или найденных в рекламных изданиях, журналах, газетах.

Тема работы: «Лидер – это». 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 лидера, записывая названные лидерские качества на отдельном ватмане.

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

Инструкция. Вам предлагается 50 высказываний, на которые требуется дать ответ «да» или «нет». Среднего значения в ответах не предусмотрено. Долго не задумывайтесь над высказываниями. Если сомневаетесь, все-таки сделайте отметку на «+» или «-» («а» или «б») в пользу того альтернативного ответа, к которому вы больше всего склоняетесь.

Тест-опросник:

1. Часто ли вы бываете в центре внимания окружающих?
а) да; б) нет.
2. Считаете ли вы, что многие из окружающих вас людей занимают более высокое положение по службе, чем вы?
а) да; б) нет.
3. Находясь на собрании людей, равных вам по служебному положению, испытываете ли вы желание не высказывать своего мнения, даже когда это необходимо?
а) да; б) нет.
4. Когда вы были ребенком, нравилось ли вам быть лидером среди сверстников?
а) да; б) нет.
5. Испытываете ли вы удовольствие, когда вам удается убедить кого-то в чем-либо?
а) да; б) нет.
6. Случается ли, что вас называют нерешительным человеком?
а) да; б) нет.
7. Согласны ли вы с утверждением: «Все самое полезное в мире есть результат деятельности небольшого числа выдающихся людей»?
а) да; б) нет.
8. Испытываете ли вы настоятельную необходимость в советнике, который мог бы направить вашу профессиональную активность?
а) да; б) нет.
9. Теряли ли вы иногда хладнокровие в разговоре с людьми?
а) да; б) нет.
10. Доставляет ли вам удовольствие видеть, что окружающие побаиваются вас?
а) да; б) нет.
11. Стараетесь ли вы занимать за столом (на собрании, в компании и т. п.) такое место, которое позволяло бы вам быть в центре внимания и контролировать ситуацию?

- а) да; б) нет.
- 12.** Считаете ли вы, что производите на людей внушительное (импозантное) впечатление?
а) да; б) нет.
- 13.** Считаете ли вы себя мечтателем?
а) да; б) нет.
- 14.** Теряетесь ли вы, если люди, окружающие вас, выражают несогласие с вами?
а) да; б) нет.
- 15.** Случалось ли вам по личной инициативе заниматься организацией трудовых, спортивных и других команд и коллективов?
а) да; б) нет.
- 16.** Если то, что вы наметили, не дало ожидаемых результатов, то вы:
а) будете рады, если ответственность за это дело возложат на кого-нибудь другого;
б) возьмете на себя ответственность и сами доведете дело до конца.
- 17.** Какое из двух мнений вам ближе?
а) настоящий руководитель должен сам делать то дело, которым он руководит, и лично участвовать в нем;
б) настоящий руководитель должен только уметь руководить другими и не обязательно делать дело сам.
- 18.** С кем вы предпочитаете работать?
а) с покорными людьми;
б) с независимыми и самостоятельными людьми.
- 19.** Стараетесь ли вы избегать острых дискуссий?
а) да; б) нет.
- 20.** Когда вы были ребенком, часто ли вы сталкивались с властью вашего отца?
а) да; б) нет.
- 21.** Умеете ли вы в дискуссии на профессиональную тему привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?
а) да; б) нет.
- 22.** Представьте себе такую сцену: во время прогулки с друзьями по лесу вы потеряли дорогу. Приближается вечер и нужно принимать решение. Как вы поступите?
а) предоставите принятие решения наиболее компетентному из вас;
б) просто не будете ничего делать, рассчитывая на других.
- 23.** Есть такая пословица: «Лучше быть первым в деревне, чем последним в городе». Справедлива ли она?
а) да; б) нет.
- 24.** Считаете ли вы себя человеком, оказывающим влияние на других?
а) да; б) нет.
- 25.** Может ли неудача в проявлении инициативы заставить вас больше никогда этого не делать?
а) да; б) нет.

- 26.** Кто, с вашей точки зрения, истинный лидер?
а) самый компетентный человек;
б) тот, у кого самый сильный характер.
- 27.** Всегда ли вы стараетесь понять и по достоинству оценить людей?
а) да; б) нет.
- 28.** Уважаете ли вы дисциплину?
а) да; б) нет.
- 29.** Какой из следующих двух руководителей для вас предпочтительнее?
а) тот, который все решает сам;
б) тот, который всегда советуется и прислушивается к мнениям других.
- 30.** Какой из следующих стилей руководства, по вашему мнению, наилучший для работы учреждения того типа, в котором вы работаете?
а) коллегиальный; б) авторитарный.
- 31.** Часто ли у вас создается впечатление, что другие злоупотребляют вами?
а) да; б) нет.
- 32.** Какой из следующих портретов больше напоминает вас?
а) человек с громким голосом, выразительными жестами, за словом в карман не полезет;
б) человек со спокойным, тихим голосом, сдержанный, задумчивый.
- 33.** Как вы поведете себя на собрании и совещании, если считаете свое мнение единственно правильным, но остальные с вами не согласны?
а) промолчите; б) будете отстаивать свое мнение.
- 34.** Подчиняете ли вы свои интересы и поведение других людей делу, которым занимаетесь?
а) да; б) нет.
- 35.** Возникает ли у вас чувство тревоги, если на вас возложена ответственность за какое-либо важное дело?
а) да; б) нет.
- 36.** Что бы вы предпочли?
а) работать под руководством хорошего человека; б) работать самостоятельно, без руководителей.
- 37.** Как вы относитесь к утверждению: «Для того чтобы семейная жизнь была хорошей, необходимо, чтобы решение в семье принимал один из супругов»?
а) согласен; б) не согласен.
- 38.** Случалось ли вам покупать что-либо под влиянием мнения других людей, а не исходя из собственной потребности?
а) да; б) нет.
- 39.** Считаете ли вы свои организаторские способности хорошими?
а) да; б) нет.
- 40.** Как вы ведете себя, столкнувшись с трудностями?

- а) опускаете руки; б) появляется сильное желание их преодолеть.
41. Упрекаете ли вы людей людям, если они этого заслуживают?
а) да; б) нет.
42. Считаете ли вы, что ваша нервная система способна выдержать жизненные нагрузки?
а) да; б) нет.
43. Как вы поступите, если вам предложат реорганизовать ваше учреждение или организацию?
а) введу нужные изменения немедленно; б) не буду торопиться и сначала все тщательно обдумаю.
44. Сумете ли вы прервать слишком болтливого собеседника, если это необходимо?
а) да; б) нет.
45. Согласны ли вы с утверждением: «Для того чтобы быть счастливым, надо жить незаметно»?
а) да; б) нет.
46. Считаете ли вы, что каждый человек должен сделать что-либо выдающееся?
а) да; б) нет.
47. Кем бы вы предпочли стать?
а) художником, поэтом, композитором, ученым; б) выдающимся руководителем, политическим деятелем.
48. Какую музыку вам приятнее слушать?
а) могучую и торжественную; б) тихую и лирическую.
49. Испытываете ли вы волнение, ожидая встречи с важными и известными людьми?
а) да; б) нет.
50. Часто ли вы встречали людей с более сильной волей, чем ваша?
а) да; б) нет.

Оценка результатов тестирования

Сумма баллов за ваши ответы подсчитывается с помощью ключа к опроснику.

Ключ к опроснику

1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7а, 8б, 9б, 10а, 11 а, 12а, 13б, 14б, 15а, 16б, 17а, 18б, 19б, 20а, 21 а, 22а, 23а, 24а, 25б, 26а, 27б, 28а, 29б, 30б, 31 а, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 37а, 38б, 39а, 40б, 41 а, 42а, 43а, 44а, 45б, 46а, 47б, 48а, 49б, 50б.

За каждый ответ, совпадающий с ключевым, испытуемый получает один балл, в ином случае - 0 баллов.

Оценка лидерства

Если сумма баллов оказалась **менее 25**, то качества лидера выражены слабо.

Если сумма баллов в пределах **от 26 до 35**, то качества лидера выражены средне.

Если сумма баллов оказалась **от 36 до 40**, то лидерские качества выражены сильно.

Если сумма баллов **более 40**, то данный человек как лидер склонен к диктату.

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 тот довел информацию о данном инциденте до главного врача, а тот 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 от запланированного 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.

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.

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.

Ситуационные задачи

1. Пострадавший ранен при взрыве шариковой бомбы. На передневногнутренней поверхности правой голени в средней трети – рана размером 0,5х 0,5 см. Возникло сильное кровотечение. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.
2. В результате автомобильной катастрофы нижние конечности у одного из пострадавших были придавлены опрокинувшимся автомобилем. В течение 2 ч не было возможности освободить конечности. Вы - врач скорой помощи, приехавшей на вызов. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.
3. Господин Н. работает электриком. Во время ремонта проводки на улице получил удар током и упал навзничь. Пульс и дыхание отсутствуют. Вы стояли в очереди в соседнем магазине и видели произошедшее из окна. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.
4. Вы проходили по улице, упало стекло и нанесло проходящему мужчине резаную рану на передней поверхности предплечья. Из раны струей вытекает венозная кровь. Специальных приспособлений для остановки кровотечения нет. Нет стерильного перевязочного материала. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.
5. Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движений грудной клетки не видно, пульс не прощупывается. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.
6. Из воды извлечен человек без признаков жизни. Пульс и дыхание отсутствуют, тоны сердца не выслушиваются. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.
7. Находясь на лесозаготовительных работах, рабочий упал с высоты, ударившись спиной о сваленное дерево. Возникли сильнейшие боли в спине, резко усиливающиеся при движении, движения нижних конечностей затруднены. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.
8. В результате столкновения автомобилей водитель одной из машин сильно ударился переносицей о руль, возникло сильное носовое кровотечение. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.

9. Ребенок 5 лет ел конфету, когда за окном раздался резкий грохот. От неожиданности ребенок подавился конфетой. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.

10. Мужчина 30 лет на работе упал с высоты 8 м, потерял сознание. Вы обнаружили в теменной области кровоточащую рану размером 10х4 см, из носовых ходов и полости рта выделяется кровь. Представьте ситуацию и отразите ход Ваших действий.

***Для проведения подобного тренинга необходимо пригласить специалиста-эксперта в данной области.**

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

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. Одиноким 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.

Обсуждение итогов игры:

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

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 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.

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.

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.

Финал:

Обсуждение в свободной форме, чаепитие, дружеское общение.