

РОЛЬ ВОЛОНТЕРСКОГО ДВИЖЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОДРОСТКОВ-ШКОЛЬНИКОВ

Куликов А.М.¹, Кучма В.Р.²

¹ГБОУ ВПО «Северо-Западный государственный медицинский университет им. И.И. Мечникова» Министерства здравоохранения РФ, г. Санкт-Петербург, Россия

²НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков
ФГБУ «Научный центр здоровья детей» РАМН, Москва, Россия

Контактная информация: Куликов Александр Матвеевич. 191015, г. Санкт-Петербург, ул. Кирочная, 41. СЗГМУ им. И.И. Мечникова; тел.: (812)303-50-00 доб. 2381, e-mail: aleksandr.kulikov@spbmapo.ru

Обосновывается важность организации волонтерского движения по пропаганде здорового образа жизни в школе. Включение подростков в такую работу соответствует современным стратегиям охраны здоровья: участие молодежи в программах сохранения собственного здоровья; школ, содействующих здоровью, а также партнерства молодежи и взрослых. Программами Правительства Российской Федерации предусматривается необходимость привлечения к добровольчеству практически каждого пятого молодого человека. Только при участии подростка в охране собственного здоровья мы вправе рассчитывать на адекватную социализацию молодежи, формирование необходимых жизненных навыков. Добровольческая работа в наибольшей степени учитывает запросы молодежи в профилактике рискованного поведения. Специально подготовленного волонтера можно рассматривать как эффективного посредника между взрослым обществом, заинтересованным в здоровом образе жизни молодежи, и подростками. Психологические и социальные особенности подростков создают хорошие предпосылки и мотивацию для их безвозмездной работы в социальных проектах. Рассмотрены принципы формирования (поиск кандидатов, собеседование, выяснение мотиваций), обучения (принцип «равный – равному» с применением интерактивных методик, сертификация) и работы волонтерской команды. Высокая эффективность работы молодых волонтеров обусловлена вовлечением в пропаганду принципов здорового образа жизни значительного количества сверстников, применением методики равного обучения, доверия к сверстникам и интерактивных технологий (ролевая игра, мозговой штурм, станционные игры, тренинги по профилактике поведения высокой степени риска). Профилактическая деятельность добровольцев может быть включена как в рамки уроков ОБЖ, так и реализована во внеурочной деятельности образовательного учреждения и летних оздоровительных лагерях. Обсуждены условия стабильности и эффективности работы молодых волонтеров в школе: роль руководителя волонтерской команды, наличие помещения для волонтеров, специальной атрибутики, уважительного отношения со стороны педагогического коллектива и морального поощрения. Добровольчество является не только мощным ресурсом профилактической работы, но и важной ступенью социализации подростков, включая профессиональную ориентацию. Волонтерство обеспечивает занятость подростков социально значимым делом и служит показателем их активной гражданской позиции.

Ключевые слова: волонтер; здоровый образ жизни; школа; профилактика; равное обучение; рискованное поведение

ROLE OF THE VOLUNTEER MOVEMENT IN THE PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLES AMONG ADOLESCENTS IN SCHOOL

Kulikov A.M.¹, Kuchma V.R.²

¹North-Western State Medical University named after I.I. Mechnikov, St. Petersburg, Russia;

²Research institute of hygiene and health care of children and adolescents, Scientific Center of Children's Health under the Russian Academy of Medical Sciences, Moscow, Russia

Contact: Kulikov Alexander Matveevich. 41 Kirochnaya Street, St. Petersburg, Russia, 191015. North-University named after I.I. Mechnikov; phone: (812)303-50-00 ext. 2381, e-mail: aleksandr.kulikov@spbmapo.ru

We consider the importance of volunteer organizations to promote healthy life-styles in school. The inclusion of adolescents in this work is high health protection strategies: youth participation in the programs of their own health; health promotion schools, and partnerships of youth and adults. Programs of the Government of the Russian Federation provide for the need to engage almost every fifth young person in volunteerism. Only with the participation of teenagers in their own health care, we can count on the adequate socialization of youth, formation of life skills. Volunteer work in most meets the demands of youth in the prevention of risky

behavior. Specially trained volunteers can be seen as an effective mediator between adult society interested in a healthy lifestyle of young people and teenagers. Psychological and social features of adolescents create good preconditions and motivation for their gratuitous work in social projects. We considered the principles of formation (search for candidates, interviewing, finding motivations), training (the principle of "peer to peer" using interactive techniques, certification) and the work of the volunteer team. The high efficiency of young volunteers' work is due to the involvement of a significant amount of peers in the promotion of a healthy lifestyle, using the method of equal education, trust in peers and interactive techniques (role playing, brainstorming, station games, training for the prevention of high-risk behavior). Preventive activities of volunteers can be included in the scope of a basic safety lessons and extracurricular activities in the educational institutions and summer camps. We discussed the conditions of stability and efficiency of the work of young volunteers in school: the role of the head of the volunteer team, the availability of the premise for volunteers, special attributes, the respect of the staff and moral encouragement. Volunteering is not only a powerful resource for prevention, but also an important step in the socialization of adolescents, including vocational guidance. Volunteering provides the employment for young people with socially relevant business and is an indication of their citizenship.

Key words: volunteer; healthy lifestyle; school; prevention; equal education; risky behavior

Ключевой установкой современных европейских стратегий улучшения здоровья детей и подростков признается обязательность участия молодежи в охране своего здоровья. «Государственная программа развития здравоохранения Российской Федерации» (Утверждена распоряжением Правительства РФ № 2511-р от 24 декабря 2012 года) предусматривает баланс «обязательств со стороны государства по обеспечению охраны здоровья и государственных гарантий и обязательств граждан заботиться о собственном здоровье».

Подростки являются гражданами страны и должны принимать активное участие в планировании и мониторинге любой стратегии, целью которой является улучшение их здоровья. Молодые люди являются экспертами в отношении своих сверстников. Их участие поможет добиться того, чтобы образовательные инициативы и меры, направленные на развитие соответствующих служб, учитывали их потребности и проблемы [1]. Кроме того, участие подростков в профилактических программах позволяет формировать их ответственное отношение к своему здоровью.

Сегодня в России неизбежен процесс развития сети школ, содействующих здоровью. Технологии, сберегающие здоровье, и формирование здорового образа жизни обязательны в таких школах. В реализации этих подходов должны участвовать волонтеры.

Концепцией долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденной

распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. №1662-р, содействие распространению добровольческой деятельности отнесено к числу приоритетных направлений социальной и молодежной политики. Эта задача рассматривается в рамках гражданского образования и патриотического воспитания молодежи, содействия формированию правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи [2]. Так, доля молодых людей, принимающих участие в добровольческой деятельности, в общем числе молодежи к 2013 году должна составить 18%. Добровольцем должен стать практически каждый пятый подросток.

В Стратегии государственной молодежной политики в Российской Федерации на период до 2016 года предусмотрен специальный проект «Доброволец России», который будет решать следующие задачи: мотивация молодых людей к оказанию помощи, проявлению действенной инициативы в решении проблем людей, нуждающихся в помощи и поддержке; формирование механизмов вовлечения молодых людей в многообразную общественную деятельность, направленную на улучшение качества жизни россиян; развитие и поддержка молодежных инициатив, направленных на организацию добровольческого труда молодежи. Указанный проект адресован каждому молодому человеку в возрасте от 14 до 25 лет, живущему в Российской Федерации. Молодые люди получают возможность проявить себя и осознать свою востребованность в жизни общества [2].

Во многих регионах созданы Добровольческие центры, задачами которых являются поддержка и развитие добровольческих инициатив как социально значимого явления [3]. Продвижением и поддержкой молодежных волонтерских организаций занимается Общероссийская общественная организация «Детские и молодежные социальные инициативы» (www.dimsi.net).

Добровольческая (волонтерская) деятельность – это форма социального служения, осуществляемая по свободному волеизъявлению граждан, направленная на бескорыстное оказание социально значимых услуг на местном, национальном или международном уровнях, способствующая личностному росту и развитию выполняющих эту деятельность граждан (добровольцев) [4]. Волонтером можно назвать человека, который добровольно и безвозмездно в свободное время работает на благо общества, выполняя социально значимую работу.

Значимость добровольчества чрезвычайно велика для подростков. Если взрослые участники движения нацелены преимущественно на оказание собственно помощи, то волонтерство подростков решает и другие задачи. Для них это не только эффективный способ помощи своим сверстникам, но и школа жизни. Волонтерство способно реализовать те аспекты жизни, которые подростки не всегда могут получить в школе и семье. Только при участии подростка в охране собственного здоровья мы вправе рассчитывать на адекватную социализацию молодежи, формирование необходимых жизненных навыков. Чрезмерная забота, слишком сильная защита ребенка сделает его беспомощным и зависимым, не готовым к преодолению трудностей.

Дети, принадлежавшие к волонтерскому сообществу, имеют лучший эмоциональный настрой, отношения с окружающими, возможности разрешения конфликтных ситуаций по сравнению с обычными детьми. Подростки, проводящие 1-4 часа в неделю в полезной и интересной деятельности, на 40% реже употребляют наркотики и на 37% реже вступают в ранние половые связи [5].

Направления деятельности волонтеров могут быть самыми различными. В рамках данной публикации мы остановимся только на участии

школьных волонтеров в пропаганде принципов здорового образа жизни и профилактике рискованного поведения. Нет сомнений, что волонтеры – это важный ресурс для проведения профилактической работы с подростками и молодежью.

Специально подготовленного волонтера можно рассматривать как эффективного посредника между взрослым обществом, заинтересованным в здоровом образе жизни молодежи, и подростками.

Во-первых, для подростка важнее всего та информация, которую он получает от своих сверстников. Подростка лучше всего поймет подросток, так как общность интересов для данного возраста, схожий язык, одинаковый статус создают все предпосылки для общения, доверия и понимания. Для распространения идей здорового образа жизни ничто не является более эффективным, чем привлечение тех, на кого эти идеи направлены. Нет лучшего способа воспитания человека, чем привлечение его к воспитанию других. Один из самых действенных способов усвоения информации – это передача ее кому-либо.

Во-вторых, эффективность традиционных способов профилактической работы (лекции, беседы, санитарные бюллетени) в молодежной среде крайне низка. Сегодня именно волонтеры способны пользоваться современными профилактическими технологиями, основанными на интерактивном общении (ролевые игры, мозговой штурм и пр.), и обучением по принципу «равный – равному». При этом формирование жизненных навыков у школьников формируется осознанно, а не вкладывается в их голову в виде готового рецепта. Программы и методики, основанные на принципе равного подхода, носят разные названия: «Равное обучение», «Молодые – молодым», «Ровесник – ровеснику», «Равный – равному». Хорошо известно, что люди начинают лучше понимать друг друга в том случае, если нет преград в общении и люди имеют схожие интересы и взгляды.

В-третьих, возможности волонтеров позволяют реализовать профилактические программы среди значительного количества молодежи за относительно короткий период времени.

В-четвертых, именно волонтерское движение реализует современные стратегии участия молодежи в охране своего здоровья, а также партнерства взрослых и молодежи.

Команду по пропаганде здорового образа жизни и профилактике рискованного поведения можно создать при школе, молодежном клубе, клинике, дружественной к молодежи; общественной волонтерской организации. Если волонтерское движение организуется непосредственно в школе силами сотрудников образовательного учреждения, то в ее создании обычно принимают участие заместитель директора по воспитательной работе, социальный педагог, психолог, педагоги дополнительного образования, школьный библиотекарь. Обязательно должен быть выделен заинтересованный в этой работе руководитель волонтерской команды.

Первый этап подготовки волонтеров – это их поиск. Обычно при наборе молодежных волонтерских команд не бывает трудностей. Почему подростки легко идут в волонтеры? Уже к 12-13 годам когнитивные возможности достигают значительного уровня. Появляется потребность в осмыслении жизни. Для многих подростков типично желание изменить мир, сделать его лучше и чище. Именно в подростковом возрасте формируются высшие человеческие эмоции и качества – сострадание, сопереживание, эмпатия и альтруизм. Особенно остро подростки переживают одиночество. Причастность и включение в группу сверстников для них является обязательным. Весьма привлекательной для подростка может оказаться и работа в специальной волонтерской форме (куртка, футболка, бейсболка и пр.).

Все эти потребности молодые люди могут легко реализовать в волонтерстве в школьной среде. Исследования показывают, что до 40% учащихся школ хотели бы быть членами общественной организации, 38% молодых людей хотели бы поработать в качестве волонтеров [5].

Опросы школьников Санкт-Петербурга показали, что на первое место среди мотивов желания стать волонтером они ставят чувство сострадания, затем – мотив получения новых знаний, умений, приобретения опыта, расширение границ общения. Подростки готовы решать

конкретные задачи и добиваться реальных, видимых результатов «здесь и сейчас». Ограничивают возможности школьного волонтерства нехватка времени у старшеклассников и нежелание работать бесплатно у прагматичных подростков, подверженных влиянию потребительских тенденций, развитых в современном обществе [6].

Почему школьники становятся волонтерами? Мотивы, руководствуясь которыми человек принимает решение стать волонтером, могут быть разными. Молодежь Нижнего Новгорода в качестве основных побудительных причин назвала: возможность приобретения опыта для будущей оплачиваемой работы (34%); возможность общаться с интересными людьми в общественной организации, приобрести новых друзей (34%); желание чувствовать себя нужным (25%); внутренняя убежденность, зов души и сердца, потребность делать добро, помогать людям (19%); стремление изменить положение вещей в этом мире (12%) [7]. Практически такие же установки молодежи были обнаружены и в исследовании фонда «Общественное мнение»: карьерные мотивы, мотивы расширения социальных контактов, мотивы самопомощи, альтруистические мотивы [8].

Важно привлечение подростков только на основе добровольности и желания участвовать в движении. В ряде организаций при наборе взрослых волонтеров нередко практикуется профессиональный отбор. Однако нельзя отказывать в желании стать волонтером любому школьнику. Каждому из них можно найти посильное и интересное задание и занятие. Можно проявить себя в различных видах деятельности – журналистика, проведение тренингов, менеджмент, выступления, написание сценариев, разработка информационных материалов.

Подготовка волонтеров к профилактической работе. Если волонтеры не были обучены должным образом, то их деятельность может быть вредной (дезинформация, непрофессиональный совет и т. д.). Поэтому **второй этап** состоит в подготовке волонтеров по специальным программам. Несомненно, что каждая школа может разрабатывать собственную программу.

При этом обязательно придется привлекать медицинских работников школы, психологов, специалистов клиник, дружественных к молодежи. Аспекты, связанные с профилактикой употребления психоактивных веществ, важно согласовывать со специалистами Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков. Требуется деликатности обучение подростков по вопросам охраны репродуктивного здоровья. Волонтер обязательно должен быть подготовлен таким образом, чтобы его деятельность не противоречила законодательству Российской Федерации.

Однако более разумным представляется применять уже апробированные и показавшие свою эффективность учебные курсы. К их числу, например, относится Программа подготовки волонтеров «PRO – здоровый выбор», разработанная и реализуемая РОО «Взгляд в будущее» (Санкт-Петербург). Учебный курс получил название «Здоровый выбор». Ее разработчики предлагают корректную информацию по многим аспектам жизни подростков, оставляя молодежи право выбора, как поступить в той или иной ситуации. Программа охватывает все аспекты здорового образа жизни, социальной адаптации и профилактики рискованного поведения. Идеология курса: «Мы не решаем проблем – мы учим их не создавать!»

После прохождения курса обучения молодые люди обязательно получают сертификат, подтверждающий возможность их самостоятельной работы, и волонтерскую форму со специальной символикой (футболка, кепка, куртка и пр.). Завершается второй этап посвящением в волонтеры. Возможна даже клятва волонтера. Количественный состав группы может варьировать. Важны два принципиальных условия: команда должна быть управляема, и все члены должны хотеть работать друг с другом. Поэтому на этапе формирования команды важен тренинг, направленный на сплочение группы.

На **третьем этапе** молодые волонтеры имеют право работать самостоятельно в тесном контакте с руководителем волонтерской команды из числа сотрудников школы. Руководителем группы может быть любой взрослый, желающий заниматься этой работой. Именно

от него будет зависеть эффективность работы команды. Возможности волонтеров таковы, что они легко могут охватить профилактической работой всю школу, не только сверстников и учащихся младших классов, но и педагогический коллектив.

Формы профилактической работы волонтеров в школе могут быть различны:

- организованные занятия с учащимися с применением интерактивных методов – викторины и ролевые игры;

- проведение тренингов по профилактике поведения высокой степени риска, которые формируют новые поведенческие установки и изменяют уже сложившиеся стереотипы. В качестве примеров можно назвать тренинги: «Поговорим о тебе», (г. Хабаровск), «Будни и радости раннего материнства» (г. Братск);

- участие в занятиях в рамках учебной дисциплины ОБЖ;

- проведение массовых акций, выставок, соревнований и игр;

- организация и проведение профилактических стационарных игр в учебных заведениях. Их суть заключается в получении информации по вопросам профилактики рискованного поведения, в преодолении препятствий и выполнении заданий, размещенных на каждой станции. Чаще всего волонтеры привлекают сверстников в «Маршрут безопасности» – программу в рамках профилактики ВИЧ/СПИДа и развития навыков, позволяющих молодым людям сохранить здоровье в условиях эпидемии ВИЧ-инфекции и наркомании. Это комбинация интерактивной игры и передвижной информационной выставки, состоящей из 5 станций, для решения следующих задач: пропаганды здорового образа жизни, привлечения внимания молодежи к проблемам наркомании, табакокурения, алкоголизма, ВИЧ/СПИДа, ИППП; повышения уровня информированности молодых людей о формах и последствиях рискованного поведения. На каждой станции волонтеры помогают получить необходимые профилактические знания, преодолеть предубеждения, улучшить коммуникативные навыки участников, содействуют принятию самостоятельных решений. Такая выставка воздействует на участников

не только на познавательном, но и на эмоциональном и поведенческом уровнях;

- информирование родителей о проблемах молодежи. Зачастую родителям трудно узнать о молодежных проблемах у своих собственных детей. Волонтеры могут дать взрослым полную интересующую их информацию. Ведь они живут в этой же среде;

- подготовка учителей по навыкам профилактической работы. Примечательно, что на самом деле педагоги с удовольствием сами могут быть в роли обучаемых своими учениками, которые выступают в роли учителей. Такой подход лишь повышает авторитет учителей в глазах учеников и соответствует требованиям современного подхода «партнерства молодежи и взрослых»;

- разработка и распространение среди сверстников профилактических информационных материалов по пропаганде здорового образа жизни;

- сбор (анкетирование, тестирование, опросы) и обработка информации.

Возможности молодых волонтеров велики и вне образовательных учреждений.

Работа в молодежных лагерях в период летней оздоровительной кампании представляется наиболее востребованной. Современные подростки, в отличие от поколения их родителей в молодые годы, летом чаще всего предоставлены сами себе. Именно в лагере у подростков много свободного времени и они с удовольствием включаются в процесс общения с волонтерами. При этом есть хорошая возможность максимального вовлечения детей как в качестве участников, так и в качестве помощников организаторов профилактической работы. Предусмотрены коллективные формы работы (интерактивные тренинги, работа в кружках, массовые мероприятия) и индивидуальная консультативная работа. Естественно, что волонтеры работают в тесном взаимодействии с администрацией и воспитателями лагеря.

Организация и проведение массовых акций и информационных кампаний – один из видов массовых мероприятий, реализуемых волонтерами, главной целью которого обычно является привлечение общественного внимания

к какой-либо проблеме. В качестве примера можно назвать акции: «Забей!» (вырази свое отношение к наркотикам, алкоголю и табаку), «Мы – рядом!» (поддержка детей, рожденных от ВИЧ-инфицированных матерей), «Будь готов!» (охрана репродуктивного здоровья), «Хватит пить!» (вред алкоголя).

Проведение семинаров, конференций, слетов с участием молодежи также является важной формой волонтерского движения.

Польза волонтерства для общества и самих молодых людей. Работа волонтеров имеет огромное общественное значение. Отмечено повышение эффективности пропаганды здорового образа жизни, так как волонтеры применяют новые профилактические методики. При этом здоровьесберегающими технологиями удается охватить значительное количество детей, подростков и родителей. Физические возможности одного медицинского работника или педагога всегда ниже, чем волонтерской группы из 20 школьников. В этом проявляется несомненный экономический эффект участия молодежи.

Профессионалы не всегда могут достичь хорошего контакта с группой подростков. Такие подходы, как равное обучение и посредничество, дают возможность достичь более эффективной передачи информации на уровне, соответствующем запросам молодежи. Поэтому от профилактической работы можно отстранить тех медицинских и педагогических работников, для которых такая деятельность фактически является обузой и была бы неэффективной.

Конечно, оценить конечный эффект профилактической работы в целом достаточно сложно. Однако вполне адекватными показателями первых результатов работы волонтеров могут стать результаты анкетирования участников в начале и конце реализации программы: повышение уровня информированности о здоровом образе жизни детей, подростков и родителей; снижение уровня распространенности факторов риска среди школьников в классах, охваченных профилактической работой, и в классах, в которых подобная работа не проводилась.

Быть активными участниками программ пропаганды здорового образа жизни означает ответственное отношение не только к выполняемой работе, но и к собственному здоровью. Поэтому по крайней мере сами волонтеры будут думать о своем здоровье. Добровольчество обеспечивает занятость подростков социально значимым делом и служит показателем их активной гражданской позиции. При этом фактически гарантируется полноценная социализация, исчезновение инфантилизма молодежи и формирование личности. Происходит формирование необходимых жизненных навыков, личностное развитие. Молодые люди повышают свой социальный статус, самооценку и коммуникативные навыки. Достигается умение работать в команде, последовательность и надежность, способность к самостоятельному выбору, готовность брать ответственность на себя. В последующем такие молодые люди с большей вероятностью станут потенциальными лидерами и мощным ресурсом гражданского общества. А пока именно они составляют костяк общественного самоуправления в школе.

По наблюдениям педагогов, в ходе волонтерской деятельности формируются компетентность, уверенность и зрелость подростков. По словам волонтеров, сама жизнь их меняется и обретает новый смысл. В дальнейшей жизни им проще общаться, взаимодействовать и включаться в любую деятельность, они умеют оказывать положительное влияние на людей, легко занимают лидерские позиции, проявляя в то же время толерантность и уважение к окружающим. Для части школьников общение со сверстниками компенсирует его дефицит в семье.

Скептицизм взрослых в отношении возможностей молодежи должен быть устранен. Подростки это легко ощущают и уходят из волонтерского движения. Отношение к добровольцам должно быть таким же уважительным, как к сотрудникам школы.

Добровольческая деятельность выступает факторами личностного развития: позитивное изменение коммуникативного сознания и коммуникативных умений, развитие эмпатии, творческого потенциала личности, формирование социальной активности, направленной

на изменение и преобразование окружающей действительности [7].

Участие молодых людей в программах по сохранению своего здоровья – это и реализация их гражданских прав. Волонтерская деятельность дает им возможность выразить свою точку зрения, быть услышанными и повлиять на результат в решении вопросов, затрагивающих их интересы. Добровольчество можно рассматривать как хорошую профессиональную ориентацию, получение разностороннего опыта и предпосылку профессионального роста. Для некоторых волонтеров такая деятельность становится путевкой в жизнь. После окончания школы они осознанно выбирают профессию психолога, социального или медицинского работника.

Крайне важной представляется возможность улучшения взаимопонимания поколений. Сотрудничество представителей различных возрастных групп рождает новые решения, предоставляет доступ к целому ряду навыков и умений. Многие взрослые понимают, что не только молодежь может у них учиться, но и им есть чему учиться у молодых людей. Волонтеры обеспечивают взрослых новыми и свежими идеями. Подростки могут проявить себя как полноправные и важные партнеры взрослых специалистов. Энергия молодежи и профессиональный опыт взрослых обеспечивают достижение высокой продуктивности профилактической работы.

В процессе сотрудничества, диалога взрослых и молодежи развиваются коммуникабельность, умение ориентироваться в информационном пространстве, планировать свои действия, прогнозировать результаты и брать на себя ответственность за принятие решения. Молодой человек должен уметь сделать свой жизненный выбор. В процессе волонтерской деятельности приобретается жизненный опыт. Участие в профилактических программах порождает мотивацию, которая ведет к росту компетенции и желанию дальнейшего участия, в том числе на более высоких уровнях партнерства.

Для поддержания эффективной работы волонтерских команд необходим **грамотный менеджмент**. Он включает планирование и координи-

нацию работы волонтеров, их привлечение, собеседование, оценку потребностей, распределение обязанностей, обучение, обеспечение общественного признания и поддержку, оценку эффективности.

Залог успешной работы – заинтересованный квалифицированный руководитель волонтерской команды. Им может быть любой работник школы, приверженный идеям добровольчества и испытывающий желание работы с молодежью. Однако чаще всего эти обязанности берет на себя один из педагогов или школьный психолог. Руководитель обеспечивает координацию всей деятельности, распределяет обязанности, отвечает за связь с государственными структурами, общественностью, средствами массовой информации, осуществляет стратегическое планирование деятельности вместе с волонтерским активом. Несомненно, что волонтерство является добровольной деятельностью. Но оно обязательно должно быть упорядочено и находиться под контролем.

Всегда полезен график работы волонтера. Если добровольца не обеспечить интересной работой, то его мотивация снизится. Рекомендовано вести волонтерскую книжку, в которой отмечают все мероприятия с участием волонтера. Ядро команды должны составлять позитивные энергичные подростки с выраженными лидерскими качествами – люди, за которыми хотелось бы идти. Важно понимать, что через 2-3 года волонтеры уйдут из школы во взрослую жизнь. Поэтому заранее нужно найти им замену.

Необходимо сделать так, чтобы участие в волонтерской команде или движении было привлекательным для молодых людей. Этому может способствовать наличие красивой формы для участников движения (волонтерская атрибутика обязательна), выпуск полиграфической продукции, положительные отзывы в средствах массовой информации, благодарственные письма, грамоты. Участие в волонтерской команде должно быть отмечено в характеристике школьника. Хорошей формой поощрения подростка остается его участие в волонтерских слетах. Квалификацию волонтера должны поддерживать постоянные тренинги и участие в региональных слетах волонтеров.

Волонтерство является безвозмездным движением. Но тем не менее без материальных затрат полностью обойтись не удастся. Необходимы средства на расходные материалы, призы для волонтеров, транспорт. Для этого необходимо искать поддержку во властных структурах и спонсоров. Необходимо создать хотя бы минимальный фонд поддержки волонтеров. Хорошие возможности дает поиск грантов и выход на международное сотрудничество.

Как показала практика, если волонтерам негде собираться, мотивация и эффективность работы снижаются. При наличии специально выделенного помещения волонтеры имеют возможность общаться, готовиться к занятиям, обмениваться опытом, чувствовать себя хозяевами, проводить тренинги и быть более ответственными к выполнению работы. В соблюдении этих требований проявляется уважительное отношение взрослых к деятельности волонтеров.

Сегодня мы можем говорить о возможности работы в школе двух типов волонтерских команд. Первая создается на базе собственной школы из числа своих учеников, а вторая – на базе общественных организаций, молодежных клубов или клиник, дружественных к молодежи. Волонтерство как школьный проект имеет свои плюсы и минусы. Несомненно, в качестве положительных можно рассматривать минимальные затраты на создание команды. Кроме того, сами школьники хорошо знают свои проблемы и легко могут определиться с приоритетами профилактической работы.

Однако есть и минусы такой работы. Своя школьная команда может быть заорганизованной и работать формально. В одной и той же школе подростку и педагогу сложно выступать сразу в двух ролях: пара «волонтер – учитель» – «прилежный послушный ученик и одновременно свободный волонтер, равный в общении с учителем»; пара «волонтер – одноклассник» – «свой парень и одновременно наставник одноклассников» – также проблемное соотношение.

Поэтому школа может привлекать волонтерские команды, созданные на базе других учреждений и организаций. Эти добровольцы могут проводить профилактическую работу в школе

во внеучебное время и только после получения согласия родителей школьников.

Выводы. Таким образом, волонтерство подростков по сравнению с аналогичной работой взрослых людей имеет специфику. Это не просто безвозмездная помощь другим, но и форма социализации. Это не просто бескорыстная помощь, но и важная социальная программа вовлечения молодежи в охрану своего здоровья. Поэтому, с

точки зрения общественного здравоохранения, участие подростков в волонтерском движении – наиболее эффективный и экономически выгодный путь реализации профилактической работы с молодежью. С точки зрения школы, волонтерство – важнейший способ социализации подростков, стимуляции их социальной активности и формирования активной гражданской позиции.

ЛИТЕРАТУРА

1. Стратегия «Здоровье и развитие подростков России» (гармонизация европейских и российских подходов к теории и практике охраны и укрепления здоровья подростков). М.: Издатель Научный центр здоровья детей РАМН; 2010.
2. Стратегия государственной молодежной политики в Российской Федерации на период до 2016 года. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 16 июля 2009 г. № 997-р.
3. Практические рекомендации по организации деятельности добровольческих центров в Российской Федерации. СПб, 2012. Available at: <http://www.kdobru.ru>.
4. Методические рекомендации по развитию добровольческой (волонтерской) деятельности молодежи в субъектах Российской Федерации. Available at: <http://vmo.rgub.ru/policy/act.php>.
5. *Акимова Е.В.* Педагогическое волонтерство в деятельности детско-молодежных объединений: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Рязань; 2006.
6. *Андреанова Д.Д.* Мотивация участия подростков в волонтерской деятельности. Available at: <http://www.emissia.org/offline/2012/1847.htm>.
7. *Азарова Е.С.* Психологические детерминанты добровольческой деятельности. Вестник Томского государственного университета; 2008; 306. 120-5.
8. *Петренко Е.С.* Ресурс добровольческого движения авангардных групп для российской модернизации. Available at: <http://soc.fom.ru/dobrovolchestvo.html>.

Сведения об авторах

Куликов Александр Матвеевич, доктор медицинских наук, профессор, Северо-Западный государственный медицинский университет имени И.И. Мечникова, Санкт-Петербург, Россия

Кучма Владислав Ремирович, член-корреспондент, доктор медицинских наук, профессор, директор НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБУ «Научный центр здоровья детей» РАМН, Москва, Россия

Куликов А.М., Кучма В.Р. Роль волонтерского движения в формировании здорового образа жизни подростков-школьников. Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. 2013; 2: 4-12.