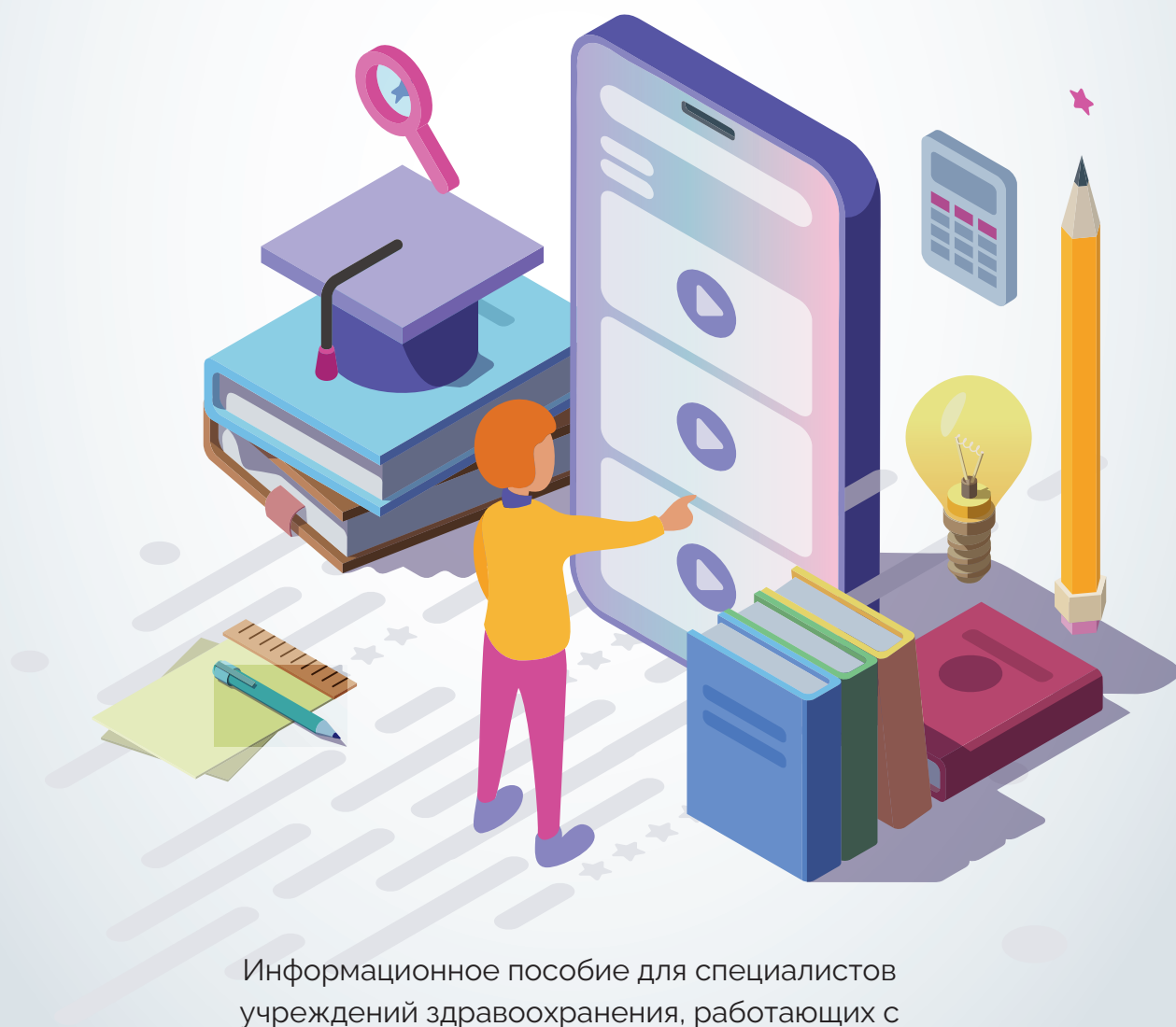


ВОЛОНТЕРЫ ЗДОРОВЬЯ С ЦИФРОВЫМИ НАВЫКАМИ:

КАК И ЗАЧЕМ ПРИВЛЕКАТЬ ИХ В ЦЕНТРЫ, ДРУЖЕСТВЕННЫЕ ПОДРОСТКАМ



Информационное пособие для специалистов учреждений здравоохранения, работающих с подростками и молодежью

Минск
2021

УДК 004:613(476)
ББК 51.1(4 Бей)
Н64

Рецензенты:
Родич Анна Михайловна,
зав. отделением организационно-методического обеспечения
отдела общественного здоровья государственного учреждения
«Минский областной центр гигиены, эпидемиологии и
общественного здоровья».

Никонович, В. П.

Н64 Волонтеры здоровья с цифровыми навыками: информационное пособие /
Никонович В. Н., Зенькова А. П., – Минск: Тирас-Н, 2021. 12 с

ISBN 978-985-90570-3-8

В настоящем пособии приведена информация о базовых компетенциях и видах деятельности волонтеров здоровья с цифровыми навыками, необходимых условиях эффективного сотрудничества, азах волонтерского менеджмента.

Волонтеры здоровья с цифровыми навыками – важный ресурс для центров, дружественных подросткам (ЦДП). Обученные и мотивированные молодые люди могут помочь центрам активизировать работу в онлайн-формате, грамотно вести социальные сети, создавать актуальный фото- и видеоконтент, тем самым привлекая новых клиентов и делая учреждения более привлекательными для подростков и молодых людей.

Настоящее пособие предназначено для специалистов Центров, дружественных подросткам.

УДК 004:613(476)
ББК 51.1(4 Бей)

Производственно-практическое издание

Никонович Виталий Николаевич,
Зенькова Алеся Петровна

Волонтеры здоровья с цифровыми навыками:
как и зачем привлекать их в центры,
дружественные подросткам

Информационное пособие

Ответственный за выпуск
Анна Крючкова

Подписано в печать 08.11.2021 г. Формат 60x84/8. Бумага мелованная.
Печать цифровая. Усл. печ. л. 1,86. Уч. изд. л 2,11. Тираж 20 экз. Заказ 382/3

Общество с дополнительной ответственностью «Тирас-Н»
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий № 1/310 от 23.04.2014 г.
ул. Филатова, 10а, к. 1а, 220027, г. Минск
Тел.: +375 29 677 48 21 Email: tiras2000@list.ru

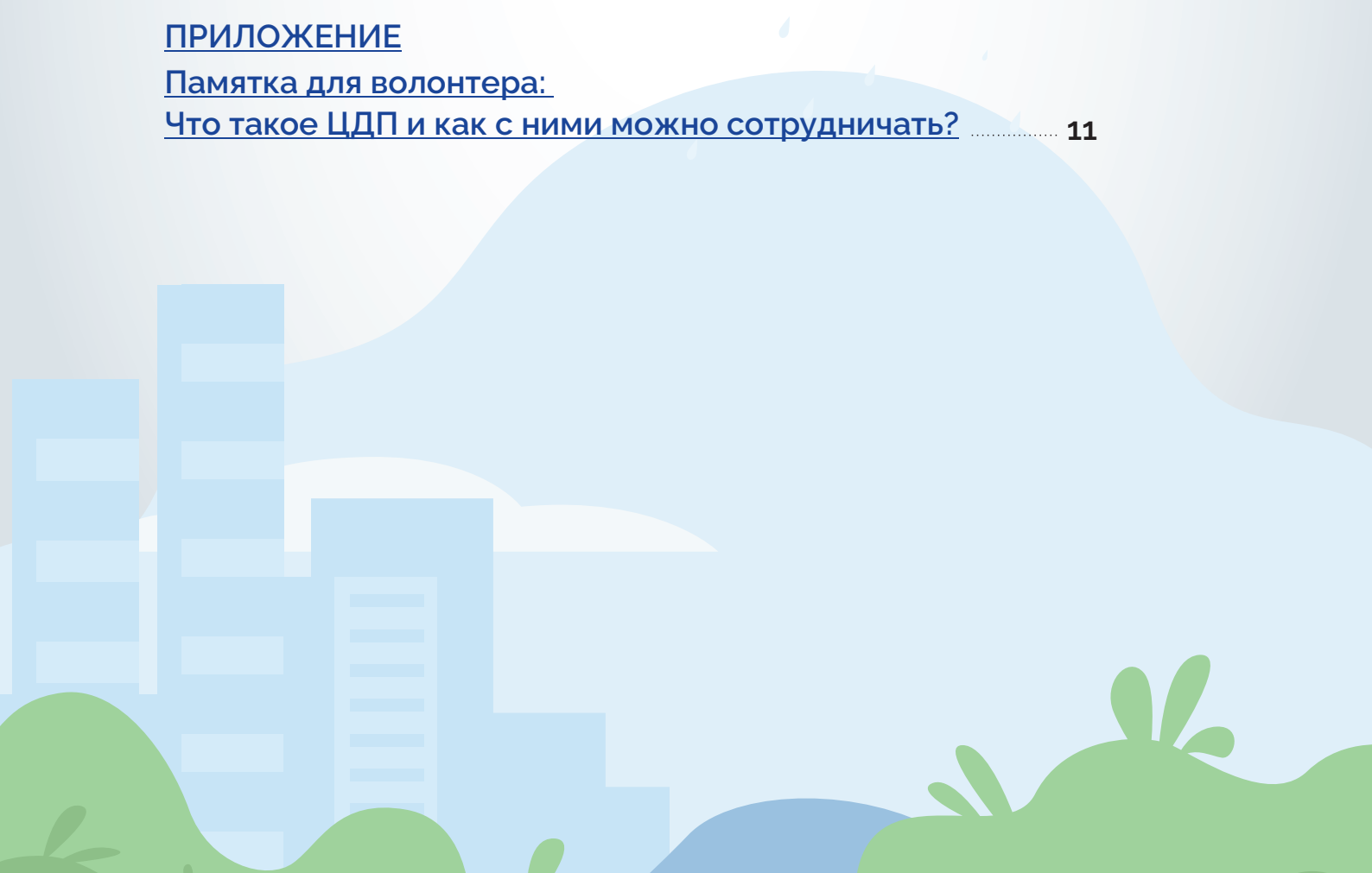
Типография ООО «Типография НьюГрафикс»
пер. С. Ковалевской, д. 52, пом. 1 кабинет, 220014, г. Минск

© Никонович В. Н., Зенькова А. П., 2021

© Оформление ОДО «Тирас-Н», 2021

СОДЕРЖАНИЕ

<u>ВВЕДЕНИЕ</u>	2
<u>КТО ТАКИЕ ВОЛОНТЕРЫ ЗДОРОВЬЯ С ЦИФРОВЫМИ НАВЫКАМИ, ЧЕМ ОНИ МОГУТ ПОМОЧЬ ЦДП И ГДЕ ИХ ИСКАТЬ</u>	3
<u>КАК ПРИВЛЕЧЬ ВОЛОНТЕРОВ К СОТРУДНИЧЕСТВУ</u>	4
<u>КАК ГРАМОТНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОТЕНЦИАЛ ВОЛОНТЕРОВ</u>	5
<u>ОПЫТ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ ВОЛОНТЕРОВ ЗДОРОВЬЯ С ЦИФРОВЫМИ НАВЫКАМИ ДЛЯ ЦДП</u>	7
<u>ПРИЛОЖЕНИЕ</u> <u>Памятка для волонтера:</u> <u>Что такое ЦДП и как с ними можно сотрудничать?</u>	11



ВВЕДЕНИЕ

Беларусь, как и весь мир, продолжает бороться с пандемией COVID-19. Для реализации принципов непрерывности оказания услуг и их доступности для всех целевых групп, учреждениям здравоохранения необходимо развивать дистанционную форму работы с использованием информационно-коммуникационных технологий (ИКТ).

Работа в онлайн-формате позволяет оказывать непрерывную помощь вне зависимости от эпидемиологической ситуации, расстояния, времени, финансовых возможностей и прочих «очных» факторов, расширяет доступ услуг для уязвимых групп, увеличивает охват аудитории, позволяет привлечь новых клиентов и разговаривать с подростками и молодыми людьми на их языке, в их формате.

Однако освоение и использование в профессиональной жизни онлайн-технологий, различных приложений, сервисов и социальных сетей требует от сотрудников ЦДП времени и дополнительных усилий, которых не всегда хватает. И здесь как раз могут помочь волонтеры здоровья с цифровыми навыками. Сотрудничество с такими помощниками и помощницами имеет долгосрочный эффект - в перспективе они могут помогать не только в технической, но и содержательной деятельности ЦДП: стать равными консультантами и создателями новых эффективных форм и методов работы с молодежью, быть активными участниками программ по сохранению здоровья и экспертами реализуемой ЦДП деятельности. Это важно, поскольку меры по изменению образа жизни и сохранению здоровья подростков лучше работают, если разрабатываются с участием самой целевой аудитории.

Исходя из этого, в 2020/2021 учебном году в рамках партнерства учреждения «Лаборатория инновационных проектов» и Представительства Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Республике Беларусь были инициированы образовательные мероприятия, которые апробировали **модель подготовки волонтеров здоровья с цифровыми навыками для белорусских ЦДП**.

Модель включала три задачи:

1. поиск заинтересованных подростков и молодых людей и их стимулирование к долгосрочной добровольной работе с ЦДП (не менее года) по созданию цифровых продуктов и онлайн-мероприятий с использованием ИКТ для помощи центрам в эпоху пандемии COVID-19;
2. создание результативной программы онлайн-обучения, освоив которую участницы и участники смогли бы улучшить свои цифровые навыки и получить стимул применить их в сфере общественного здравоохранения;
3. создание сети волонтеров здоровья с цифровыми навыками и сотрудников учреждений здравоохранения для долгосрочной совместной работы и усиления потенциала ЦДП.

Подготовка, сопровождение и поддержка волонтеров велась в онлайн-формате.

В информационном пособии обобщен опыт, полученный в ходе проведения образовательных мероприятий, приведены примеры реализованных активностей волонтеров здоровья с цифровыми навыками, а также даны рекомендации сотрудникам ЦДП по развитию волонтерского движения в сфере здравоохранения.

КТО ТАКИЕ ВОЛОНТЕРЫ ЗДОРОВЬЯ С ЦИФРОВЫМИ НАВЫКАМИ, ЧЕМ ОНИ МОГУТ ПОМОЧЬ ЦДП И ГДЕ ИХ ИСКАТЬ

Волонтеры здоровья с цифровыми навыками – обученные и мотивированные молодые люди с высоким уровнем владения ИКТ, которые оказывают неоплачиваемые услуги ЦДП для их популяризации среди подростков и молодежи.

Ключевые компетенции:

- знания возможностей социальных сетей и мессенджеров;
- знание специальных приложений, программ для обработки фото и видео; платформ для видеоконференций;
- способность формировать актуальный и доступный контент для молодежи, направленный на сохранение и укрепление здоровья;
- способность оказывать техническую поддержку специалистам ЦДП в подготовке и проведении онлайн-мероприятий и услуг;
- коммуникативные и организаторские способности.

Чем могут помочь:

Волонтеры здоровья с цифровыми навыками могут выполнять в ЦДП следующие функции:

- **SMM-менеджер.** Поможет грамотно вести наиболее популярные социальные сети, например, Instagram, ВКонтакте или TikTok.
SMM (social media marketing) - это план продвижения в социальных сетях. Качественный контент в соцсетях и его грамотное продвижение способствуют популяризации ЦДП среди подростков и молодежи.
- **Администратор мессенджеров.** Поможет сделать узнаваемым и интерактивным канал ЦДП в Viber или Telegram, провести онлайн-консультирование через эти приложения.

- **Фотограф.** Поможет в визуализации деятельности ЦДП, редактировании фотографий.
- **Видеоредактор.** Поможет разнообразить и улучшить видеоконтент (идеи, съемка, монтаж). Видеоролики - наиболее востребованный формат у целевой аудитории.
- **Иллюстратор.** Поможет в создании иллюстраций к постам в соцсетях. Это важно, так как посты с картинками читаются и воспринимаются лучше.
- **Технический помощник.** Поможет с технической поддержкой онлайн-мероприятий и использованием инструментария для их интерактивности (конкурсы, викторины, опросы и пр.).

Где искать:

- в учреждениях образования, в том числе в медицинских колледжах и вузах (при помощи социально-педагогической и психологической службы, педагогов-организаторов, заинтересованных в сотрудничестве);
- на молодежных форумах, которые проводят другие организации;
- среди обратившихся в ЦДП подростков;
- в других общественных организациях, где есть волонтеры (участвуя в совместных проектах);
- через волонтеров, которые уже сотрудничают с центром – «равный приводит равного»;
- в социальных сетях.

КАК ПРИВЛЕЧЬ ВОЛОНТЕРОВ К СОТРУДНИЧЕСТВУ

Чтобы заинтересовать волонтеров в совместной работе, сотрудникам ЦДП необходимо:

1. рассказать кандидатам о возможностях и выгодах волонтерства;
2. правильно организовать работу, чтобы она была интересной и значимой для волонтеров;
3. учитывать и укреплять их мотивацию к волонтерской деятельности.

Возможности и выгоды волонтерства

На вопрос потенциального волонтера: «Что мне даст этот опыт?», можно ответить так:

- востребованные навыки
- новые знакомства
- бонус для портфолио.

Волонтерская деятельность способствует развитию таких социальных навыков, как:

- коммуникативные способности;
- работа в команде;
- лидерство;
- самоорганизация;
- дисциплина;
- защита и отстаивание прав и интересов;
- инициативность.

Тяга к общению - осознанная социальная потребность молодых людей. Возможность приобрести единомышленников, найти значимый для себя круг общения, получить поддержку во взаимодействии – весомые аргументы для привлечения целевой аудитории к сотрудничеству.

Для многих волонтеров немаловажным бонусом станут рекомендации и отзывы ЦДП для своего портфолио.

Правильная организация работы с волонтерами

Составляющие эффективного сотрудничества:

- качественное и интересное обучение;
- дружеские отношения в коллективе;

- возможность участвовать на равных в важных вопросах и принятии решений;
- помощь и поддержка волонтеров на первых этапах работы;
- признание личного вклада волонтеров и должная оценка их усилий;
- интересная деятельность, которая удовлетворяет ожидания волонтеров и не занимает много времени;
- ощущение важности своей работы.

Ставьте перед волонтерами интересные, творческие задачи! Привлекайте их к подготовке ваших мероприятий - они могут внести креативные идеи, почувствуют включенность в процесс и ответственность.

Работа с мотивацией волонтеров

Важно определить личные мотивы кандидатов и построить взаимодействие, опираясь на них. Тогда они по-настоящему захотят стать членами вашей команды.

При этом важно периодически проводить срез их мнения об организации текущей работы, уровне сложности, количестве потраченного времени и т.д., что позволит корректировать волонтерскую деятельность.

Основные мотивы и причины, по которым люди вступают в волонтерские движения:

- самореализация личностного потенциала;
- общественное признание, чувство социальной значимости;
- самовыражение;
- потребность в расширении круга общения;
- возможность сделать мир счастливее и обрести смысл жизни;
- приобретение практических знаний, необходимых для найма на оплачиваемую работу;
- встречи с интересными людьми;
- получение навыков, которые могут пригодиться в повседневной жизни.

КАК ГРАМОТНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОТЕНЦИАЛ ВОЛОНТЕРОВ

Отечественный и международный опыт показывает, что организация волонтерской деятельности состоит из 5 основных этапов:

1. Планирование совместной деятельности.
2. Набор волонтеров.
3. Обучение.
4. Стажировка.
5. Профессиональное сопровождение.

Кратко расскажем, что делать на каждом этапе.

Чек-лист

5 этапов работы с волонтерами

1. Планирование

- Определите цели и ожидания от сотрудничества.
- Определите направления работы для волонтеров.
- Продумайте, где и как искать волонтеров.
- Продумайте, чему и как обучить волонтеров перед началом практики.
- Определите и обучите тех, кто будет набирать волонтеров.

3. Обучение

- Проведите встречу координатора с волонтерами для обсуждения работы, программы обучения, ожиданий волонтеров от обучения.
- Проведите тренинг.
- Оцените, насколько хорошо волонтеры усвоили предмет и как применяют полученные знания и навыки на практике.

2. Набор

- Создайте объявление о наборе волонтеров в ЦДП.
- Распространите информационные листовки, буклеты организации, разместите объявления в соцсетях.
- Проведите информационные встречи в целевых группах.
- Привлеките волонтеров, которые уже связаны с организацией.
- Подготовьте необходимую информацию для кандидатов: описание круга работ, задач, условий и т.д.
- Проведите собеседование с кандидатами, определите их мотивацию, личные качества, опыт.

4. Стажировка

- Обсудите круг задач волонтеров.
- Зафиксируйте критерии волонтерской деятельности письменно: права волонтера и обязанности организации/ руководителя (по желанию).
- Договоритесь о совместных выходах на «полевую работу» для отработки полученных знаний на практике.
- Отпустите волонтеров в свободное плавание и периодически интересуйтесь результатами самостоятельной деятельности.
- Научите волонтеров заполнять отчет о проведенной работе.
- Составьте краткое резюме по результатам стажировки волонтеров.

5. Профессиональное сопровождение

- Проведите супервизию сложностей, возникающих в процессе выполнения профессиональных функций.
- Проведите мониторинг результатов деятельности волонтеров (опросы, анализ их отчетов).
- Оцените эффективность деятельности волонтеров и сотрудничества в целом.

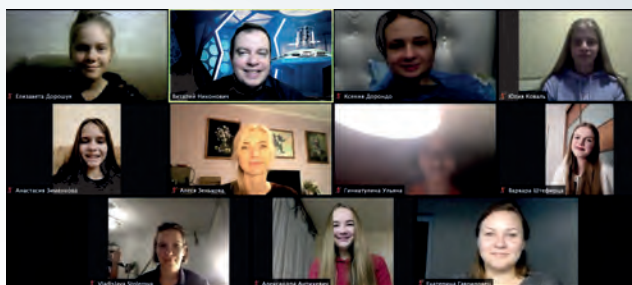
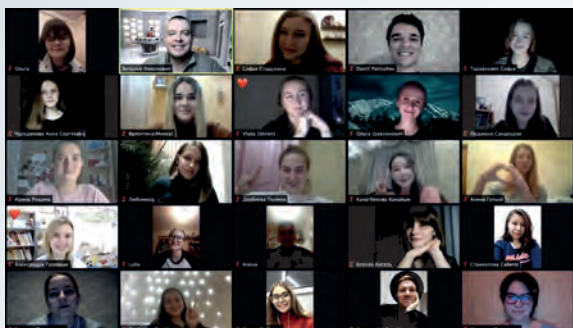
КАК ГРАМОТНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОТЕНЦИАЛ ВОЛОНТЕРОВ

Общие рекомендации

- **Информационная листовка** о наборе волонтеров должна содержать: сведения о вашей организации; цели и задачи волонтерской деятельности; виды предлагаемых работ, описание проблемы; привлекательные стороны волонтерской деятельности; требования к личным качествам кандидата. Информация должна быть изложена на доступном и понятном для целевой аудитории языке.
- **На собеседовании** первые минуты лучше использовать не для получения информации о волонтерах, а для создания спокойной и комфортной атмосферы, психологического раскрепощения кандидатов, налаживания позитивных и конструктивных отношений. Нужно четко прояснить для себя, какие навыки нужны для выполнения волонтерами их работы и также четко объяснить это кандидатам. Не стоит обещать того, что не сможете обеспечить.
- Волонтеров **необходимо обучить, как работать безопасно для себя и клиентов**. В обучении лучше всего использовать **интерактивные методы**, которые позволяют активно участвовать в обучении: тренинги, работа в группах, дискуссии, ролевые игры, практические filmy, консультации экспертов.
- Если на практике волонтеры столкнулись с новыми ситуациями, которые требуют дополнительных знаний и методов, можно **поставить их в пару с руководителем или более опытными волонтерами; предложить участие в семинарах и тренингах продвинутого уровня**.
- Для профессионального роста волонтеров можно практиковать **перепрофилирование деятельности**.
- **Важно поощрять волонтеров**. Это может быть, к примеру, поездка на семинар с оплатой дороги, питания и проживания; встреча с волонтерами других городов; обмен опытом; перспектива устройства на оплачиваемую должность в организации.
- Важно не забывать **оказывать психологическую поддержку**: обсуждать с волонтерами их переживания и трудности, которые возникают в процессе работы. Такая супервизия позволяет поддерживать мотивацию и эмоциональную стабильность волонтеров, расширять их знания и навыки.
- Желательно **выдать волонтерам сертификат (свидетельство) о прохождении обучения и практики**, который они смогут использовать в дальнейшем, например, при приеме на работу. Такой сертификат может быть напечатан на принтере, содержать эмблему и название организации, ФИО участника, подпись тренеров/руководителя организации, печать.

Желаем удачного сотрудничества!

ОПЫТ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ ВОЛОНТЕРОВ ЗДОРОВЬЯ С ЦИФРОВЫМИ НАВЫКАМИ ДЛЯ ЦДП



В 2020/2021 учебном году учреждение «Лаборатория инновационных проектов» в партнерстве с Представительством Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Республике Беларусь при поддержке Агентства США по международному развитию (USAID) провели обучение по трем направлениям:

- для сотрудников ЦДП (82 чел.);
- для равных консультантов (106 чел.);
- для волонтеров здоровья с цифровыми навыками (192 чел.).

Программа обучения по каждому направлению включала от 18 до 36 академических часов и большую практическую работу. В итоге успешно завершили обучение и получили сертификаты 19% участников/участниц онлайн-курсов для подростков и молодежи, 41,5% участников/участниц онлайн-курсов для специалистов. Далее часть выпускников и выпускниц начали применять новые знания и умения на практике.

Как проходило онлайн-обучение для волонтеров здоровья с цифровыми навыками

После анализа работы ЦДП и проведения неформальных встреч с молодыми людьми

было решено отказаться от первоначальной идеи приглашать на обучение только учащихся медицинских колледжей и студентов медицинского профиля. Мы хотели значительно расширить аудиторию для обучения и привнести новый опыт в сферу здравоохранения. Также было решено отказаться от использования административного ресурса при наборе учебных групп. Анонс с информацией об онлайн-курсе и ссылка на регистрационную форму распространялись через сами ЦДП и волонтеров, которые с ними сотрудничают, через рассылку по электронной почте, размещение публикаций в социальных сетях и группах в мессенджерах. Таким образом, обучение на курсе мог пройти любой желающий в возрасте 16-25 лет, прошедший регистрацию.

Перед онлайн-курсом ставилась цель: подготовить молодых людей к долгосрочной работе в качестве волонтеров ЦДП, развивая их цифровые и коммуникативные навыки. Интенсивность обучения - 18 академических часов. Материалы курса были загружены на онлайн-платформу, там же выполнялись практикумы. Дополнительно еженедельно проходили видеовстречи на платформе Zoom, а также поддерживалась коммуникация в мессенджере Telegram.

ОПЫТ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ ВОЛОНТЕРОВ ЗДОРОВЬЯ С ЦИФРОВЫМИ НАВЫКАМИ ДЛЯ ЦДП



Онлайн-курс содержал три основные темы:

1. Что означает быть волонтером здоровья с цифровыми навыками?

Модуль включал: изучение специфики работы ЦДП, основы профилактики COVID-19; практику по самодиагностике цифровых навыков; выбор направления своей будущей волонтерской работы.

2. Технология волонтерской работы.

Модуль включал: изучение волонтерского менеджмента для понимания, как с волонтерами работают ЦДП; создание первого продукта/услуги с последующим обсуждением полученных результатов.

3. Реализация волонтерских цифровых действий в области здоровья.

Модуль включал волонтерскую работу при сопровождении тьюторов с постоянным обменом информацией на общих встречах.



[Плей-лист
онлайн-курса
«Волонтеры
здоровья с
цифровыми
навыками»](#)

Ожидалось, что после окончания обучения волонтеры смогут помочь ЦДП в решении следующих задач:

- дизайн лендингов/сайтов;
- оформление аккаунтов в социальных сетях и мессенджерах;
- подготовка публикаций в аккаунтах ЦДП в текстовом, визуальном и видео форматах;
- ведение диалога с аудиторией;
- съемка и обработка фото; создание иллюстраций; монтаж видео;
- реклама услуг центров, включая SMM и SEO-продвижение;
- создание и проведение молодежных онлайн-мероприятий, включая марафоны и квесты.

Результаты обучения оказались разными. В основном хорошее включение волонтеров в ЦДП происходило в ситуации, когда сам центр направлял подростков на обучение. Сложнее совместная работа налаживалась, когда подготовленные волонтеры впервые предлагали свои услуги ЦДП: приходилось некоторое время знакомиться и устанавливать доверительные отношения.

Примеры волонтерских активностей

По итогам проведения онлайн-курса мы получили несколько незапланированных эффектов, которые позднее переросли в действующие активности.

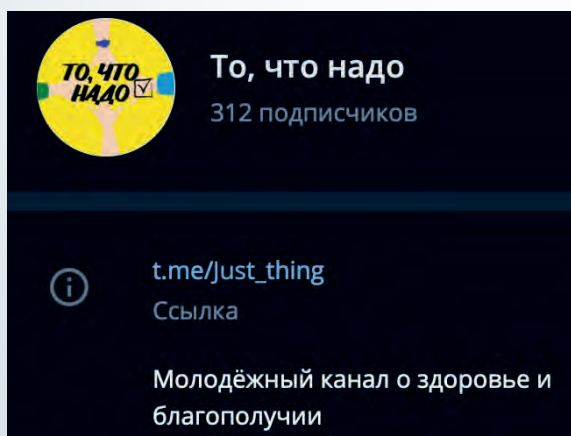
ОПЫТ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ ВОЛОНТЕРОВ ЗДОРОВЬЯ С ЦИФРОВЫМИ НАВЫКАМИ ДЛЯ ЦДП



[Telegram-канал
«То, что надо»](#)

Telegram-канал «То, что надо» - молодежный ресурс о здоровье и благополучии, который ведут сами молодые люди. Миссия канала: дать возможность молодой аудитории делиться знаниями, мыслями и идеями. Поэтому у канала есть связанный чат с обсуждениями публикаций, возможностью задавать вопросы и отвечать на них.

Молодые люди ведут контент-план, равномерно распределяя нагрузку по подготовке публикаций. В разные дни публикуется тематический контент, например, по понедельникам анонсируются мероприятия о возможности обучения и развития, по вторникам - публикации по COVID-19, по средам рекламируются услуги одного из ЦДП, в четверг - свободная тема, в пятницу проводится опрос, по субботам публикуется интересная цитата, а в субботу - веселая картинка. Ожидается, что к команде канала будут присоединяться новые выпускники



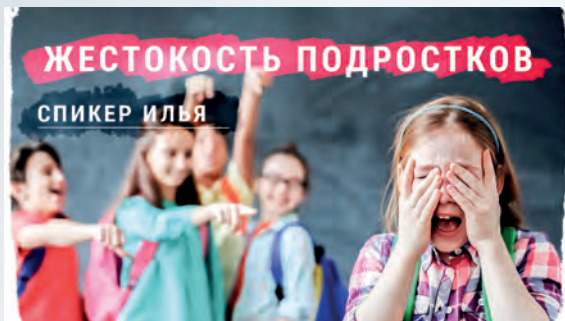
онлайн-курса "Волонтеры здоровья с цифровыми навыками", размещенного на Молодежной платформе ЮНИСЕФ edu.u-platform.by

Дискуссионные встречи «Голос молодежи» - создание безопасного и открытого пространства для подростков и молодежи по развитию коммуникативных навыков, обсуждению острых тем, преодолению страхов публичного выступления.

Мероприятия проводились с декабря 2020 по март 2021 года. К участию приглашались те, кто хотел развивать навыки создания собственной истории, которую интересно слушать; тренироваться в активном слушании и способности понять собеседника; учиться взаимодействовать с аудиторией и работать с возражениями.

В дискуссионных встречах могли участвовать спикер и участник. Спикер делился своей проблемой, пережитым опытом, рассказывал о своих увлечениях в свободной форме за 5 минут, участники дискуссии могли задать ему вопросы, поделиться своим видением. Встречи проходили в ZOOM.

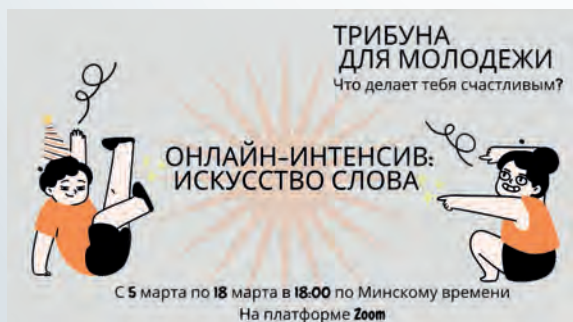
ОПЫТ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ ВОЛОНТЕРОВ ЗДОРОВЬЯ С ЦИФРОВЫМИ НАВЫКАМИ ДЛЯ ЦДП



[Плей-лист
«Голос молодежи»](#)

Онлайн-курс «Искусство слова» - обучение с погружением в среду, где участники самостоятельно прорабатывали теоретическую часть об ораторском мастерстве на платформе дистанционного обучения, а затем отработывали свои умения на онлайн-встречах в прямом эфире. Курс проводился как интенсив в течение двух недель и включал 6 онлайн-встреч, итогом которых было выступление перед участниками курса и, при желании, на мероприятии «Голос для молодежи».

Во время онлайн-курса участники/цы учились использовать разные стили речи, искать достоверную информацию на интересующую тему, писать сценарий выступления, бороться с волнением; выступать публично и производить положительное впечатление, создавать и рассказывать собственную интересную историю. Важно отметить, что разработку идеи и программы,



приглашение спикеров и технических специалистов, набор группы, проведение курса и оценку его результатов осуществляли сами волонтеры. Благодаря совместной работе молодые люди усовершенствовали свои умения эффективной коммуникации, управления конфликтами, ведения переговоров, работе в команде, креативности, продвижению идеи среди широкой общественности.

Выводы

На основе полученного опыта можно дать несколько рекомендаций, которые позволят качественно готовить цифровых волонтеров и эффективно встраивать их в деятельность ЦДП:

- Лучше, если обучение на курсе будет совместным, когда волонтеры и их будущие кураторы со стороны ЦДП взаимодействуют на протяжении всего обучения. Тогда не будет проблем встраивать уже подготовленных волонтеров в незнакомые им ЦДП.
- Стоит поддерживать подход, когда ЦДП направляют своих нынешних или будущих волонтеров на обучение по развитию цифровых навыков. В этом случае подростки и молодые люди будут воспринимать логичной ситуацию возвращения в свои ЦДП для реализации полученных знаний и умений.
- Важно организовать процесс сбора запроса от ЦДП по видам работ/услуг, к которым они хотели бы привлечь волонтеров здоровья с цифровыми навыками. Это позволит включить в программу обучения нужные элементы, которые выпускники смогут реализовать на практике.
- Важно обучать менеджменту волонтерства представителей ЦДП, популяризируя среди них такие важные ценности, как: приоритетность долгосрочного волонтерства, включение волонтеров в планирование и оценивание работы ЦДП, важность стимулирования работы волонтеров.

ПАМЯТКА ДЛЯ ВОЛОНТЕРА: ЧТО ТАКОЕ ЦДП И КАК С НИМИ МОЖНО СОТРУДНИЧАТЬ?

ЦДП – это учреждение, где подросткам и молодым людям в возрасте от 10 до 24 лет оказывают медицинскую, психологическую и социальную помощь в области сохранения психического и физического здоровья. Здесь специалисты отвечают на вопросы, помогают искать варианты решения проблем и выхода из кризисной ситуации.

В основном ЦДП располагаются на базе детских поликлиник, но, как правило, имеют отдельный вход или находятся в отдельном крыле здания.

Кто работает в ЦДП?

Психологи, акушеры-гинекологи, урологи, терапевты, педиатры, валеологи (специалисты по ЗОЖ), психиатры-наркологи. Состав специалистов может отличаться в зависимости от возможностей медицинского учреждения, структурным подразделением которого является ЦДП.

Чем ЦДП отличается от поликлиники?

Здесь другой подход в работе: комплексный, неформальный, дружественный, заточенный на потребности подростков и молодых людей. Строго соблюдается принцип конфиденциальности: информация, которой поделился подросток, не разглашается.

ЦДП оказывает комплексную помощь: медицинскую, психологическую, при необходимости социальную, правовую. Сотрудники помогают решать проблемы, с которыми обычно не обращаются в поликлинику. Сюда можно обратиться не только для обследования и лечения заболеваний, но и чтобы получить информацию и консультацию по вопросам здорового образа жизни, сексуальности и репродуктивного здоровья, решения психосоциальных проблем.

В основе работы – принцип сотрудничества.

Как оказывается помощь в ЦДП?

Бесплатно, анонимно, конфиденциально, доверительно, доброжелательно, на добровольной основе.



[Понимание специфики работы ЦДП](#)

С какими конкретно проблемами и вопросами подростки и молодые люди могут обращаться в ЦДП?

- Проблемы со здоровьем, о которых хочется поговорить «тет-а-тет»: изменения в организме в подростковом возрасте, проблемы с кожей, боли в груди, менструация, мутация голоса и пр.
- Конфликты в школе, семье, со сверстниками.
- Одиночество, тревожные мысли о саморазрушении.
- Безопасное сексуальное поведение.
- Профилактика зависимостей.
- Насилие, буллинг/кибербуллинг.
- Трудная жизненная ситуация, из которой нужно найти выход.

Как найти свой ЦДП?



[Полный список центров](#)

Что даст тебе этот опыт?

Сотрудничество с ЦДП откроет для тебя новый круг знакомых и друзей, поспособствует развитию лидерских качеств и навыков:

- работы в команде;
- эффективной коммуникации и эмпатии;
- креативного и критического мышления;
- борьбы со стрессом.

В итоге ты сможешь свободно и открыто общаться с людьми, лучше их понимать, организовывать и проводить мероприятия.

Приобретенные знания и умения помогут в личной и профессиональной жизни. Этот опыт станет весомым пунктом в твоём резюме: коммуникативные навыки – одни из самых востребованных у работодателей. Специалисты ЦДП также могут дать тебе важные рекомендации в твоё портфолио, которые учитываются при поступлении во многие вузы, или станут бонусом при приеме на работу.



[Принципы ЦДП и их применение на практике](#)

ДНЕВНИК

A series of horizontal dashed lines for writing.

Дневник

Blank lined area for journaling, consisting of 18 horizontal dashed lines.

Настоящее пособие разработано специалистами частного учреждения дополнительного образования взрослых «Лаборатория инновационных проектов» совместно с Представительством Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Республике Беларусь в рамках проекта по противодействию распространения COVID-19 при финансовой поддержке Агентства США по международному развитию (USAID). В основу пособия легли материалы онлайн-курса «Волонтеры здоровья с цифровыми навыками», размещенные на Молодежной платформе edu.u-platform.by

