

ВИЧ среди подростков и молодёжи: динамика, факторы уязвимости, что работает в профилактике

Фунтиков А.С.

Почему подросткам нужна информация?

Вы уже взрослые!

Появляются новые уровни самостоятельности:

- вы больше времени проводите без взрослых,
- больше общаетесь,
- принимаете решения сами.

И в этот период очень важно понимать, какие действия — безопасны, а какие могут привести к неприятностям: со здоровьем, законом, репутацией или жизненными планами!

Почему сегодняшний разговор важен

Мы говорим о том, что относится к:

- ✓ **здравью,**
- ✓ **ответственности,**
- ✓ **информационной грамотности,**
- ✓ **границам,**
- ✓ **умению сказать “нет”,**
- ✓ **умению защитить себя».**

Это — часть повседневной культуры безопасности, как правила дорожного движения, цифровая грамотность или навыки первой помощи.

Особенности возраста

Быстрое принятие решений

«Здесь и сейчас»

Влияние друзей и окружения

Чувство «со мной точно ничего не
случится»

Желание выглядеть взрослым

Среда, в которой живут современные подростки

Соцсети →
быстрые
знакомства

Компании,
«квартирники»,
мероприятия

Эпизоды потери
контроля:
- усталость,
- алкоголь,
- давление среды

Неловкость
обсуждать
безопасность и
границы

Почему подростки ошибаются чаще взрослых?

Неловко говорить о безопасности

Нет навыков отказа

Нет навыков согласия

Много мифов из интернета

Недостаток информации = риск

Знания = безопасность!!

Сценарий 1. «Ситуация произошла быстро — никто не успел подумать»

*(в компаниях, на мероприятиях, после
переписки, после конфликта/эмоций)*

Быстрые решения

Эмоции > логика

Потеря контроля

«Я не хотел(а), так получилось»

Сценарий 2. **«Мы давно общаемся, значит всё безопасно»**

*(дружба, симпатия, общие компании →
ложное чувство безопасности)*

«Он/она нормальный(ая), мы давно
знакомы»

Ложное чувство безопасности

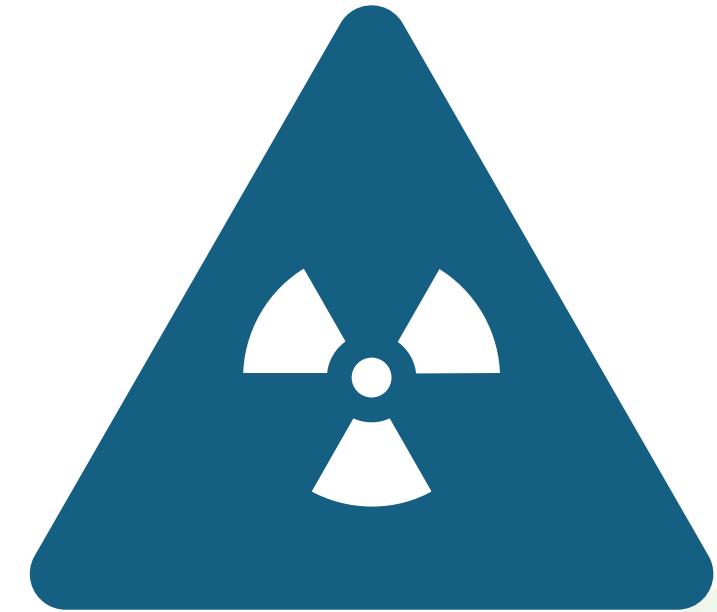
Не обсуждают здоровье

Не задают вопросы — боятся
обидеть

Сценарий 3. «Один раз — не считается»

(про любые рискованные действия:
алкоголь, близость, нарушение границ)

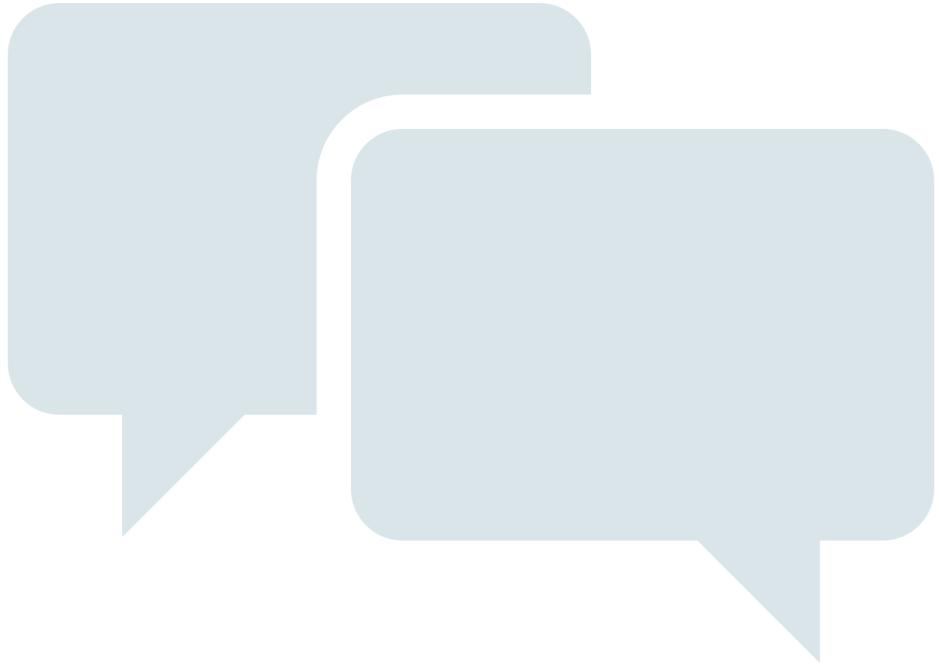
- «Со мной ничего не случится»
- «Один раз не опасно» — миф
- Последствия не зависят от количества раз
- Риск — это всегда риск



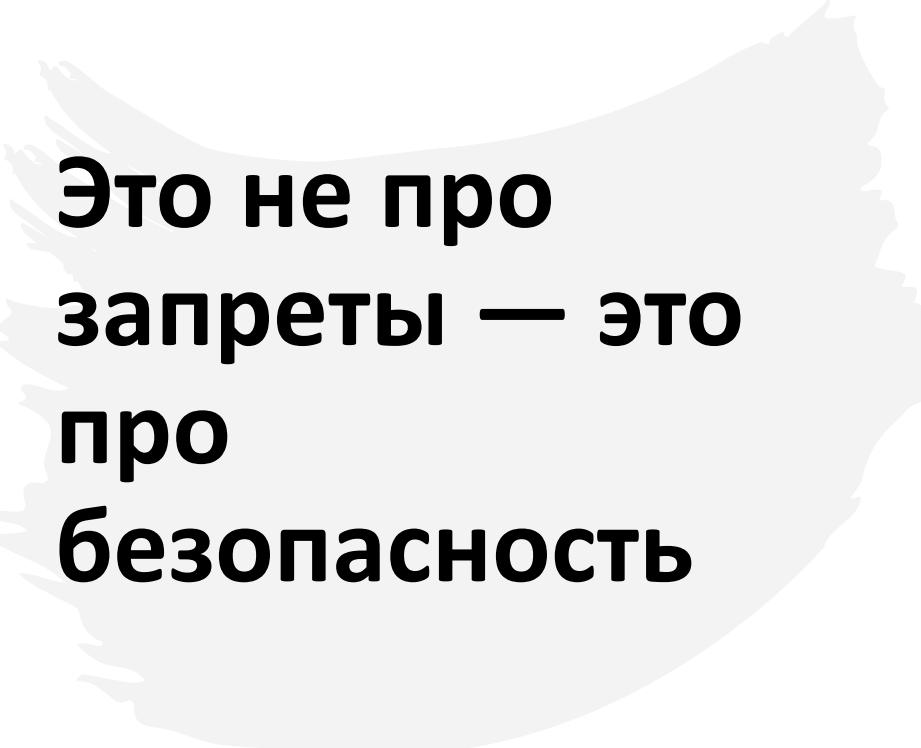
Сценарий 4. «Онлайн-знакомства и быстрые встречи»



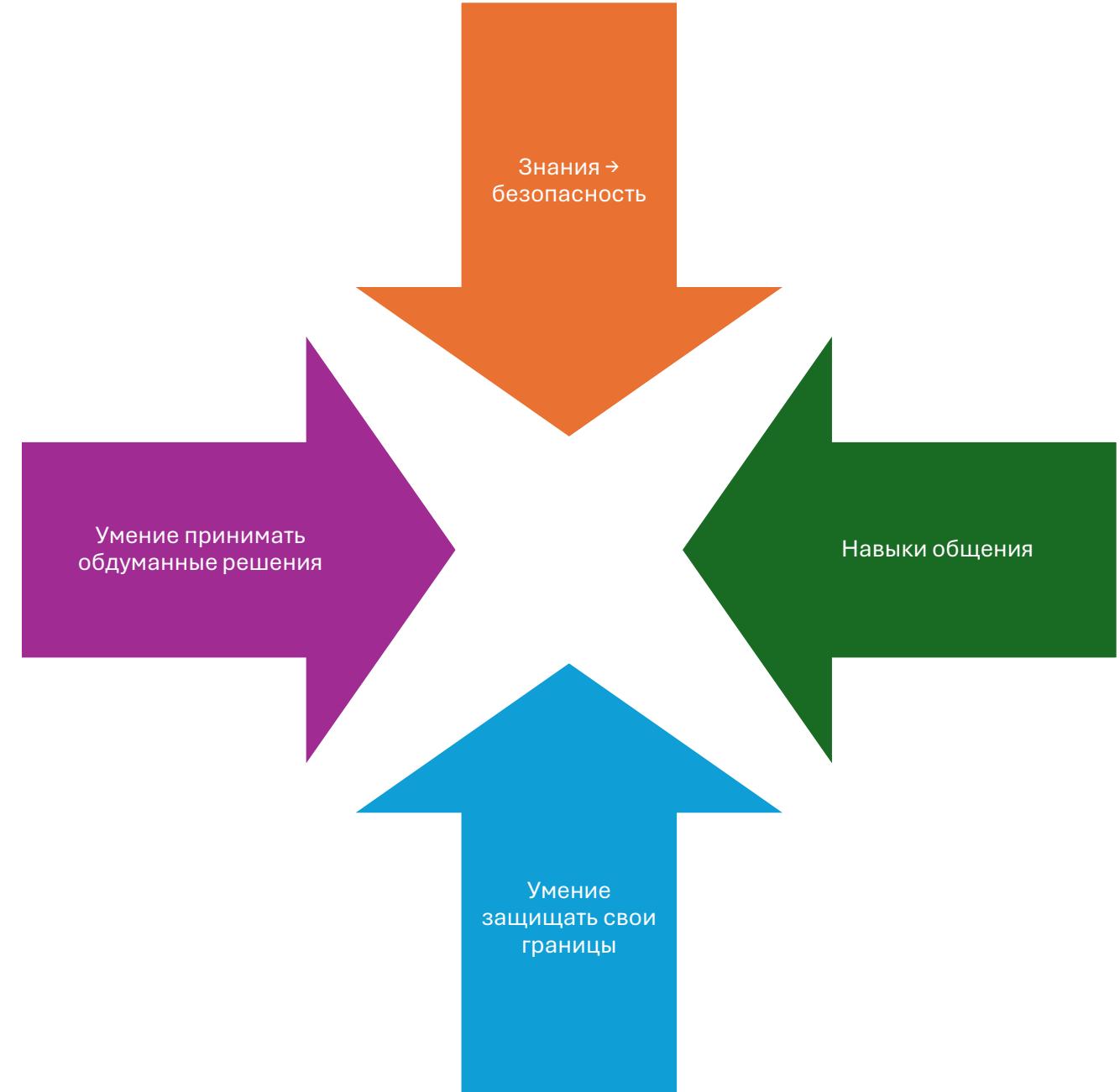
*соцсети, переписка,
отсутствие информации о
человеке*



- Соцсети ≠ реальная жизнь
- Минимум информации о человеке
- Быстрые договорённости → низкий контроль
- Опасность потери границ



Это не про запреты — это про безопасность





Про средства защиты без неловкости

Это часть заботы о здоровье

Обсуждать безопасность —
нормально

Мифы → риск

Навык: спокойный разговор

Тестирование как норма зрелости

Тестирование = уважение и ответственность

- Не подозрение → а забота
- Можно сделать анонимно
- «Давай проверимся вместе»
- Это про доверие, а не страх



Самый сильный навык в подростковом возрасте — умение обозначать свои границы!

Умение сказать: «мне так не подходит»

Право на «нет»

Право на паузу

Право на обсуждение условий

Формулировки, которые работают

Абсолютно нормальные фразы:

«Я сейчас не готов(а) к этому разговору или действию»

«Мне нужно время подумать»

«Мне важно, чтобы всё было безопасно»

«Без соблюдения правил безопасности — нет»

Алкоголь = снижение контроля!

- 80% рискованных ситуаций — под действием алкоголя
- Снижается критичность
- Повышается внушаемость
- Человек не замечает, что нарушает свои границы



Что делать,
если
произошла
рискованная
ситуация

Если что-то
пошло не так —
не молчите!

- Не стыдиться
- Обратиться за помощью
- Сделать это как можно раньше
- Есть экстренные меры защиты здоровья (до 72 часов)

Важно как можно раньше обратиться за помощью:

- Новосибирский центр по профилактике и борьбе со СПИДом
- в медицинскую организацию,
- подростковый центр,
- на горячую линию 8-800-350-5060. Единый консультационный центр.

Популярные мифы:

- ✓ «Если человек хорошо выглядит — значит, не болен»
- ✓ «Один раз — не опасно»
- ✓ «ВИЧ передаётся через объятия/посуду/рукопожатия»
- ✓ «Презервативы не работают / вредны»
- ✓ «Все больные выглядят больными»
- ✓ «ВИЧ легко заметить по человеку»
- ✓ «Это проблема «каких-то других групп», а не обычных подростков»

Главное, что нужно запомнить!

Ваш возраст — время быстрых решений → знания помогают не ошибиться

Безопасность = уважение к себе

Разговаривать о здоровье — это нормально

Достоверная информация важнее мифов

Помощь всегда доступна

Спасибо за внимание!

