

Министерство образования и науки Российской Федерации
Нижекамский химико-технологический институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего профессионального образования
«Казанский национальный исследовательский технологический университет»

ОРГАНИЗАЦИЯ СЕМЕЙНОГО ДОБРОВОЛЬЧЕСТВА

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

**Нижекамск
2014**

УДК 316

Г 93

Печатаются по решению редакционно-издательского совета Нижнекамского химико-технологического института (филиала) ФГБОУ ВПО «КНИТУ».

Рецензенты:

Никифорова Н.И., кандидат социологических наук, доцент;
Тухватуллина М.А., кандидат социологических наук, доцент.

Губина, Н.В.

Г 93 Организация семейного добровольчества : методические указания / Н.В. Губина, С. Аскерова. – Нижнекамск : Нижнекамский химико-технологический институт (филиал) ФГБОУ ВПО «КНИТУ», 2014. – 20 с.

Методические указания посвящены вопросам организации семейного добровольчества в Нижнекамском муниципальном районе. Здесь раскрываются основные понятия, принципы, формы и механизмы реализации семейной добровольческой деятельности, как значимого направления развития добровольчества, повышения социальной активности населения, увеличения воспитательного потенциала семей, улучшения отношений в семьях, социализации детей.

Предназначены для студентов, обучающихся по специальности и направлению «Государственное и муниципальное управление», преподавателей и представителей муниципальных органов власти.

Подготовлены на кафедре государственного и муниципального управления, социологии и менеджмента НХТИ КНИТУ.

УДК 316

©Губина Н.В., Аскерова С., 2014

© Нижнекамский химико-технологический институт (филиал) ФГБОУ ВПО «КНИТУ», 2014

Содержание

Глава 1. Всё о добровольчестве	4
1.1 Смысл, цели и задачи добровольческой деятельности	4
1.2 Основные принципы добровольчества	5
1.3 Польза добровольчества	6
Глава 2. Программа семейного добровольчества	8
2.1 Семья и школа, как основа формирования ценностей ребенка	8
2.2 Роль семейного добровольчества	19
2.3 Цель и задачи программы	11
2.4 Информирование и агитация семей	12
2.5 Координатор добровольцев	13
2.6 Обучение семей-добровольцев	14
2.7 Поощрение семей-добровольцев	15
2.8 Освещение результатов программы в средствах массовой информации	16
2.9 Ожидаемые результаты	17
Образец информационного бюллетеня о семейном добровольчестве	18

Глава 1. Всё о добровольчестве

1.1 Смысл, цели и задачи добровольческой деятельности

Добровольческая 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.

Добровольчество:

это добровольный выбор, отражающий личные взгляды и позиции;

это активное участие гражданина в жизни человеческих сообществ;

способствует улучшению качества жизни, личному процветанию и углублению солидарности;

выражается, как правило, в совместной деятельности в рамках разного рода ассоциаций;

способствует реализации основных человеческих потребностей на пути строительства более справедливого и мирного общества;

способствует более сбалансированному экономическому и социальному развитию, созданию новых рабочих мест и новых профессий.

Концептуальная основа добровольчества базируется на простой, но чрезвычайно важной идее о том, что, в любом обществе всегда есть люди, нуждающиеся в какой-либо помощи, равно как есть и люди, готовые откликнуться, прийти на помощь, делая это добровольно, не извлекая какую-либо выгоду для себя. В любом обществе есть люди, которые нуждаются в помощи, как и люди, которые готовы помочь.

Добровольцы — люди, независимо от возраста, своего социального положения, должности, религиозных или политических убеждений, посвящающие часть своего личного

времени, энергии, знаний для помощи другим людям, улучшения окружающей жизни или развития общества в целом, работая без вознаграждения (безвозмездно), на основе своего свободного, осознанного выбора.

Цель добровольчества – мобилизация и объединение усилий людей для активного созидательного участия в развитии гражданского общества и в улучшении качества жизни, формирование позитивного общественного мнения о значимости добровольчества для социально-экономического развития страны, укрепления культурных, духовных, моральных, нравственных, семейных и общечеловеческих ценностей.

Основными задачами российского добровольчества являются:

действенное участие в решении общественных проблем;

продвижение и укрепление в обществе ценностей добровольчества;

создание условий для участия людей в добровольческой деятельности;

формирование позитивного общественного мнения о значимости добровольчества для социально-экономического

развития страны;

интеграция, укрепление связей и сотрудничество с европейским и мировым волонтерским движением.

1.2 Основные принципы добровольчества

У добровольческой деятельности существуют следующие принципы:

✓ добровольность – никто не может быть принужден действовать в качестве добровольца, добровольцы действуют только по доброй воле.

✓ безвозмездность – труд добровольцев не оплачивается, добровольцы оказывают безвозмездную помощь и осуществляют безвозмездную работу.

✓ ответственность – добровольцы, взявшие на себя ту или иную работу – принимают на себя личную ответственность за ее качественное выполнение и доведение до конца.

✓ законность – деятельность добровольцев не может противоречить законодательству Российской Федерации.

✓ уважение – добровольцы уважают достоинство, особенности и культуру всех людей.

✓ солидарность – добровольцы проявляют солидарность с целями и принципами организации, в которой состоят.

✓ равенство – добровольцы признают равные возможности участия каждого в коллективной деятельности.

✓ самосовершенствование – добровольцы признают, что добровольческая деятельность способствует их личному совершенствованию, приобретению новых знаний и навыков, проявлению способностей и возможностей, самореализации.

✓ нравственность – следуя в своей деятельности морально этическим нормам, добровольцы, личным примером содействуют формированию и распространению в обществе духовно нравственных и гуманистических ценностей.

1.3 Польза добровольчества

Глобальная программа действий, принятая на XVI Всемирной конференции добровольцев Международной Ассоциации Добровольческих усилий (IAVE) в Амстердаме в 2001 году, представляет собой платформу, отвечающую на вопрос о выгодности добровольчества для каждого отдельного человека, каждого из секторов общества (некоммерческий, государственный и коммерческий).

Добровольчество важно для отдельного гражданина тем, что расширяет возможности для самореализации и самосовершенствования, реализации прав на участие в управлении делами государства, в принятии решений; получения новых знаний и навыков, что представляет особый интерес для молодежи; решения собственных проблем нуждающихся людей; реализация потребности быть социально полезным членом общества; решение проблем

востребованности обществом.

Добровольчество выгодно для государства так как добровольцы — это люди, независимо от своего социального и должностного положения, места жительства, политических и религиозных убеждений, участвующие на безвозмездной основе в общественно полезной работе, в делах общества, помогают тем самым более эффективно выполнять задачи, стоящие перед государством и обществом.

Для некоммерческих организаций добровольцы — это мощный источник ресурсов для достижения миссии и приоритетов организаций. Добровольцы дополняют работу оплачиваемого штата, расширяют возможности организаций, приносят новые перспективы и повышают эффективность работы.

Для системы образования добровольческая деятельность детей, молодежи и родителей — это эффективный метод формирования и развития знаний и навыков, повышения воспитательного потенциала. Соответствующим образом организованная добровольческая деятельность на всех уровнях и стадиях обучения создает условия для активного участия подростков и молодежи в жизни общества.

Для средств массовой информации работа добровольцев полна интересных случаев взаимопомощи и работы по улучшению условий жизни сообществ. Статьи о работе добровольцев - богатый источник информационных поводов для продвижения позитивных изменений жизни общества.

Таким образом, благодаря добровольческой деятельности и служению благородному делу, доброволец пересматривает свои жизненные приоритеты, тем самым принося пользу не только нуждающимся в помощи, но и себе самому, своему внутреннему «я».

Глава 2. Программа семейного добровольчества

2.1 Семья и школа, как основа формирования ценностей ребенка

Международные исследования и накопленный в России опыт показывают, что, являясь одной из возможных форм вовлечения детей и молодежи в жизнь общества, именно добровольчество играет особо ценную роль в формировании у молодежи первичных знаний, опыта, практических навыков, ценностей и полномочий, необходимых для того, чтобы стать социально активными и ответственными гражданами. Упомянутое выше исследование показало, что наиболее существенное воздействие на поведение молодого человека, как добровольца, а, следовательно, и на формирование жизненных навыков, необходимых для полноценной жизнедеятельности, оказывают два основных института: семья и школа.

Когда наступают трудные времена, одними из первых, кто испытывает их пагубное влияние, являются семьи. Семья наиболее чутко реагирует на внешние изменения в социуме, в котором она находится. Это происходит в силу того, что она объединяет людей не только противоположного пола, но и разного возраста, и социального положения. Даже в относительно спокойной внешней ситуации, в семье часто наблюдаются внутренние конфликты, например, между старшими и младшими.

В то же время семья является одним из важнейших факторов моральной и физической поддержки человека. Это место, где он может получить заряд силы и энергии, позволяющий ему пройти через свалившиеся на него испытания, добиться поставленных результатов. Семья – среда воспитания, место, где человек учится жизни. Благоприятная обстановка в семье повышает отдачу человека обществу.

Семья — особый институт, с которого начинается формирование ребенка как личности, его духовно нравственных ориентиров, семейных ценностей. Примеры родителей оказывают основополагающее воздействие на поведение молодого человека, сохраняющееся в нем на протяжении всей

жизни. Таким образом, если в семье заложены традиции семейного добровольчества, то есть уверенность, что ребенок будет обеспечен позитивными примерами проявления доброты для подражания. Участие в добровольческой деятельности родителей существенно повысит вероятность того, что ребенок усвоивший с детства привычку помогать, во взрослой жизни будет строить отношения с другими людьми с позиций высоких морально-нравственных идеалов.

Школа — ключевая область для социализации молодого поколения, призванная создать такую институциональную среду, в которой у молодого поколения появляются и начинают развиваться межличностные отношения, ощущение коллектива, команды, возникает чувство сообщества, к которому принадлежит молодой человек.

Следовательно, соответствующим образом организованная на всех уровнях и стадиях обучения добровольческая деятельность молодежи посредством создания и функционирования инфраструктуры поддержки добровольчества является эффективным методом формирования и развития знаний и навыков детей и молодежи, создает условия для их активного участия в жизни общества. Местные сообщества, в которых молодежное добровольчество организовано таким образом, что включает возможность применения теоретических знаний на практике на всех уровнях обучения, становятся для молодежи местом учебы, обмена опытом и, собственно, общественно-полезной работой, где теория, полученная в образовательном учреждении, получает свой практический выход. Причастность молодежи к добровольчеству способствует развитию чувства социальной значимости и ответственности перед обществом, стремлению к повышению своего образовательного уровня.

2.2 Роль семейного добровольчества

Поддержка семьи, укрепление ее основ являлись и являются одной из важнейших задач каждого общества. Для этого существуют различные инструменты, используемые как на государственном, так и на личностном уровнях.

Добровольческая деятельность имеет огромное влияние на формирование личностного, профессионального и социального капитала добровольца. Через участие в добровольческой деятельности доброволец приобретает новый жизненный опыт, развивает коммуникативные, организационные навыки. Благодаря участию в добровольческой деятельности происходит переосмысление ценностей и жизненных установок.

Развитие молодежного добровольчества в обществе должно предусматривать внедрение и реализацию добровольческих программ семейного добровольчества. Добровольчество приобретает характер семейного добровольчества, когда доброволец, принимая участие в мероприятии, вовлекает в него членов своей семьи. Вследствие этого, меняется внутрисемейный климат. Он становится более «здоровым», благоприятным, все члены семьи по-другому начинают ценить, казалось бы, обычные вещи.

Семейное добровольчество - добровольческая деятельность и добровольный труд двух и более членов одной семьи.

Семейное добровольчество позволяет одновременно заниматься общественно полезной деятельностью, проводить время с семьей и отдыхать. Помимо этого оно позволит с малых лет прививать детям такие качества как желание помогать, забота об окружающей среде, толерантность, уважение к старшим, патриотизм, солидарность, ответственность и другие.

Семейное добровольчество обладает колоссальным воспитательным потенциалом, который может быть использован как форма воспитания подрастающего поколения. Привлечение семьи вместе с детьми к решению социально-значимых проблем создает ситуацию расширения границ семейного воспитания. Семейное добровольчество позволит сплотить семьи, осуществить обмен позитивным опытом семейного воспитания, а также создаст условия для формирования у семей гражданской позиции, развития и социализации их детей.

Движущими мотивами семей, которые занимаются добровольчеством, являются:

- желание лучше узнать друг друга - 54%;

- желание больше времени уделять детям – 57%;
- вовлеченность в общественную жизнь –71%;
- социальная ответственность –56%;
- традиции – 33%.

Семейное добровольчество повышает уровень доверия в семье, что в свою очередь является решением многих семейных проблем. Доверяя родителям, ребенок, находясь в сложной жизненной ситуации, будет делиться своими проблемами, и советоваться именно с ними. Это позволит ребенку снять напряжение, а у родителей будет уверенность в том, что плохие друзья не наставят его на неправильный путь.

2.3 Цель и задачи программы

Программа семейного добровольчества – это план действий по организации, развитию и реализации добровольческой деятельности семьями.

Цель программы семейного добровольчества – вовлечь большее количество граждан в добровольческую деятельность, развить воспитательный потенциал семей, привить детям необходимые нравственные качества.

Задачи программы семейного добровольчества в Нижнекамском муниципальном районе:

- информирование населения о семейном добровольчестве через средства массовой информации (социальная реклама);

- самостоятельное создание внутри школ и детских садов добровольческих объединений с координатором, выбранным из числа добровольцев этой школы (как родителей, так и детей) с помощью голосования;

- осуществление информирования и агитации по поводу добровольческой деятельности на родительских собраниях в детских садах, средних общеобразовательных школах, а также в Специальной (коррекционной) школе №23 VIII вида, для обучающихся, воспитанников с отклонением в развитии, Специальной общеобразовательной школе №18 для

детей и подростков с отклонением в умственном и физическом развитии, Специальной Коррекционной Общеобразовательной школе-интернат I-II вида;

- разработка и реализация совместно с родителями воспитанников учреждения комплекса социально-значимых дел на добровольной основе;

- поощрение семей-добровольцев;

- освещение результатов программы в средствах массовой информации.

Вышеизложенные задачи помогут в организации и реализации программ семейного добровольчества в детских садах и школах.

2.4 Информирование и агитация семей

Самым первым этапом привлечения семей-добровольцев является – информирование. Этот этап очень важен, так как от него зависит количество желающих принять участие в добровольческой деятельности, дальнейший интерес добровольцев, осознание ими смысла, целей и задач семейного добровольчества.

Информирование родителей происходит на родительских собраниях, во время которых проходит агитация родителей, возможно проведение презентации, раздача информационных бюллетеней о добровольческой деятельности в целом и о семейном добровольчестве в частности. Образец бюллетени приведен в Приложении А.

Для большего информирования и вовлечения семей в участие в общественно полезной добровольческой деятельности органам власти необходимо обеспечить проведение информирования населения о нравственных ценностях, добровольчестве, семейном добровольчестве через средства массовой информации с помощью социальных реклам. Это повысит доверие к программе семейного добровольчества и интерес среди родителей и их детей.

2.5 Координатор добровольцев

Координатор добровольцев – ответственное лицо в добровольческой организации, отвечающее за привлечение добровольцев, организацию их работы и координацию их деятельности.

При организации семейной добровольческой деятельности координатор добровольцев избирается из числа добровольцев путем голосования.

В сферу ответственности координатора добровольцев входит:

- ✓ планирование набора добровольцев;
- ✓ организация взаимодействия с благополучателями – физическими и юридическими лицами;
- ✓ введение отчетной документации о деятельности добровольцев;
- ✓ оценка труда добровольцев;
- ✓ создание условий поощрению и продвижению добровольцев.

Эффект работы координатора добровольцев во многом зависит от наличия у него следующих навыков:

- грамотного общения с людьми;
- понимания нужд и желаний добровольцев;
- гибкости и умения приспосабливаться к изменяющимся требованиям и интересам;
- способности к достижению компромиссов;
- умение определять потенциальные возможности людей и создавать условия для их осуществления.

Личность координатора оказывает огромное влияние на работоспособность добровольцев и играет ключевую роль в формировании у них преданности делу. А это возможно только в том случае, если координатор заинтересован в своей работе и развитии добровольческого движения.

2.6 Обучение семей-добровольцев

Для повышения мотивации семей-добровольцев, доверия в семье, усиления воспитательного эффекта семейного добровольчества, решения некоторых проблем семьи и детей, повышения родительского опыта, знаний добровольческой деятельности, привития нравственных ценностей необходимо проведение семинаров, тренингов для семей-добровольцев.

Обучение проводится обученными волонтерами и координатором добровольцев молодежной общественной организацией «Нижекамский Совет добровольцев «ForWard» и школьными психологами.

Программа обучения разрабатывается волонтерами, координатором «ForWard» с психологами и согласовывается с координатором семейного добровольчества.

В отличие от обычного добровольчества здесь целью обучения является не только подготовка добровольцев к квалифицированной и самостоятельной работе для обеспечения высокого качества оказываемых услуг, но и для повышения воспитательного потенциала родителей, улучшения семейных отношений.

Чаще всего в процессе обучения добровольцев используется тренинг. Эта форма обучения позволяет за короткий период времени одновременно предоставить необходимую информацию по определенной теме и научить базовым навыкам. Обычно все тренинги независимо от времени их проведения можно разделить на следующие этапы:

- введение (5% рабочего времени) - краткое представление тренинга и его продолжительности, организаторов, приглашенных гостей, официальное открытие, а также объявление ведущим целей и задач;
- знакомство (5% времени);
- ожидания участников (3% времени) - участники высказывают свои ожидания от семинара;
- принятие правил работы группы (5% времени) - группа формулирует и принимает для себя обязательные правила поведения, лучше если их предложат сами участники

(не перебивать, каждый имеет право быть выслушанным до конца и так далее);

- оценка уровня информированности (5-10% времени) - вопросы группе, использование анкеты, викторин, анонимные написанные на листке вопросы ведущему по теме семинара;

- актуализация проблемы (10-30% времени) - необходимо сделать проблему актуальной для каждого участника;

- информационный блок (20-40% времени);

- приобретение практических навыков (20-60% времени) - коммуникативные навыки, навыки принятия решений, изменение стратегии поведения, воспитания детей;

- завершение работы. получение обратной связи (5% времени) - подведение итогов, оценка уровня информированности, выяснение, сбылись ли ожидания, то есть фактически оценка качества тренинга. В окончании мероприятия необходимо попросить участников рассказать о действиях, которые они предпримут после него, и какая помощь им потребуется.

2.7 Поощрение семей-добровольцев

Доброволец не получает денежного вознаграждения и осуществляет свою деятельность на основе доброй воли. Но чистый альтруизм также не может полностью объяснить работу добровольца. Для того чтобы продолжать выполнять обязанности, добровольцы должны получать другие поощрения, такие, как чувство личного удовлетворения или возможность обучаться и расти. Они должны знать, что их работа ценится, что цели, к которым они стремятся, достойны и полезны. Наряду с моральным признанием добровольцев в организации, должны создаваться и другие материальные и нематериальные стимулы. Но материальное поощрение должно быть в этически допустимых пределах.

Материальное поощрение добровольца не должно стать скрытой формой поддержки его корыстных интересов. Прежде

всего, материальные формы поощрения добровольца должны носить личносно – значимый или символический характер. К личносно – значимым формам поощрения относятся возможности для личносного роста и развития: книги, тренинговые курсы, участие в образовательных и личносно – развивающих программах. К символическим формам материального поощрения могут быть отнесены ценные подарки, имеющие символическую ценность и не имеющие значительной материальной стоимости.

Для мотивации семьи можно использовать следующие поощрения:

- размещение статей об их деятельности и фотографий в школе или детском саду;
- награждение подарками;
- выражение персональной благодарности и вручение грамот;
- разработка и вручение специальных значков или сувениров с изображением символики добровольческой организации.

Данные поощрения позволят поднять мотивацию семей-добровольцев, повысят интерес и желание продолжать добровольческую деятельность.

2.8 Освещение результатов программы в средствах массовой информации

Для того чтобы о программе семейного добровольчества узнали большее количество людей, для повышения интереса населения к этой деятельности, для осознания значимости семейного добровольчества необходимо вести постоянную работу по формированию общественного мнения, иными словами налаживать связи с общественностью с помощью средств массовой информации.

Информирование в средствах массовой информации может происходить через публикацию статей, выпуска репортажей и программ о семейной добровольческой деятельности, пропаганду ценности семьи и добровольчества.

Помимо того, что это приведет к информированию населения и большему их вовлечению в семейное добровольчество, также это послужит мотивацией для семей-добровольцев.

2.9 Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты от семенного добровольчества важны для общества, добровольчества, для школ и детских садов и конечно для самих семей:

- вовлечение семей города Нижнекамск в проведение социально-значимых дел;
- улучшение социального самочувствия, решение общественных проблем;
- повышение социальной активности населения;
- распространение нравственных качеств среди населения;
- повышение информированности населения о добровольчестве и его воспитательных возможностях;
- распространение успешного опыта семейного добровольчества среди дошкольных и школьных учреждений;
- улучшение поведения воспитанников школ и детских садов;
- улучшение детско-родительских отношений в семьях участников программы;
- решение ряда проблем в семьях-добровольцах;
- привитие детям с малых лет важных нравственных качеств;
- организация семейного досуга.

Исходя из ожидаемых результатов, можно сделать вывод о том, насколько важно организация и развитие семейного добровольчества.

Образец информационного бюллетеня о семейном добровольчестве

Добровольчество – это полезная деятельность, осуществляемая гражданами безвозмездно по своей доброй воле, при которой собственные интересы совмещаются с основным принципом этой деятельности – помощью нуждающимся.

Цель добровольчества - объединение усилий людей для активного участия в развитии гражданского общества и в улучшении качества жизни, формирование позитивного общественного мнения о значимости добровольчества для социально-экономического развития страны, укрепления культурных, духовных, моральных, нравственных, семейных и общечеловеческих ценностей.

Доброволец расширяет свои возможности для реализации прав на участие в управлении делами государства, в принятии решений; для самореализации и самосовершенствования, получения новых знаний и навыков; решения проблем нуждающихся людей; реализация потребности быть социально полезным членом общества.



Став добровольцем, ты научишься решать свои проблемы, справляться со сложными жизненными ситуациями, лучше понимать окружающих, организовывать и проводить мероприятия, ты приобретаешь друзей, делаешь жизнь яркой и осмысленной, помогаешь обществу и узнаешь много нового.

Добровольцем может стать каждый, кто скажет себе: «Мне интересна эта деятельность, я готов отдавать часть своих сил и времени помощи людям». Все зависит от твоего желания, усилий, готовности развиваться и помогать другим.

Семья - особый институт, с которого начинается формирование ребенка как личности, его духовно нравственных ориентиров, семейных ценностей. Примеры родителей оказывают основополагающее воздействие на поведение молодого человека, сохраняющееся в нем на протяжении всей жизни.

Семейное добровольчество - добровольческая деятельность двух и более членов одной семьи.

Семейное добровольчество обладает колоссальным воспитательным потенциалом, который может быть использован как форма воспитания подрастающего поколения. Привлечение семьи вместе с детьми к решению социально-значимых проблем создает ситуацию расширения границ семейного воспитания.

Семейное добровольчество повышает уровень доверия в семье, что в свою очередь является решением многих семейных проблем. Доверяя родителям, ребенок, находясь в сложной жизненной ситуации, будет делиться своими проблемами, и советоваться именно с ними. Это позволит ребенку снять напряжение, а у родителей будет уверенность в том, что плохие друзья не наставят его на неправильный путь.



Семейное добровольчество позволит сплотить семьи, осуществить обмен позитивным опытом семейного воспитания, а также создаст условия для формирования у

семей гражданской позиции, развития и социализации их детей.

Учебное издание

Губина Н.В.,
доктор социологических наук, профессор

Аскерова С.

ОРГАНИЗАЦИЯ СЕМЕЙНОГО ДОБРОВОЛЬЧЕСТВА

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Корректор Габдурахимова Т.М.
Худ. редактор Федорова Л.Г.

Сдано в набор 27.06.2014.
Подписано в печать 22.08.2014.
Бумага писчая. Гарнитура Таймс.
Усл. печ. л. 1,25. Тираж 100.
Заказ №38.

НХТИ (филиал) ФГБОУ ВПО «КНИТУ»,
г. Нижнекамск, 423570, ул. 30 лет Победы, д. 5а.