

Профилактика наркомании у подростков (тренинг)

Цель: обозначить проблемы, связанные с наркоманией и предупреждение первого употребления наркотиков и других психоактивных веществ.

Задачи:

1. Повышение уровня информированности детей о проблеме наркомании.
2. Изменение отношения детей к наркомании.
3. Умение сказать «Нет» наркотикам.
4. Формирование мотивации к сохранению здоровья.

Возраст: 13-17 лет

Время: 2 часа

Материально-техническое обеспечение: ноутбук, проектор, листы бумаги, ручки, фломастеры, ватманы.

Ход тренинга

- Перед тем как начать наше занятие, давайте выделим ряд правил, которые будем выполнять с вами.

Принятие правил работы. (5 мин)

Правила таковы:

1. Говорящего может прервать только ведущий, никто из участников не перебивает говорящего товарища.
2. Желающий высказаться поднимает руку и отвечает, когда ему позволяет ведущий
3. Критикуя – предлагай.
4. Не давать оценок другим участникам.
5. Вся личная информация, сообщённая на тренинге является закрытой.

- Наша сегодняшняя связана с актуальной проблемной современной молодежи – это наркомания. Для начала попытаемся ответить на следующие вопросы:

1. Существует ли проблема наркомании в нашем обществе?
2. Сталкивались ли с этой проблемой вы или ваши близкие?
3. Что вы чувствовали, когда сталкивались с этой проблемой?
4. Насколько опасна проблема наркомании среди молодёжи?
5. Как проблема наркомании может повлиять на будущее Земли?
6. Знаете ли вы тех людей, которые погибли от наркотиков?

Вывод: Употребление психоактивных веществ (ПАВ) (веществ, вызывающих зависимость), включая наркотические вещества, является на сегодняшний день одной из наиболее остро стоящих перед обществом проблем. По современным статистическим данным, большинство наркоманов начинают употреблять наркотики в подростковом возрасте, и более половины лиц, регулярно употребляющих ПАВ - подростки.

Вопросы лечения наркотической зависимости сегодня разработаны только в общих чертах. Лечение наркоманий - долгий, многоступенчатый процесс с большим риском

неудачи. Поэтому ведущее место в снижении числа наркоманов занимает профилактика наркотической зависимости, и в первую очередь - среди молодежи.

1. Игра-разминка.

Участники становятся в круг, перебрасывая мяч друг другу, они называют собственное имя и говорят комплимент участнику, которому бросают мяч. Игра должна проходить в быстром темпе, все участники должны быстро представиться.

2. Упражнение, по которым оценивается готовность группы к работе, ее активность. Учащиеся располагается вдоль стены, дается команда: "Вы - стрелка измерительного прибора. Эта стена - нулевая отметка, противоположная стена - максимальная. Сделайте столько шагов к противоположной стене, насколько вы оцениваете свою работоспособность (хорошее настроение, усталость, готовность сотрудничать, сонливость и т.д.)". Участники располагаются по комнате, ведущий отмечает наиболее активных и наиболее пассивных игроков, игроков не уверенных в своих силах.

3. Игра "Ассоциации".

Цель: определить уровень знаний участников группы. Создать основу для более глубокого содержания работы и дискуссий.

Для игры необходимы ручки и листы бумаги.

Дается задание: "Назовите 2 - 3 слова, которые приходят вам на ум, когда вы слышите - "наркотики", "наркомания", "зависимость".

После чего участники по кругу говорят записанные ассоциации, а ведущий записывает их так, чтобы варианты не повторялись. В результате обсуждения ведущий суммирует предложенные ассоциации.

4. Игра "Спорные утверждения"

Цель: выяснить свои взгляды на проблему наркомании.

Для проведения игры необходимо четыре листа бумаги с написанными на них утверждениями:

- "Совершенно согласен"
- "Согласен, но с оговорками"
- "Совершенно не согласен"
- "Не имею точного мнения"

Эти листы прикрепляются по четырём сторонам комнаты.

Ведущий зачитывает спорные утверждения, после чего участники должны разойтись и встать около тех листов, на которых отражена их точка зрения на данный вопрос. После принятия решения каждый из участников должен его обосновать: "почему я считаю именно так". Выслушав мнения каждого из участников, ведущий в виде краткой лекции излагает своё мнение. Выслушав все точки зрения, участники могут выбрать листы с утверждениями, наиболее подходящими для них теперь.

Примеры спорных утверждений:

- Наркомания - это преступление.
- Лёгкие наркотики безвредны.
- Наркотики повышают творческий потенциал.
- Наркомания это болезнь.
- У многих молодых людей возникают проблемы из-за наркотиков.
- Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент.

- Наркомания излечима.
- Многие подростки начинают употребление наркотиков "за компанию".
- Люди, употребляющие наркотики, очень часто не осознают, что зависят от них.
- Наркоман может умереть от СПИДа.
- Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.
- По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет.
- Наркоман может умереть от передозировки.
- Продажа наркотиков не преследуется законом.
- Наркомания не излечима.
- Программы обмена шприцами стимулируют распространение наркомании.
- Лечение и реабилитация наркоманов должны быть абсолютно бесплатным, если государство хочет решить эту проблему.
- Наркоманы - это не люди.
- Чтобы решить проблему употребления опиатов, нужно расширить лёгкие.

5. Игра "Словесный портрет"

Группа при помощи жеребьёвки делится на четыре микрогруппы. Группе даётся задание описать наркомана.

6. Ролевая игра "Семья".

Цель: принять личное участие в решении проблемы, найти возможные стратегии выхода.

Каждая микрогруппа должна придумать историю семьи, где кто-то страдает зависимостью от психоактивных веществ. Вся группа участвует в написании истории, распределении ролей. Задача каждого участника - найти способы решения проблемы и подумать, как лично он может повлиять на ситуацию.

Группа разыгрывает ситуацию, после чего необходимо обсуждение наиболее приемлемых способов решения проблемы.

Вариант распределения ролей в микрогруппе из пяти человек: наркоман, его мать и отец, его друг и тень наркомана (его внутренний голос).

7. Игра "Марионетки". (

Цель: определить, что может чувствовать человек, когда им кто-то управляет, когда он не свободен.

Участники должны разбиться по три человека. Каждой тройке даётся задание: два участника должны играть роль кукловода - полностью управлять всеми движениями куклы-марионетки, один из участников играет роль куклы. Каждый участник должен побывать в роли куклы. Для каждой тройки расставляются два стула на расстоянии 1,5 - 3 метра. Цель "кукловодов" - перевести "куклу" с одного стула на другой. При этом человек, который играет "куклу", не должен сопротивляться тому, что с ним делают "кукловоды". Очень важно, чтобы на месте "куклы" побывал каждый участник.

После завершения игры происходит обсуждение. Игравшим предлагается ответить на вопросы:

- Что вы чувствовали, когда были в роли "куклы"?
- Понравилось ли вам это чувство, комфортно ли вам было?
- Хотелось ли что-либо сделать самому?

8. Игра "Отказ".

Цель: дать возможность участникам овладеть навыками уверенного поведения, аргументационного отказа в ситуации выбора.

Работа так же проводится в микрогруппах, каждой из которых предлагается одна из ситуаций:

- Одноклассник (сосед, лидер двора) просит разрешения приготовить наркотик у тебя дома.
- Одноклассник (сосед, лидер двора) просит оставить какие-то вещи у тебя дома.
- Одноклассник (сосед, лидер двора) предлагает попробовать наркотик "за компанию".
- Одноклассник (сосед, лидер двора) просит отвезти какую-то вещь незнакомому тебе человеку.
- Одноклассник (сосед, лидер двора) просит достать для него наркотик.

Задание подгруппам: в течение семи минут придумать как можно больше аргументов для отказа в этой ситуации. После этого каждая подгруппа "проигрывает" свою ситуацию перед остальными участниками. Один играет роль - "уговаривающего, другой - "отказывающегося". Ведущий предлагает использовать в каждой ситуации три стиля отказа: уверенный, агрессивный, неуверенный.

9. Плакат «Будущее в наших руках! Присоединяйтесь!» (рефлексия).

Ведущий раздает заранее подготовленные половинки ватмана, на каждой из половинок написано: 1. Будущее в наших руках. Присоединяйтесь! На каждой половинке нарисованы две ладони. Участники делятся на две команды.

- Каждая подгруппа в течение 5-ти минут обсуждает и записывает на плакате на десяти пальцах рук 10 основных качеств, какими, по вашему мнению, должен обладать человек свободный от наркотиков.

Например, убежденный, уверенный в себе, независимый, интеллектуально развитый, культурный, нравственный, духовно развитый.

Для защиты плаката выбираются по одному участнику от каждой подгруппы.

- А теперь пусть каждый из вас напишет на листочке то качество личности, которое он хотел бы взять с собой в будущее, и прикрепить его к плакату, вокруг ладошек.

- Теперь выстройтесь в ряды присоедините друг к другу плакаты.

-Ребята, будущее в наших руках, и только объединившись, вы сможете сказать НЕТ наркотикам.

- Скажите, что на этом занятии для вас было полезным, интересным.

Методическое обеспечение

1. Система работы администрации школы по профилактике наркомании / авт. Сост. О.В. Галичкина. – Волгоград, Учитель – 2006 г.
2. Пахомова Н.Ю. Метод учебного проекта в образовательном учреждении.- М.: АРКТИ, 2005 г.
3. Отвагина Т.В. СТОП! Наркотик.- Ростов-на-Дону; Феникс, 2005 г.
4. Ресурсы сети Интернет.

