

**Организация тренингов по профилактике употребления
алкоголя, табака, психоактивных и наркотических веществ**

М.Е. Минова, Е.Ф. Михалевич, Т.А. Працкевич

ЗАНЯТИЕ: ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ

Цели: актуализация проблемы употребления алкоголя; формирование осознанного отношения к проблеме употребления алкоголя.

Необходимые материалы: повязки на глаза и веревки для упражнения «Кукловод», маркеры, скотч, бумага формата А1 – два листа, листы бумаги формата А4 по количеству участников.

Ход занятия

Вступительная часть

Игра «Броуновское движение»

Цель: создание благоприятной атмосферы, разделение участников на малые группы.

Ход работы. Ведущий предлагает участникам двигаться в произвольном порядке. Затем ведущий просит участников поочередно объединяться в группы по три, семь, шесть человек и в течение минуты обсуждать следующие темы:

- *главная новость сегодняшнего дня;*
- *лучший фильм этого года;*
- *самое яркое событие в жизни каждого участника за последнюю неделю.*

В конце игры ведущий просит участников объединиться в группы по пять человек для проведения следующего упражнения.

Основная часть

1. Упражнение «Кукловод»

Цель: актуализация проблемы употребления алкоголя и его влияния на состояние и поведение человека.

Ход работы. В каждой группе по пять человек выбирается одна кукла. Остальные участники играют роль кукловодов. Кукле завязываются глаза и

привязываются веревки к рукам и ногам. Задача кукловодов – провести куклу из одного конца помещения в другой. Ведущий может усложнить путь, выстроив препятствия на пути с помощью стульев. В процессе упражнения каждому участнику дается возможность попробовать себя в роли куклы. Затем ведущий предлагает группе проанализировать упражнение, опираясь на следующие вопросы:

- *Какие эмоции вы испытывали, находясь в роли куклы? Комфортно ли вы себя чувствовали?*
- *Связан ли полученный вами опыт с реальной жизнью? Случалось ли вам быть в таких ситуациях?*
- *Как себя чувствует человек, находящийся в алкогольном опьянении? Что руководит его эмоциями, мыслями, поступками?*

Ведущий резюмирует упражнение:

Алкоголь по химическому составу относится к наркотическим веществам и оказывает токсическое действие на организм. Употребление алкоголя, как правило, приводит к эйфории, ощущению бодрости и прилива сил, снижению самокритичности. Нарушается метаболизм нейронов коры головного мозга, усиливается выделение адреналина. Благодаря этим процессам изменяется мироощущение человека. Однако эйфория, как правило, сменяется противоположным состоянием депрессии. По мере увеличения дозы алкоголя утрачивается контроль над поведением, нарушается ориентация в пространстве. Систематическое употребление напитков, содержащих алкоголь, приводит к серьезным изменениям в психике человека: появляются раздражительность, агрессия, начинает меняться характер.

2. Мини-лекция «Формирование алкогольной зависимости»

Цель: информирование участников о механизме формирования алкогольной зависимости.

Ход работы. Ведущий обсуждает с участниками механизм формирования алкогольной зависимости, фиксируя основные факты на листе формата А1.

Алкогольная зависимость – это хроническое болезненное состояние, развивающееся вследствие длительного злоупотребления алкогольными напитками, характеризующееся психической и физической зависимостью от алкоголя, приводящее к нарушению психического и физического здоровья, а также к социальной дезадаптации.

Формирование алкогольной зависимости происходит постепенно. Поскольку алкоголь является социально приемлемым психоактивным веществом, то многие люди употребляют алкоголь эпизодически, от случая к случаю, не испытывая при этом каких-либо проблем. Наиболее распространенной формой употребления алкоголя является социальное употребление, т.е. во время праздников и встречи гостей. Однако это может переходить в пьянство, характеризующееся частым употреблением спиртных напитков без поводов, в случайных местах и компаниях.

Базовым синдромом алкогольной зависимости является синдром психической зависимости, который характеризуется тем, что нормальное психическое функционирование возможно только в состоянии опьянения. Алкоголь становится необходимым для поддержания нормального психического тонуса. Все мысли человека направлены на поиск возможности выпить. Обычно навязчивое влечение к алкоголю актуализируется в ситуациях, связанных с возможностью выпить. Часто такие ситуации создаются искусственно.

Проявлением психической зависимости на поведенческом уровне является оживление, повышение настроения в предвкушении застолья. Появление препятствий вызывает раздражение и неудовлетворенность. При этом изначальная доза алкоголя уже не вызывает опьянения и для достижения комфортного состояния необходимо выпить значительно больше, чем это требовалось раньше. Также происходит утрата количественного контроля – после начальной дозы алкоголя и появления признаков опьянения возникает желание продолжить выпивку вплоть до тяжелой степени опьянения. Утрата

ситуационного контроля означает, что человек перестает учитывать контекст, в котором алкоголь употребляется, и пьет где попало и с кем попало.

Физическая зависимость от алкоголя проявляется абстинентным (похмельным) синдромом, который появляется через 12-24 часа после прекращения употребления алкоголя. Из симптомов физической зависимости следует отметить отсутствие аппетита, повышение артериального давления, учащение пульса, тремор, обострение хронических заболеваний. Алкогольный абстинентный синдром также может осложняться судорогами. На стадии физической зависимости от алкоголя наблюдается изменение картины опьянения: период эйфории укорачивается, появляются психопатоподобные формы поведения. Как правило, частые однократные выпивки сменяются запоями, обусловленными внешними факторами (зарплата, выходные дни).

Глубокая алкогольная зависимость характеризуется эмоциональным огрубением, утратой морально-этических норм, отсутствием критического отношения к своему состоянию. Эйфории с грубым цинизмом и плоским алкогольным юмором чередуются с депрессиями. Интересы ограничиваются поиском и употреблением алкоголя.

3. Игра «Делимся по признаку»

Цель: активизация и раскрепощение участников.

Ход работы. Ведущий предлагает желающим участникам поочередно выходить за дверь. В это время оставшаяся группа делится на две подгруппы по какому-нибудь признаку: например, те, у кого в обуви есть шнурки, и те, у кого их нет. Задача вернувшегося из-за двери участника – угадать, по какому признаку группа разбита на две части.

4. Мозговой штурм «Жизнь без алкоголя»

Цель: выработка участниками стратегии жизни без алкоголя.

Ход работы. Ведущий предлагает участникам ответить на вопрос:

Что, на ваш взгляд, может помочь современной молодежи выработать стратегию здоровой жизни без алкоголя?

Ведущий фиксирует все ответы участников на листе формата А1. Выслушав участников и зафиксировав их ответы, ведущий обобщает результаты мозгового штурма.

Ведущий: *Развитие опыта жизни без алкоголя и выработка сопротивления негативному влиянию окружающей среды являются важными факторами формирования здорового образа жизни. Выбрать стратегию здоровой жизни без алкоголя молодым людям могут помочь:*

- *достаточная и достоверная информация о зависимости от алкоголя и его воздействии на организм;*
- *развитие умения бороться со стрессом без употребления алкоголя;*
- *развитие навыков борьбы с депрессией и неудачами;*
- *развитие умения принимать самостоятельные решения;*
- *развитие способности оказывать сопротивление негативному влиянию окружающей среды;*
- *развитие активной жизненной позиции;*
- *развитие умения находить альтернативные виды поведения.*

5. Упражнение «Жизненные ценности»

Цель: формирование представлений участников о ценности здоровья и здорового образа жизни.

Ход работы. Ведущий раздает каждому участнику по листу формата А4 и предлагает разделить его на пять частей. На каждом из пяти образовавшихся листочков участники должны записать по одной собственной жизненной ценности: это могут быть жизненные цели, абстрактные и материальные ценности и т. д. Затем ведущий просит участников последовательно отдавать по одному листочку, выбирая наименее важную ценность, с которой они готовы расстаться. В конце упражнения у участников должно остаться по одному листочку с наиболее важной жизненной ценностью. Ведущий предлагает участникам проанализировать упражнение, опираясь на следующие вопросы:

- *Какие жизненные ценности остались в ваших руках?*
- *С какими жизненными ценностями вам пришлось расстаться в ходе упражнения?*
- *Сложно ли вам было расставаться с листочками? С какими из них сложнее всего? Почему?*
- *Было ли здоровье среди записанных вами жизненных ценностей?*
- *Можно ли достичь ваших жизненных целей без здоровья?*
- *Что вы можете сделать для сохранения собственного здоровья?*

Ведущий резюмирует упражнение:

Молодым людям крайне важно задумываться о своей жизни, понимать, что за все, происходящее с ними, отвечают только они сами. Борьба с алкоголем – это, в первую очередь, борьба с желанием с его помощью сбежать от реальности. Существует немало мотивов изменить свой взгляд на мир и занять активную жизненную позицию: безопасность родных и близких, здоровье будущей семьи, возможность реализации собственных жизненных целей.

Заключительная часть

Упражнение «Чемодан, мясорубка, урна»

Цель: подведение итогов занятия и рефлексия.

Ход работы. Ведущий предлагает каждому участнику по кругу назвать по одной вещи по итогам тренинга, которую бы он положил в чемодан и взял с собой, отправил в мясорубку, чтобы еще раз «перекрутить» и обдумать, и выбросил в урну, поскольку она не представляет важности.

ЗАНЯТИЕ: ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА

Цели: актуализация проблемы употребления табака; формирование осознанного отношения участников к проблеме табакокурения.

Необходимые материалы: лист бумаги формата А4, скрученный трубочкой, маркеры, скотч, бумага формата А1 – один лист, карточки с

названиями животных для игры «Зоопарк», бумага формата А1 с изображением силуэта человека – четыре листа.

Ход занятия

Вступительная часть

Игра «Волшебная палочка»

Цель: создание благоприятной атмосферы.

Ход работы. Все участники становятся в круг. В центре круга становится ведущий с листом бумаги формата А4, скрученным трубочкой. Один из участников по желанию называет имя кого-то из стоящих в кругу. Задача ведущего – дотронуться «волшебной палочкой» до того человека, чье имя было названо. Человек, чье имя названо, может защититься, назвав имя любого другого человека. Если ведущему удастся дотронуться до названного участника раньше, чем он назовет чье-то имя, то они меняются ролями.

Основная часть

1. Мозговой штурм «Причины табакокурения»

Цель: формирование представлений о причинах курения.

Ход работы. Ведущий предлагает участникам ответить на вопрос:

Каковы, на ваш взгляд, причины, побуждающие людей курить?

Ведущий фиксирует все ответы участников на листе формата А1. Выслушав участников и зафиксировав их ответы, ведущий обобщает результаты мозгового штурма.

Существует немало факторов, предрасполагающих молодых людей к курению. Среди них широкая распространенность и приемлемость потребления табака в современном обществе; подверженность и уязвимость молодых людей к рекламе и пропаганде; доступность табачных изделий; ролевые модели курящих взрослых; особенности молодого возраста – любопытство, склонность к экспериментам, желание продемонстрировать свою самостоятельность и независимость, подверженность влиянию сверстников.

В процессе курения развиваются психологическая и физическая зависимости.

Психологическая зависимость состоит в том, что многократное повторение одних и тех же движений (подержать сигарету, поднести ее ко рту, вдохнуть дым) постепенно формирует стойкий рефлекс курения. Эти поведенческие реакции закрепляются в результате активации никотином центральной нервной системы – повторение этих движений доставляет курящему особое удовольствие.

Никотин вызывает сильную **физическую зависимость**. **Физическая зависимость** заключается в том, что если никотин не поступает в организм курильщика, у него развивается состояние абстинентного синдрома: острая потребность в сигарете, раздражительность, беспокойство, усиленный аппетит, головная боль. Продолжающееся курение приводит к формированию зависимости от никотина примерно у 90%, причем у многих психологическая зависимость возникает очень рано.

2. Игра «Зоопарк»

Цель: разделение участников на малые группы.

Ход работы. Ведущий раздает каждому участнику по карточке с названием животного (слон, мышь, змея, пингвин). Участники без слов, изображая животных жестами и звуками, должны объединиться в малые группы в соответствии с содержанием карточек.

3. Упражнение «Силуэт»

Цель: формирование у участников представлений о негативных последствиях курения.

Ход работы. Ведущий раздает образовавшимся малым группам по листу формата А1 с изображением силуэта человека и предлагает в течение следующих 10 минут нарисовать или написать на силуэте негативные последствия табакокурения для различных систем и органов организма человека. Спустя 10 минут малые группы по очереди представляют свои наработки остальным участникам.

4. Мини-лекция «Влияние табака на здоровье человека»

Ведущий резюмирует результаты упражнения «Силуэт» и дополняет информацию о влиянии табака на здоровье человека.

От токсических веществ, содержащихся в табаке, страдают практически все органы и системы. По данным ВОЗ, каждые 8 секунд в мире регистрируется смерть от заболеваний, имеющих причинную связь с табакокурением.

В составе табачного дыма более 40 компонентов, которые могут являться причинными факторами, провоцирующими развитие раковых заболеваний. В 90% случаев рак легких развивается в результате курения. Кроме рака легких курение является причиной развития эмфиземы – болезни, результатом которой является снижение общей площади дыхательной поверхности и жизненного объема легких. У курящих обычно рано развивается и быстро прогрессирует хронический бронхит, типичными симптомами которого являются выделение гнойно-слизистой мокроты, болезненный кашель и дыхательная недостаточность.

Курение является одним из наиболее значительных факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний. При курении у человека обычно учащается пульс, повышается артериальное давление и, следовательно, увеличивается риск развития и прогрессирования гипертонической болезни и тромбоза артерий, что в дальнейшем может осложняться инфарктом миокарда и мозговым инсультом.

Курение ослабляет иммунную систему организма. Человек становится восприимчивым ко многим заболеваниям.

У курящих людей обычно значительно чаще развивается катаракта – помутнение хрусталика, вследствие чего он становится менее проницаемым для света. Прогрессирование процесса может привести к слепоте. Табачный дым имеет два вредных для глаз эффекта: непосредственное раздражение глаз во время курения и опосредованное воздействие содержащихся в дыме химических субстанций, которые всасываются из легких в кровь, а затем попадают в ткани глаза.

Курение является причиной преждевременного старения кожи, так как избирательно уменьшает содержание в ней белков, от которых зависит ее эластичность, снижает содержание витамина А, а также замедляет интенсивность кровотока в сосудах. У курящих людей кожа обычно сухая, грубая, прорезана тонкими линейными морщинами.

Курение нарушает нормальное протекание химических процессов и изменяет естественную рН-реакцию среды в ротовой полости. На зубах обычно формируются бляшки и желтый налет, что впоследствии приводит к кариесу.

Курение снижает устойчивость организма человека к бактериальной инфекции, вызывающей развитие язвенной болезни желудка. У хронически курящих людей снижаются физиологические компенсаторные возможности желудка по нейтрализации повышенной кислотности после приемов пищи, что может привести к разъеданию соляной кислотой слизистой оболочки. Язвенная болезнь желудка у курящих, по сравнению с некурящими, труднее поддается лечению, чаще встречаются рецидивы.

Смола, содержащаяся в дыме, обычно абсорбируется кожей пальцев рук и ногтями, окрашивая их в желто-коричневый цвет.

Мужское бесплодие встречается относительно чаще среди курящих мужчин по сравнению с некурящими. В семенной жидкости курящих мужчин уменьшается количество активных сперматозоидов. Снижается интенсивность притока крови к половому члену и, соответственно, ослабляется эрекция, что может стать причиной развития импотенции.

Кроме повышения риска возникновения рака тела и шейки матки, курящие женщины чаще сталкиваются с такими проблемами, как бесплодие, осложнения беременности и родов.

5. Упражнение «Три друга»

Цель: развитие у участников навыков противостояния негативному влиянию и принятия ответственных решений.

Ход работы. Ведущий предлагает трем добровольцам поучаствовать в упражнении и приглашает их занять место перед группой. Ведущий зачитывает ситуацию, в которой участники оказались по условиям упражнения.

Ситуация:

После уроков в безлюдном месте, вдалеке от жилых домов беседуют трое друзей. Во время разговора один из них (Друг №1) достает сигарету и прикуривает ее. Затем он предлагает закурить Другу №2, который отказывается, после чего сигарета предлагается Другу №3. Друг №1 должен убедить Друга №3 закурить сигарету. Друг №2 должен попытаться убедить Друга №3 отказаться от предложенной сигареты и уйти вместе с ним. Друг №3 не знает, кого слушать.

Ведущий предлагает вызвавшимся добровольцам разыграть ситуацию. Остальные участники хлопком могут прервать игру и заменить любого героя, предложив свои аргументы. Впоследствии ведущий предлагает участникам проанализировать упражнение, опираясь на следующие вопросы:

- *Почему Друг №1 полагает, что его друзья должны попробовать сигарету?*
- *Какие способы отказа использовал Друг №2?*
- *Каким еще образом можно отказаться от сигареты?*
- *Как Другу №2 убедить Друга №3 не курить?*
- *Что делать Другу №2, если Друг №3 все же закурит?*

Ведущий резюмирует упражнение:

Осознание проблемы табакокурения помогает изменить формы поведения и отношение к своему здоровью, сформировать приоритет здорового образа жизни. Поэтому молодым людям следует помнить о пагубном влиянии табака на различные органы и системы организма и уметь отказаться от курения.

Заключительная часть

Упражнение «Пять пальцев»

Цель: подведение итогов занятия и рефлексия.

Ход работы. Ведущий предлагает участникам по кругу дать обратную связь о тренинге, опираясь на вопросы, соответствующие пяти пальцам руки:

- большой палец – *что мне понравилось?*
- указательный палец – *чему я научился/научилась? что нового узнал/узнала?*
- средний палец – *что бы я сделал/сделала иначе?*
- безымянный палец – *какой была атмосфера на тренинге?*
- мизинец – *в чем была изюминка тренинга?*

ЗАНЯТИЕ: ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ПРИОБЩЕНИЯ МОЛОДЕЖИ К УПОТРЕБЛЕНИЮ ПСИХОАКТИВНЫХ, НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ

Цель: актуализация проблемы употребления психоактивных, наркотических веществ.

Необходимые материалы: бумага формата А4 – 4 штуки со статистическими данными по наркопотреблению (для игры «4 угла»), бумага формата А1 – 6 штук, маркеры, скотч.

Ход занятия

Вступительная часть

Ведущий: *Часто старшеклассники не понимают опасности в отношении проблемы употребления психоактивных, наркотических веществ и считают, что эта проблема их не коснется. А некоторые могут практиковать рискованное поведение в отношении потребления наркотических веществ. Проводя это занятие необходимо помочь молодым людям задуматься об актуальности данной проблемы.*

Игра «Комплименты»

Цель: знакомство и/или приветствие участников, создание благоприятной атмосферы.

Ход работы. По команде ведущего все участники начинают общаться друг с другом в парах. Для этого нужно поздороваться, спросить имя партнера и сказать ему какой-нибудь комплимент.

Перед каждым участником стоит задача пообщаться с как можно большим числом людей за 5 минут. Участие ведущего обязательно.

Основная часть

Участникам предлагается рассмотреть эпидемиологическую ситуацию в отношении наркопотребления в Республики Беларусь.

1. Упражнение «4 угла»

Цель: рассмотреть эпидемиологическую ситуацию в отношении наркопотребления в Республики Беларусь, актуализировать проблему психоактивных, наркотических веществ.

Ход работы. В помещении, где проводится занятие, на каждую стену вывешивается по листу бумаги формата А4. На каждом листе помещены статистические данные и только один из четырех вариантов является правильным. Участники должны выбрать (став, по их мнению, под правильным ответом) нужный вариант и прокомментировать, почему они выбрали именно его. Те, кто сделал правильный выбор, опрашиваются в последнюю очередь.

Как вы считаете, сколько наркозависимых зарегистрировано в Республике Беларусь на сегодня? Если около 16 тысяч – то встаньте под эту цифру, если около – 10 тысяч – займите место под такой цифрой, если около 1 тысячи – под этими данными, если около 20 тысяч – под такими данными.

В Республике Беларусь за 2014 год официально зарегистрировано около (указывается количество) наркозависимых.

Статистические данные по количеству наркозависимых, состоящих на учете можно уточнить в организационно-методических кабинетах наркологических служб городов или районов.

Как вы считаете, какой процент наркопотребителей в возрасте от 19 до 40 лет зарегистрировано на сегодня в Республике Беларусь? Если, по вашему мнению, - около 25%, то займите место под этими данными, если

около 40% - займите место под этой цифрой, если около 65% - под этой цифрой, если около 90% - под этой. (Правильно – 90%).

2. Мозговой штурм «Определение понятий...»

Цель: определение понятий «наркотики» и «наркопотребление».

Ход работы. Участникам предлагается сформулировать, что же означают слова «наркотики» и «наркопотребление».

Наркотики – это...

Наркопотребление – это...

Предложенные варианты фиксируются на большом листе бумаги.

Полученные определения участники вместе с ведущим сравнивает с предложенными определениями.

Наркотики – химические вещества природного (встречаются в природе либо выделяются из растений) или синтетического (производятся искусственно) происхождения, способные вызывать изменения психического состояния, систематическое употребление которых приводит к зависимости.

Наркопотребление – это употребление наркотических веществ без медицинской необходимости.

3. Мини-лекция и/или презентация по теме занятия

Наркомания – это заболевание, к которому приводит наркопотребление, заболевание которое отражается на четырех аспектах жизнедеятельности человека.

Био–психо-социо-духовные составляющие наркомании.

Био: наркотическое вещество присутствует в крови человека и он уже нуждается в том, чтобы употреблять наркотик каждый день или несколько раз в день. Иначе у него развивается крайне тяжелое физическое состояние: «выкручивает» суставы, диарея, сильное потоотделение, боли и т.д

Психо: самое главное в психологическом аспекте химической зависимости то, что сама болезнь формирует мощнейшую систему отрицания, сопротивление осознанию того факта, что он зависим.

Кроме этого непреодолимое простыми усилиями воли психологическое желание употребить химическое вещество переплетается с изменением характера в отрицательную сторону, происходит разрушение психики, зачастую наблюдается неадекватная реакция на простые обстоятельства, реальность видится в искаженном свете.

Социо: зависимый человек разучивается жить в обществе. Его социум полностью наполняет все, что связано с добычей и употреблением наркотических веществ. Он постепенно или сразу перестает работать, учиться, строить семью или любые другие взаимоотношения, которые не связаны с наркопотреблением. Происходит постепенное разрушение социальных связей и снижение их значимости. Это проявляется в том, что наркозависимый человек перестает быть частью общества. Отношения с близкими людьми постепенно ухудшаются. Также зависимый человек чаще всего испытывает большие проблемы с работой и получением образования. Это связано с нарушениями в психической сфере, состоянием физического здоровья, с отсутствием устремлений к самореализации.

Духовная: совесть наркомана «сжигается» полностью, происходит полная деградация нравственных ценностей. Главным в этом аспекте является то, что наркозависимый человек теряет нравственный стержень. Ему становятся безразличны такие понятия, как высокие духовные идеалы и ценности: любовь к родине, вера в Бога, забота о людях, сострадание к слабым и больным, альтруизм, самопожертвование.

Этапы формирования зависимости

Психическая зависимость появляется после первого употребления наркотического вещества. Человек же этого не замечает, и ему кажется, что он в любой момент может остановиться. Поэтому этот период называется «глухим». И только когда наступает физическая зависимость, которая формируется позже, в зависимости от вида вещества, большинство людей начинают волноваться, но оказывается, что они уже давно попали в зависимость и все не так просто и легко, как кажется поначалу. Потому что

физическую зависимость медицинские работники помогают убрать с помощью лекарств и прохождения терапии в лечебном заведении, а психическая зависимость остается на всю жизнь. Даже первый прием наркотика нарушает правильный обмен веществ в головном мозгу человека, и он начинает регулярно чувствовать психологическую потребность в употреблении дополнительных доз.

Важно отметить в формировании зависимости «глухой период», так как это тот период, когда любой товарищ по двору или по учебе может необдуманно активно рекламировать те вещества, которые он употребляет, и сам не ощущает еще губительности своего положения.

4. Игра «Мишки, ульи, пчелы, мед»

Цель: активизировать внимание участников, повысить групповую активность, разделить участников на малые группы для дальнейшей работы.

Ход работы. По кругу участники рассчитываются на «Мишки, ульи, пчелы, мед» и делятся на группы «Мишки», «Ульи», «Пчелы», «Мед». (Если есть необходимость еще группы можно добавить, например, «Пасечник»).

Стоящий в центре круга ведущий называет, например, категорию «Мишки». Участники этой категории меняются местами, а ведущий старается занять одно из освободившихся мест. Тот, кто не успевает занять место, переходит на роль ведущего. Дальше называется следующая категория. И снова все участники меняются.

После разминки участники собираются в группы по названию категорий.

5. Работа в малых группах

Цель: Показать негативное влияние наркотиков на человека, семью и общество.

Ход работы. Каждой группе участников необходимо записать на листах бумаги формата А1 ответы на следующие вопросы:

1-я группа (например, «Мишки»): *Какие проблемы возникают у человека, который попал в зависимость от наркотиков?*

2-я группа (например, «Улы»): Какие проблемы возникают у семьи наркозависимого?

3-я группа (например «Пчелы»): Какие проблемы возникают у соседей?

4-я группа (например, «Мед»): Какие проблемы возникают в школе, где есть наркозависимые?

5-я группа (например, «Пасечник»): Какие проблемы возникают в районе или городе, где много наркозависимых?

После того, как группы зачитают свои ответы, участникам предлагается ответить на вопрос:

- Кого больше всего задевает наркомания?

Сделайте вместе с группой вывод о том, что наркомания тяжело влияет не только на самого наркозависимого, ломая его здоровье, жизнь и судьбу, но бьет и по его близким и, в конечном счете, по согражданам, государству.

Надо обратить внимание участников на то, что некоторые проблемы и последствия возникают быстро, другие – позднее, но все они долгосрочные. Эффект от приема наркотиков длится максимум несколько часов, а последствия употребления наркотиков преследуют человека всю жизнь, влияя не только на него, но на его семью, друзей и родных, подрывают экономику государства и повышают уровень преступности. Сейчас и наше государство, и различные международные организации много делают, чтобы изменить ситуацию. Создаются центры лечения и реабилитации наркозависимых, ведется работа с семьями, в которых есть наркозависимые, следовательно, часть социальных последствий снижает свою остроту. Проблемы, которые возникают в результате распространения наркотиков, невозможно решить работой только с наркозависимыми. Это проблема всех окружающих, всего общества.

Заключительная часть

Игра «Ключевой момент на занятии»

Цель: подведение итогов занятия и рефлексия.

Ход работы. В конце занятия участникам предлагается рассказать, что стало для них ключевым моментом на данном занятии.