**ПРИМЕРЫ МЕТОДИК ПРОВЕДЕНИЯ**

**ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ БЕСЕД С ПОДРОСТКАМИ**

**Занятие 1. ПОЧЕМУ ЛЮДИ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?**

*- Упражнение «Ассоциации»*

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

После обсуждения ведущий предлагает наиболее простое определение рассматриваемых понятий.

- *Информационный блок*

Этот этап логично начать с ответов на те вопросы, которые вызвали массовое затруднение на предыдущем этапе. Метод работы - лекция или интерактивная форма (дискуссия, в процессе которой, ведущий уточняет, исправляет и детализирует ответы участников). На этом этапе нужно обсудить следующие понятия: наркотики и наркомания.

- *Игра «Сюрприз».*

Цель: выяснить и обсудить мотивы начала потребления наркотиков.

После этой игры целесообразно привести результаты исследований, которые показывают реальные причины начала употребления наркотиков.

- *Информационный блок*

Обсуждение причин, толкающих на употребление наркотиков.

**Занятие 2. ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКОВ НА ЗДОРОВЬЕ И ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА**

*- Упражнение «Вопросы»*

Цель: выяснить информированность аудитории, спланировать информационный блок.

Каждый участник пишет на листке бумаги вопрос(ы), на которые он хотел бы получить ответ в ходе бесед. Листочки с вопросам отдаются ведущему. Ведущий обдумывает вопросы, и на их основе определяет необходимый объем информационных блоков.

- *Информационный блок*

Необходимо рассмотреть механизм и особенности воздействия наркотиков на организм человека и подростков в частности.

Комментарий: Давая информацию о наркотиках, необходимо быть правдивым и не стараться «сгущать краски», «пугать», описывая последствия употребления. Одна из задач ведущего - информировать о ложных представлениях о наркотиках. Правдивость повышает уровень доверия группы к тренеру. Однако описывая состояние опьянения, следует быть осторожным, чтобы не стимулировать любопытство и желание попробовать.

- Игра *«Шприц»*

Цель: отработка навыков отказа, выбор наиболее эффективных стратегий отказа.

*- Информационный блок.*

**Занятие 3. МИФЫ ОБ УПОТРЕБЛЕНИИ ТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ И НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ**

- *Упражнение «Мифы».*

Цель: информировать участников, развеять мифы.

Мифы, которые предлагается обсудить:

Наркомания — вредная привычка.

Достаточно 1 раз уколоться - и станешь наркоманом.

Все наркоманы и проститутки - конченые люди.

Марихуана безвредна.

Наркомания неизлечима.

Нельзя дружить с наркоманом.

У каждого есть своя собственная зависимость.

«Чистые наркотики безвредны».

Легализация наркотиков приведет к снижению преступности.

Не сам наркотик, а его запрет приводит к несчастью.

Человек имеет право осознанно употреблять наркотики. Этим он не приносит вреда окружающим.

Продажа наркотиков, контролируемая врачами, сможет с наименьшими потерями предотвратить привыкание к наркотикам.

- *Информационный блок*

**Занятие 4. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ**

**-** *Упражнение «Провокационные тезисы»*

Цель: выяснить, актуальна ли тема наркомании для подростков, и оценить их базовый уровень информированности.

- *Информационный блок*

Этот блок лучше повести в интерактивной форме (дискуссия, в процессе которой, ведущий уточняет, исправляет и детализирует ответы участников). Цель блока - систематизировать и актуализировать знания учащихся о здоровом образе жизни.

**Занятие 5. ЧТО ТАКОЕ ЗАВИСИМОСТЬ**

*Упражнение «Что такое зависимость»*

Цель: выявить уровень знаний участников; выяснить, как участники определяют понятие «зависимость»; дать определение зависимости.

В результате обсуждения, педагог подводит группу к правильному определению понятия «зависимости», разъясняет его смысл.

- *Информационный блок*

Этот блок лучше повести в интерактивной форме (дискуссия, в процессе которой, ведущий уточняет, исправляет и детализирует ответы участников). Цель блока - изучить проблему зависимости, ее влияние на все стороны жизни человека. В ходе этого этапа должны быть даны ответы на следующие вопросы:

- что такое зависимость?

- какие встречаются виды зависимостей? - каков механизм развития зависимости?

- почему наркомания является наиболее деструктивным видом зависимости?

- *Игра «Марионетка»*

Цель: определить, что может

чувствовать человек, когда им кто-то управляет, когда он не свободен.

- *Групповая работа.* Группа делится на 3-4 микрогруппы. Участники обсуждают влияние зависимости (от компьютера, от еды, от работы, от наркотиков) на биологический, психический, социальный, духовный аспекты здоровья человека.

После этого микрогруппы представляют результаты своих обсуждений. Затем ведущий повторяет все названные аспекты жизни человека, на которые влияют наркотики.

**Занятие** **6.** **ТИПИЧНЫЕ** **СИТУАЦИИ,** **СВЯЗАННЫЕ** **С УПОТРЕБЛЕНИЕМ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ (ПАВ)**

- *Упражнение «Высказывания»*

Цель: мотивация подростков к получению информации; развитие способности аргументировать и конструктивно участвовать в дискуссии; формирование навыка высказывать собственное мнение.

При подведении итогов обсуждаются высказывания, по которым участники затрудняются принять решение. Это касается тех высказываний, о которых участники недостаточно информированы, они требуют дополнительной информации, чтобы иметь возможность согласиться с высказываниями или опровергнуть его.

Возможные высказывания:

Люди, употребляющие наркотики, опасны, т.к. они совращают других.

Наркотики — это повседневность для подростков.

Алкоголь хуже, чем гашиш.

Алкоголь — это средство, от которого можно стать зависимым.

Подростки принимают «лекарство», чтобы успокоиться перед «контрольной» или экзаменом.

Если человек пьет и курит осознанно в умеренных дозах, то у него не возникнет зависимости.

Человек, убегающий от конфликтов, скорее подвергается возможности стать наркоманом.

Доводы учителя, который курит, но запрещает ученикам, выглядят неубедительно.

Иметь возможность достичь состояния опьянения - одна из радостей жизни. Ученики, принимающие наркотики, нуждаются в понимании своих друзей и взрослых.

- *Информационный блок*

- *Дискуссия.* Обсуждаются типичные ситуации употребления ПАВ, мотивы употребления (групповая дискуссия):

•причины, по которым люди употребляют ПАВ; •причины, по которым люди не употребляют ПАВ;

•примеры ситуаций употребления ПАВ.

•беседа о возможных последствиях отказа от употребления ПАВ (изменение отношения сверстников, статуса в группе и т.д.).

**Занятие 7. СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ**

- *Информационный блок*

В рамках этого блока могут быть освещены следующие вопросы:

• Какова история употребления наркотических веществ в обществе?

• Как влияет наркомания (как явление) на общество?

• Наркотики и закон.

• Социальные последствия употребления ПАВ.

• Правовые последствия употребления ПАВ.

Этот блок лучше провести в интерактивной форме (дискуссия, в процессе которой, ведущий уточняет, исправляет и детализирует ответы участников).

На этом этапе также надо рассмотреть особенности современного законодательства в отношении наркотиков в нашей стране. Подача информации может осуществляться в интерактивной форме.

- *"Социум"*

Цель: определить, как человек делает выбор, что ему в этом может помочь.

**Занятие 8. ПРОБЛЕМА ОТКАЗА В ГРУППЕ РОВЕСНИКОВ**

- *«Отказ»*

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

Далее следует обсуждение необходимости приобретения таких навыков, влияния тех или иных форм отказа на дальнейшие отношения. Дискутируется вопрос о сложностях и преимуществах ответственного поведения.

- *Информационный блок*

- *Дискуссия.* Обсуждение в группе типичной ситуации употребления ПАВ:

•что стало причиной употребления ПАВ;

•известны ли членам группы подобные случаи в реальной жизни;

•каковы возможные способы поведения в ситуации отказа.

**Занятие 9. МОЙ ВЫБОР**

- *«Давление группы»*

Цель: отработка навыков отказа, выбор наиболее эффективных стратегий отказа.

- *Информационный блок*

- *Групповая дискуссия «Давление со стороны ровесников»:*

•самоанализ состояния участников группы в подобных ситуациях;

•причины и приемы оказания давления.

•выбор из предложенных членами группы вариантов противодействия групповому воздействию, наилучших и наихудших стилей поведения; составление шкалы значимости способов решения данной проблемы.

Возможные вопросы для обсуждения:

Что бы я сделал, если бы однажды мой друг отказался разговаривать со мною? Что бы я сделал, если бы все мои друзья начали курить и уговаривать меня также начать делать то же самое? что бы я сделал, если бы моя компания стала уговаривать меня выпить с ними? и т.п.

**Занятие 10. ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОСТИ**

- *Ролевая игра «Семья»*

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

- *Информационный блок*

- *Дискуссия «Мой друг зависим от наркотиков»*

Цель: выработать несколько различных стратегий поведения, которые позволяют не вступать в созависимые отношения с наркопотребителем; дают возможность сохранить личную безопасность и в то же время помочь близкому человеку.

**Занятие 11. ПРИЧИНЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ**

- *Упражнение* *«Обсуждение* *историй»*

Цель: определить, какими стратегиями выхода из сложных ситуаций владеют участники группы; найти наиболее эффективные.

- *Информационный блок*

- *«История про...»*

Цель: анализ действий, совершаемых героями рассказа. Выяснение взглядов участников на данную проблему. Моделирование наиболее оптимальных стратегий действий участников.

**Занятие 12. НАРКОТИКИ И ПОВЕДЕНИЕ. ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ**

- *Игра «Спорные утверждения»*

Цели: стимулируется активность группы; участники слышат альтернативное аргументированное мнение; происходит формирование собственных, менее дискриминационных позиций; появляется возможность продемонстрировать собственную позицию.

- *Информационный блок*

- *Ролевая* *игра* *«Предотвращение* *употребления* *наркотиков»*

- *Подведение итогов:* На этом этапе участникам предлагается заполнить заключительный опросник. Далее участники по кругу делятся своими чувствами от прошедших занятий, говорят о своем настроении в данный момент.

***СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:***

1. Белогуров С.Б. Популярно о наркотиках и наркоманиях. СПб., 2001

2. Комиссаров Б.Г. Подросток и наркотики. Выбери жизнь! - Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 2001. – 128 с.

3. Комиссаров Б.Г., Роменко А.А. SOS: наркомания. – Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 2000. – 320 с.

4. Котляков В.Ю. Подросток и наркотики (пособие для родителей), М, 1999

5. Петракова Т.И. Руководство по профилактике наркомании среди детей и подростков, М., 2000

6. Рачкова А.М. Закон и наркотики: Пособие для подростков по правовым аспектам наркотической зависимости. – Иркутск, 2001. – 43 с.

7. Юридическая ответственность за действия, связанные с незаконным оборотом наркотиков: Информационные материалы для специалистов, работающих в сфере профилактики наркомании / Автор-составитель – Рачкова А.М. – Иркутск. – 2004. – 24 с.

8. Рушенко И. П. Шесть замечаний, которые полезно знать // Наши дети и наркотики: советы специалистов родителям / Под ред. И. П. Рущенко, Харьков, 2002

9. Рущенко И. П. Методика работы с родителями учеников в средней школе по вопросам первичной и вторичной профилактики наркомании // Профилактика наркомании: организационные и методические аспекты. Итоговые материалы международного проекта / Сост. И. П. Рущенко. — Харьков: Финарт, 2002. — С. 138–141.

10. Синягина Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений, М., 2001

11. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ среди детей и подростков, М., 2003

12. http://www.narcom.ru «Русский народный сервер против наркотиков»