

Тренинг "Миф и реальность"

Профилактика наркомании у подростков

Пояснительная записка

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.

Цель тренинга: Обозначить проблемы, связанные с наркоманией и предупреждение первого употребления наркотиков и других психоактивных веществ

Задачи тренинга:

- (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.

1. Мозговой штурм "Почему люди употребляют наркотики?"

2. Игра «Спорные утверждения»

Цель: эта игра, кроме информирования, даёт возможность каждому участнику высказать 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.

Спорные утверждения:

- Наркомания - это преступление.
- Лёгкие наркотики безвредны.
- Наркотики повышают творческий потенциал. (Нет. Ухудшает способности, вводит в депрессию).

- 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 разрешить лёгкие.

3. Игра "Ассоциации" (можно по группам)

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

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

4. Игра "Словесный портрет"

Предлагается дать описание наркомана.

5. 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 дается 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?

ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

МЕДИЦИНСКИЕ	ПРАВОВЫЕ	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ	
Ломка	Правонарушение	Замкнутость	
Передозировка	Преступление	Одиночество	
Смерть	Тюрьма	Деградация личности	
Заболевание ЗППП	Общественно-опасные деяния	Нищета: духовная и материальная	
СПИД	Знакомство с законом	Семья: отношения с родственниками	
Гепатит С		Изгой	
Цирроз печени		Суицид	
Сердце		Асоциальные группировки	
Нервная система		Генофонд	
Мозг		Безработица	
Весь организм изменяется		Нездоровый образ жизни	
Потомство		Друзья	
Половое созревание (секс)		Цель - профессия	
Взросление (вес)		Снижение самооценки	
Внешность		Самоутверждение через: <ul style="list-style-type: none"> • хобби; • любовь. 	
Вымирание нации		<ul style="list-style-type: none"> • Снижение налоговых поступлений; • Преступления; • Уменьшение бюджета. 	Деградация общества

КТО ЭТО? Косвенные признаки употребления наркотиков и наркотической зависимости

Можно отличать наркоманов в толпе по внешним признакам. Они не абсолютны, но все же часто помогают. Вообще, наружность употребляющих наркотики не всегда бывает совершенно ужасной. Если Вы будете ориентироваться на внешние признаки, помните, что они не подходят к наркоманам с небольшим стажем:

1. Длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки.
2. Неестественно узкие или широкие зрачки независимо от освещения.
3. Отрешенный взгляд..

4. Часто - неряшливый вид, сухие волосы, отекающие кисти рук; темные, разрушенные, «обломанные» зубы в виде «пеньков».
5. Осанка чаще сутулая..
6. Невнятная, «растянутая» речь.
7. Неуклюжие и замедленные движения при отсутствии запаха алкоголя изо рта.
8. Явное стремление избегать встреч с представителями властей.
9. Раздражительность, резкость и непочтительность в ответах на вопросы.
10. После его появления в доме у Вас пропадают вещи или деньги.
11. Следы уколов наркоманы обычно не показывают, но иногда их можно заметить на тыльной стороне кистей, а вообще-то наркоманы со стажем делают себе инъекции куда угодно, и следы нужно искать во всех областях тела, не исключая кожи на голове под волосами. Часто следы уколов выглядят не просто как множественные красные точки, а сливаются в плотные синевато-багровые тяжи по ходу вен.

В ОМУТЕ НАРКОМАНИИ

Наркотики... Это ужасное слово вошло в наш обиход ещё в начале 90-х годов. Но, кажется, только сейчас мы начинаем понимать и принимать на себя тяжкие последствия этого молодёжного увлечения.

Андрей – подросток-наркоман. Увлекался наркотиками 4 года. В возрасте 15 лет Андрей попал в компанию «трудных подростков». Пьющие водку, курящие травку, а иногда и балующиеся различными наркотическими средствами, ребята предложили Андрею испытать кайф на себе. Как известно, в крупном городе достать заветную коробочку порошка не составляет труда, и в этой компании всё чаще и чаще стали появляться различные наркотические средства.

Начал Андрей с безобидной, на первый взгляд, травки, а потом в его жизнь перешли более серьёзные наркотики: кокаин, героин, винт, марихуана, экстази... Незаметно для себя Андрей понял, что стал зависим от наркотиков. И с этого момента жизнь пятнадцатилетнего парня превратилась в сплошной кошмар. Он не мог прожить и десяти часов без очередной дозы, а денег катастрофически не хватало. От безысходности Андрей пошёл с друзьями-наркоманами на заработки. Воровали везде: на улицах, на рынках, в метро, в магазинах, словом, где можно было хоть чем-нибудь поживиться. К своему шестнадцатилетию Андрей стал законченным наркоманом. Перестал посещать школу, часто врал, не ночевал дома. Из симпатичного, высокого, с крепким телосложением парня, Андрей превратился в грязного оболтуса. На него перестали обращать внимание девушки. К сожалению, мама Андрея поздно заметила, что с сыном творится что-то неладное. Парень жил с бабушкой, т.к. его родители развелись, мать работала на высокооплачиваемой работе и редко бывала дома.

Лучшая клиника, лучшие доктора, психологи... Но, к сожалению, помощь пришла слишком поздно. После первого анализа крови врачи вынесли приговор: СПИД.

Андрей не винил никого из родных и близких, - а лишь себя одного. От него отказались все друзья, а помогли в тот тяжёлый момент лишь самые близкие люди – мама и бабушка, которые до конца надеялись на помощь медиков. Но, к сожалению, медицина не всегда бывает всесильна. И через восемь месяцев его не

стало. Андрей похоронен на одном из московских кладбищ. Самую дорогую цену заплатил он за подражание своим друзьям и минутный кайф от наркотического опьянения. Таких историй много, гораздо больше, чем тех, которые имеют счастливый конец.

Мизинов В.В.,
педагог-психолог ГАПОУ СО «БПТ»