

Игры, упражнения и
дискуссии по профилактике
темы «Психоактивные
вещества»

Содержание

- **Игры по профилактике темы «Психоактивные вещества».**
 1. Большая психологическая игра «Иной» (под «Иным» подразумевается подросток, злоупотребляющий наркотическими средствами)
 2. Ролевая игра «Предотвращение употребления наркотиков»
 3. Ролевая игра. «Скажи нет»
 4. Профилактическая игра «Люди ходят по вулканам»
 5. Игра «В открытом будущем»

- **Дискуссии по профилактике темы «Психоактивные вещества».**
 1. Дискуссия. «Психоактивные вещества»
 2. Интерактивная дискуссия «ОКСФОРДСКИЕ ДЕБАТ»
 3. Дискуссия. "Причины первых проб алкогольных напитков»
 4. Дискуссия . Круглый стол
 5. «Тихая дискуссия»

- **Упражнения по профилактике темы «Психоактивные вещества».**
 1. Упражнение «Налево пойдешь – себя потеряешь, направо пойдешь – себя обретешь»
 2. Упражнение-исследование «Интервью с партнером»
 3. Упражнение «Высказывания»
 4. Упражнение (разминка) – сюжетная игра "Полет в будущее"
 5. Упражнение «Рекламный агент».

- **Требования к ведущему**

- **Список литературы**

Игры

Ролевые игры

Это небольшие сценки произвольного характера, отражающие модели жизненных ситуаций. Ролевые игры позволяют:

- показать существующие стереотипы реагирования в тех или иных ситуациях;
- разработать и использовать новые стратегии поведения;
- отработать, пережить свои внутренние опасения и проблемы;
- «спустить пар» в безопасной обстановке;
- расширить свое «Я», сломать ригидные и тесные пределы, в которые ставят человека обстоятельства;
- выразить скрытые потребности (так, некоторые подростки ищут в игре теплоту и внимание, которых они лишены).

Правила проведения ролевых игр:

- четко инструктировать участников;
- устанавливать лимит времени на игру;
- распределять роли таким образом, чтобы каждый участник мог изменить свое амплуа, попробовать чужую роль;
- не позволять одному и тому же участнику несколько раз играть однотипные роли, чтобы он не остался этим персонажем в глазах товарищей;
- следить за тем, чтобы игровая ситуация и поведение участников не травмировали кого-нибудь, если это происходит, необходимо вмешаться, остановить процесс и обсудить с участниками их стратегию поведения;
- после игры необходимо возвращать участников к реальности, напоминая, что это была игра, тренировка;
- после окончания игры необходимо, чтобы участники обменялись впечатлениями, мыслями, а также обсудили или выработали наиболее эффективные стратегии поведения в подобных ситуациях.

Варианты ролевых игр :

1. Каждый участник играет определенную роль. Участвует вся группа или отдельная под- группа.
2. Главные оппозиционные роли исполняют несколько участников, остальные наблюдают за процессом. После игры остальные участники принимают ту или иную сторону, аргументируя свой выбор.
3. Ролевая игра с элементами психодрамы. Несколько участников исполняют роли основных героев, остальные помогают им, играя роли-«субличности», например, «внутренний голос», «разум», «совесть», «логика», «желание», «голос родителей», «голос друга» и т.п.

1. Большая психологическая игра «Иной» (под «Иным» подразумевается подросток, злоупотребляющий наркотическими средствами)

Вид игры – игра-драма

Тип сюжета – реальный

Время на игру и на обсуждение – 1,5-2 часа

Участники:

- ✓ Возраст участников – 13-16 лет
- ✓ Размер группы – 20 человек
- ✓ В качестве ведущих, участвуют педагог-психолог и социальный педагог.
- ✓ Классный руководитель участвует в качестве наблюдателя.

Подробный сценарий игры с указанием задач каждого этапа

№ этапа	Время на проведение	Содержание каждого этапа	Задачи, решаемые на каждом этапе	Материалы, необходимые для проведения каждого этапа
1. Создание рабочей атмосферы	10 мин.	Приветствие Упражнение "Представление имени"	<ul style="list-style-type: none"> – Выявить ожидания участников; – снятие эмоционального напряжения в группе; – мотивация на эффективное участие в группе. 	
	10 мин.	Разминка Упражнение "Кто Я?" (10 позитивных определений)	– Формирование позитивной самооценки, внимания к собственной личности и особенностям другого.	Бумага, ручка
2. Основная часть	40-50 мин.	Игра "Иной"	<ul style="list-style-type: none"> – погружение в роль и игровую ситуацию; – формирование адекватно воспринимать создавшуюся ситуацию; – формирование навыков принятия и выполнения решений, умения сказать "нет", отстоять свои границы; – формирование ответственности за себя, свои действия и свой выбор. 	Достаточно просторное помещение, но не слишком большое, чтобы не нарушить ощущение безопасности.
3. Рефлексия проделанной работы	40-50 мин.	Обсуждение	<ul style="list-style-type: none"> – отреагировать ситуацию из роли, затем из своей личной позиции; – дать обратную связь другим игрокам; – обсудить возникшие чувства и ощущения. 	

Инструкция (работа в 2 подгруппах по 10 человек).

Представьте себе, что вы пришли к однокласснику на празднование Дня рождения. В гостях у него вы встретились с незнакомым вам сверстником. Ваш одноклассник представил его вам, как своего нового товарища. У него был очень странный неряшливый вид, несмотря на жару, длинные рукава у свитера, сухие волосы, говорил он невнятно и у него были неуклюжие движения. Несмотря на то, что он вам не понравился, вы не подали никакого вида. Про себя вы дали ему имя “Иной”. Вы танцуете и веселитесь. В самый разгар веселья, “Иной” подходит ко всем по очереди и предлагает принять химическое вещество, уговаривает попробовать, обещает, что это изменит ощущения, и при этом вы мгновенно получите огромное удовольствие и наслаждение.

Ваша задача:

- погрузиться в игровую реальность;
- попытаться противостоять “Иному”;
- сделать свой личный выбор;
- каждой подгруппе презентовать свою игровую ситуацию по ролям.

Вопросы для обсуждения:

что было самым интересным на занятии?

тяжело ли было противостоять давлению “Иного”?

удалось ли “Иному” уговорить кого-либо попробовать химическое вещество?

какие чувства и ощущения вы испытывали?

Формы обсуждения игры – групповая дискуссия.

Возможно продолжение профилактической работы в деятельности психолога и педагогов (классного руководителя), если в ходе игры будут выявлены дети, которые приняли решение, сказав “да”.

2. Ролевая игра «Предотвращение употребления

наркотиков»

Цель: содействовать развитию практических навыков преодоления проблем. Игра дает возможность каждому участнику самому найти решение задачи, находясь в роли «большого начальника», формирует собственный подход к преодолению проблемы, позволяет приобрести опыт создания социальных проектов.

Возраст участников: 13- 16 лет

Содержание: участники делятся на две подгруппы. Одна представляет администрацию школы, другая – администрацию города.

Примеры ролей для участников этих групп:

- 1) Администрация школы: директор, завуч, учителя.
- 2) Администрация города: мэр, его заместитель, председатель комитета по делам молодежи, представитель органов управления МВД и т.д.

Ведущий помогает распределить роли между участниками.

Задача участников игры: находясь в избранной для себя роли, предложить неформальное решение проблемы наркотиков в рамках школы, двора, одного города.

Результатом игры становится проект «администрация школы», администрации города».

Комментарии для ведущего: с позиции практической целесообразности лучше ограничить масштаб до уровня «свой двор», «своя школа». Ведущий предлагает участникам продумать не только где можно взять деньги на эту деятельность, но и как можно будет оценить эффективность предложенной программы. Несколько лучших проектов можно отметить или наградить (если есть такая возможность).

3. Ролевая игра. Скажи нет

Цель: игра, в которой участники тренируют способы, помогающие избежать давления и оставаться востребованными, продолжать дружить и весело проводить время.

Возраст участников: 13-16 лет

Содержание: Объедините участников в 4 группы. Раздайте каждой группе карточки с приемами предложения ПАВ и со способами отказа. Каждый участник группы по очереди вытягивает карточки с одним из приемов, читает его вслух. Затем предлагает соседу справа, прочитать ответ. Каждому приему предложения ПАВ соответствует два ответа с отказом.

Примеры предложения ПАВ и способы отказа:

Привет! Присоединяйся к нашей компании. У нас есть кое – что выпить.

Да ну! Сейчас по телевизору начинается классный фильм, пойдём лучше посмотрим;

Нет, спасибо, мне сейчас нужно идти на тренировку (на встречу, на занятия).

Давай покурим. Чего ты боишься? Сейчас только младенцы не курят. Ты что салага?

Нет, не хочу. Кстати, большинство людей как раз не курят;

Нет, спасибо. Мне совсем не нравится запах табака. Меня от него просто тошнит.

Пойдем со мной в гости. Ребята обещали принести наркотики. В жизни надо попробовать все. Не упрямясь.

Нет, это не по мне. Плохое место. Я не хочу, чтобы обо мне говорили, что я наркоман;

Ты шутишь! Такие эксперименты всегда заканчиваются плохо. Я хочу оставаться здоровым.

Хочешь выпить?

Нет, спасибо, от вина люди перестают соображать и совершают глупые поступки;

Нет, спасибо, от вина у меня болит голова.

Предложите группам продемонстрировать понравившиеся способы отказа от предложения ПАВ. Поблагодарите их за представление.

Важно довести до участников понимания того, что давление пить, курить, употреблять наркотики может быть преодолено с использованием навыков неагрессивного отказа, которые помогут отстаивать свои интересы и права, открыто и честно выражать свои чувства, не нарушая прав и интересов других людей.

Подведите итог занятию, обратив внимание, что отказ от употребления табака, алкоголя и наркотиков сохранит их здоровье.

Вывод

Существует много эффективных способов говорить « НЕТ ».

4. Профилактическая игра «Люди ходят по вулканам» Профилактическая игра проводится в учебном заведении для подростков, молодежи.

В игре может принимать участие 3-8 команд от 10 до 15 человек.

Содержание:

- 1) официальное открытие
- 2) игра по станциям, где участники выполняют профилактические задания по злоупотреблению ПАВ, здоровому образу жизни и заболеваниям передающимся половым путем,
- 3) официальное закрытие, награждение.

Продолжительность – 2,5 часа. **Охват** – от 30 до 200 человек

Преимущества:

- Разработка и проведение мероприятий психологами
- Четкость и реалистичность целей
- Направление усилий на повышение адаптивных факторов и уменьшения факторов риска
- Направленность на работу со всеми ПАВ и др.
- Работа во всех сферах
- Использование интерактивных и тренинговых форм работы
- Соответствие материалы возрастному уровню
- Возможность долгосрочного и цикличного сотрудничества

5. Игра «В открытом будущем»

Ход игры: Группа делится на команды по 4-6 человек.

Инструкция командам:

«Вот мы и за бортом корабля, теперь нам на практике предстоит узнать, способны ли мы противостоять опасности.»

Ролевая игра «Мой ответ «НЕТ». Игру лучше планировать как конечный этап деятельности, когда вы уже смогли убедить свою аудиторию в опасности приобщения к психоактивным веществам и сформировали у ребят готовность отказаться от знакомства с дурманом. В ролевой игре инсценируются различные ситуации, в которых может быть предложено одурманивающее вещество.

При организации ролевой игры важно помнить о следующем: нецелесообразно обсуждать правильные схемы отказа с человеком, который ничего плохого для себя не видит в курении, использовании алкогольных напитков и т.п.

Содержание ролевой игры должно соответствовать интересам аудитории, возрастным особенностям участников.

При инсценировке ни в коем случае нельзя переходить рамки приличия – использовать грубый нажим, упоминать о каких-то внешних недостатках исполнителей.

Всем участникам игры предлагается организовать мини-группы (по 4-6 человека). Каждая группа получает для инсценировки определенное задание-ситуацию. Задача группы – найти правильный вариант отказа, подходящий к конкретной ситуации, и изобразить его.

Варианты ситуаций для подростков и старшеклассников:

1) В дверь позвонили. Инга открыла дверь – на пороге стояла Ольга, её дальняя подруга. Девушки уселись на кухне и стали оживлённо обсуждать новости. «Слушай, Инга, давай покурим», предложила Оля. «Давай, - согласилась Инга, - сейчас только сигареты принесу». – «Да не надо, у меня есть, правда с травкой. Ты ведь такие ещё не пробовала?» - «Нет», - растерялась Инга. «Слушай, такой кайф и неопасно совсем! На, попробуй!» - и Ольга протянула Инге сигарету...

2) Этих ребят Сергей совсем не знал. Просто во дворе, кроме них, никого не было, поэтому мальчик пристроился рядом на скамейке. Ребята лениво обсуждали последний хоккейный матч. «Ну что, мультяшки, что ли, посмотрим?» - спросил один из подростков и достал из кармана тюбик с клеем. Ребята было двинулись к двери подъезда, но вдруг остановились. «А ты чего расселся? – спросил один из них Сергея, - а ну, давай вместе со всеми!» Ребята угрожающе двинулись в сторону Сергея...

Варианты ситуаций для младших школьников:

1) Бельчонок и Зайчонок играли в жмурки.

- Раз, два, три, четыре, пять, я иду искать, - проговорил Зайчонок и с завязанными глазами отправился на поиски Бельчонка. Зайчонок чувствовал, что его приятель где-то рядом: до него доносился легкий шелест сухой травы и смешки Бельчонка, которые тот с трудом сдерживал.

И вдруг Зайчонок неожиданно уперся во что-то большое.

- Ой! – от испуга у Зайчонка даже повязка развязалась. Прямо перед ним стоял Волчонок. Он был старше малышей на несколько лет и выше на целую голову.

- Ну вы, мелкотня, чего под ногами путаетесь?!

- М-м-мы ничего, мы играем, - испугались зверята.

- Ну ладно, не трусьте, хотите, хотите, я вас угощу? – на вытянутой руке Волчонок лежали коричневые шарики.

- А что это? – спросил Бельчонок.

- Да не бойся, говорят тебе – бери да жуй!

- А мы не хотим пробовать то, чего не знаем, - решительно заявил Зайчонок.

- Чего ты, малявка, тут выступать будешь, тебя угощают, а ты капризничаешь!..

2) Солнечным утром Мышонок прогуливался по зелёной поляне. У него было замечательное настроение, и он весело напевал.

- Кха-кха! – неожиданно услышал Мышонок. Прямо перед ним стоял пожилой Барсук, которого раньше Мышонок ни разу не видел.

- Здравствуйте, уважаемый Барсук! – вежливо проговорил Мышонок.

- Здравствуй, Мышонок! Помоги старику. Я живу на Разноцветной поляне – той, что за рекой, а к вам пришел навестить своего брата Барсука Ивановича. Не знаешь ли ты, где он живёт?

- Знаю, знаю, вам нужно идти, не сворачивая, вот по этой дороге.

Дискуссии

Дискуссия – метод активного обучения, основан на публичном обсуждении проблемы, цель которой – выяснение и сопоставление различных точек зрения, нахождение правильного решения спорного вопроса. В ходе дискуссии участники самостоятельно, по средствам спора и доказательств, приходят к тому или иному мнению.

Организация

- участникам предоставляется предмет, общие рамки дискуссии и порядок ее проведения.
- предварительно сообщается и поясняется тема вопроса
- создание благоприятной, психологически комфортной обстановки.

1.Дискуссия. Психоактивные вещества

Возрастная группа: 14-18 лет

Содержание: понятие ПАВ, действие и последствия употребления. Причины и механизмы формирования зависимости от ПАВ. Сведения о распространенности ПАВ среди взрослых и подростков. Отношение общества к употреблению ПАВ. Наркотики как социальная проблема.

Начало работы: постановка проблемы. Употребление психоактивных веществ – актуальная проблема во всем мире. Человек должен быть хорошо информирован о проблемах, связанных с ПАВ, и путях их преодоления, для того чтобы оставаться здоровым и независимым от наркотиков, токсических и лекарственных веществ. Проблема употребления ПАВ – это выбор и ответственность каждого человека.

Упражнение «Что мне важно знать?». Участники задают вопросы о ПАВ, ответы на которые хотели бы получить в ходе тренинга. Ведущий фиксирует все вопросы на доске или листе ватмана.(5 мин)

Работа по теме занятия: проводится дискуссия, в ходе которой группа совместными усилиями отвечает на поставленные вопросы. (25 мин)

Цель: знакомство с объективной информацией о действии психоактивных веществ.

Методы: управляемая дискуссия. Ведущему имеет смысл задать тон серьезного и открытого разговора своим примером.

Примеры вопросов для дискуссии:

Почему люди употребляют наркотики?

Что побуждает человека впервые попробовать наркотик?

Последствия употребления?

В чем «плюсы» и «минусы» отказа от предложения попробовать наркотики?

Что такое зависимость от психоактивных веществ?

Что дает людям употребление наркотических веществ?

Какие вещества вызывают развитие зависимости?

Почему зависимость от психоактивных веществ — это хроническое неизлечимое и смертельное заболевание?

Обсуждение упражнения: по тем вопросам, на которые участники не смогли найти ответа. Необходимо подчеркнуть важность владения достоверной информацией о ПАВ. Проводится индивидуальная оценка достигнутого подростком прогресса с целью позитивного подкрепления.

Ведущий, подводя итоги, подчеркивает ответственность самого человека за вовлечение в употребление психоактивных веществ. (10 мин)

Домашнее задание: участникам предлагается написать в рабочей тетради письмо другу, первый раз попробовавшему наркотики. (5 мин)

2. Интерактивная дискуссия «ОКСФОРДСКИЕ ДЕБАТ»

Цели:

- Участники формируют устойчивую позицию в отношении проблемы употребления психоактивных веществ;
- Участники формируют навыки аргументации своей позиции;
- Участники учатся слушать и слышать;
- Участники учатся контраргументировать;

Материалы: маркеры, флипчарт с бумагой, бумага А4, карточки с утверждениями.

Утверждения:

- Алкоголь хорошее снотворное;
- Алкоголь помогает решать проблемы;
- Алкоголь улучшает общение;
- Пивной алкоголизм – миф;
- Наркотики влияют только на жизнь человека, который их употребляет.

Проведение: Методика состоит из семи блоков.

Блок I: Презентация понятия.

Цель: участники говорят о любом понятии в течение одной минуты.

Участники записывают на карточках любое понятие (существительное), кладут свою карточку с понятием под стул и меняются местами. Первый участник достает карточку из-под стула, пока он встает, у него есть время обдумать, что он может говорить об этом понятии в течение одной минуты, затем он представляет написанное понятие. Упражнение выполняется по кругу. Пока до участников не дойдет очередь, они не должны знать, что написано на карточках.

Блок II: Аргументирование позиции.

Цель: участники аргументируют свою точку зрения по поводу определенного высказывания в течение двух минут.

Форма: мини-группы по шесть-семь человек.

Участникам из коробки вытаскивают карточки с абсурдными утверждениями. Каждый вытягивает по одной карточке и обдумывает в течение пяти минут аргументацию утверждения, которое он вытянул. Затем участники по очереди выступают перед группой и пытаются в течение двух минут настойчиво, насколько это возможно, аргументировать правильность абсурдного утверждения.

Блок III: Парафразы и аргументация.

Цель: участники слушают друг друга, приводят аргументы и контраргументы.

Форма: три параллельно работающие группы по шесть-семь человек. Участники собираются в группы по трое. Один из них в течение двух минут аргументирует свою позицию по какому-либо вопросу, второй слушает, пересказывает изложенную аргументацию, начиная со слов «Если я тебя правильно понял, то...», и пытается опровергнуть утверждение. Третий наблюдает и оценивает, насколько правильно было перефразировано высказывание и был ли логичен контраргумент. Далее участники меняются ролями.

Блок IV: Репетиция дебатов в мини-группах.

Цель: участники применяют знания (навыки), полученные в первой половине дня, и знакомятся с последовательностью оксфордских дебатов.

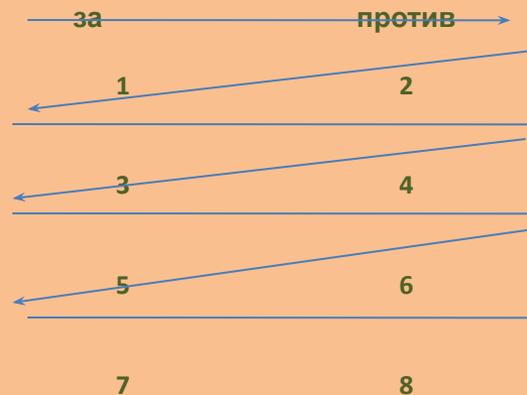
Участники называют шесть-семь тем, на которые им бы хотелось провести дебаты. Темы могут касаться содержания семинара, могут быть абсурдными, из реальной жизни. Голосованием участники решают, какую из тем они хотели бы обсудить. Участники делятся на группы по четыре человека. Подгруппы в течение 15 минут готовят их аргументацию. В каждой группе имеется четыре представителя (премьер-министр, оппозиционер, защитник и тот, кто подводит итоги).

Каждый говорящий имеет в распоряжении 2 минуты на выступление. Тренер или кто-то из участников следит за временем. Данный процесс представляет собой следующее: утверждение премьер-министра, парафраза, опровержение, новый аргумент, обобщающее утверждение с заключительными аргументами. Участники оценивают логичность и качество аргументации. В заключение участники принимают решение, какую тему они хотели бы обсудить в пленуме.

Блок V: Оксфордские дебаты (команда А против В, С наблюдает).

Цель: участники обсуждают выбранную тему.

Формат: пленум (пленарное заседание). Из трех предложенных тем (темы, над которыми работали мини-группы) выбираются одна-две темы (если это две темы, то предполагается две фазы дебатов) для пленарного обсуждения. У групп есть 20 минут, чтобы обдумать аргументацию. Жюри (группа, не принимающая участия в обсуждении) должно решить, какую из аргументаций она находит более убедительной. Последовательность и распределение ролей соответствуют репетиции оксфордских дебатов, только в данном случае на каждой стороне задействовано семь участников. Очередность высказываний представлена в следующей схеме:



Блок VI: Рефлексия.

Участники задумываются о том, чему они научились и где они могут использовать полученные навыки.

3. Дискуссия. "Причины первых проб алкогольных напитков»

Цель: сформировать негативное отношение к употреблению алкогольных напитков в подростковом возрасте

Задачи:

формирование представления о причинах начала употребления алкогольных напитков в подростковом возрасте;

формирование негативного отношения к употреблению алкогольных напитков;

формирование навыков сопротивления групповому давлению в ситуации приобщения к алкоголю.

содержание: участники делятся на три подгруппы. Ребята из первой команды по правилам игры не определились в своем отношении к алкогольным напиткам. Вторая команда — лояльно относится к употреблению алкогольных напитков. Третья — категорично против употребления алкоголя.

Ведущий в этой игре выступает в роли режиссера.

Игра состоит из трех этапов:

1. Участники первой команды беседуют между собой на отвлеченную тему
2. Вторая команда приносит с собой бутылку вина и предлагает ее распить с ребятами из первой команды
3. Через некоторое время подходят ребята из третьей команды и отговаривают участников первой команды не пробовать алкогольный напиток.

Таким образом, участники первой команды находятся под перекрестным давлением ребят из второй и третьей команды.

4. Дискуссия . Круглый стол.

Цель круглого стола – предоставить участникам возможность высказать свою точку зрения на обсуждаемую проблему, а в дальнейшем сформулировать либо общее мнение, четко разграничить разные позиции сторон. Работа в парах. Паре предлагается карточка со спорным утверждением. Каждый должен спокойно, аргументированно, без агрессии отстоять свою позицию (один – «за», другой – «против»). Для парня нормально экспериментировать с сигаретой, но для девушки это недопустимо. Наркомания – это болезнь. Алкоголь не всегда вызывают зависимость. Ты всегда можешь остановиться.

Групповая дискуссия на тему: «Как бороться с асоциальными явлениями».

Следует заметить, что любые дискуссионные мероприятия предоставляют организатору и участникам существенное преимущество – возможность высказать собственное мнение и проявить свою коммуникабельность, креативность и толерантность.

Ребята делятся на три группы. Предлагаем в ходе дискуссии каждой группе составить план борьбы:

План борьбы с курением в городе.

План борьбы с алкоголизмом в городе.

План борьбы с наркоманией в городе.

Время работы в группах ограничено – 2 минуты. После истечения времени представители от каждой группы поочередно презентуют свои планы борьбы.

Примеры тезисов плана по борьбе с курением:

1. В рекламах по телевидению необходимо сообщать о вреде курения, почаще меняя содержание рекламы.
2. Больше писать в прессе о вреде курения.
3. Ввести штраф за курение в общественных местах.
4. Усилить антитабачное воспитание в начальных и средних классах.
5. Врачи должны чаще выступать в школах, рассказывая о вреде курения.
6. В детском сатирическом журнале «Ералаш» критиковать курильщиков.

5. «Тихая дискуссия»

Цель: помочь участникам игры определить свою позицию в отношении различных аспектов психоактивных веществ.

Участники: подростки и старшеклассники.

Провокационное утверждение (тезис) записывается в центре большого листа бумаги (ватмана) и предлагается группе. Все участники располагаются вокруг плаката. Каждый член группы в течение 2-3 минут, не обсуждая с остальными, записывает своё мнение по поводу дискуссионного тезиса. Затем участники начинают медленно двигаться вдоль плаката, перемещаясь «на одно мнение». Остановившись около соседней записи, участники знакомятся с ней и рядом письменно высказывают свою точку зрения по поводу позиции своего товарища («согласен», «считаю это ошибочным» и т.п.). Игра может продолжаться до тех пор, пока каждый из участников не вернётся на своё место (если участников много, игра может быть прекращена раньше).

Участники упражнения читают записи, сделанные их товарищами, сверяют свою позицию и позиции остальных членов группы.

Ведущий может предложить участникам «тихую» дискуссию сделать «громкой» и обсудить точки зрения по поводу дискуссионного утверждения.

Провокационные тезисы:

Проблему табакокурения, алкоголя, наркомании решить нельзя, так как нет общества, свободного от пагубных привычек.

Только у людей, живущих вне общества, возникают проблемы с наркотиками.

Алкоголикам и тем, кто подвержен опасности стать алкоголиком, нельзя помочь.

Полиции следовало бы принимать более решительные меры в отношении наркоманов.

Молодежь слишком мало информируют о наркотиках.

Тот, кто стал курильщиком, в будущем будет иметь серьёзные проблемы со здоровьем.

Для того чтобы судить о наркотиках, нужно хотя бы раз попробовать их

Это упражнение может заменить традиционный круглый стол или дискуссионный клуб. Здесь каждый из участников, даже самый стеснительный или молчаливый, сможет высказать свою точку зрения.

Упражнения

1. Упражнение «Налево пойдешь – себя потеряешь, направо пойдешь – себя обретешь»

Время проведения – 15 минут

Возрастная группа – 14-16 лет

Цель: актуализировать представления участников о группах в ситуациях, опасных в плане вовлечения в употреблении ПАВ.

Содержание: ведущий предлагает участникам разделить на две подгруппы. Одна подгруппа будет символизировать позитивную часть общества, другая – негативную (высокий риск вовлечения в употребление ПАВ). Кто есть кто, определится в последний момент, когда ведущий на свое усмотрение даст «негативной» подгруппе «черную метку» (при выполнении упражнения несколько раз, ведущему следует чередовать роли подгрупп).

Далее выбирается доброволец. Он выходит на несколько секунд за дверь или отворачивается. Ведущий незаметно дает «черную метку» одной из подгрупп. Задача добровольца в течение 30 секунд выбрать подгруппу, которая, по его мнению, будет для него позитивна, безопасна. Участники группы могут использовать мимику, жесты на свое усмотрение, например, вводить участника в заблуждение или, наоборот, подсказывать.

Запрет: нельзя говорить и демонстрировать «черную метку».

Через 30 секунд участник делает свой выбор и подгруппы «раскрывают карты». Упражнение повторяется с новым добровольцем.

Вопросы добровольцам для обсуждения:

- Легко ли было сделать выбор?
- Каким образом при выборе вы учитывали поведение участников подгрупп?
- Ожидали ли вы от других участников «честной игры»? Или понимали, что вас могут вводить в заблуждение?
- Что вы чувствовали, когда другие участники были назойливы, «давили», вынуждали сделать выбор в их пользу?

Комментарии для ведущего: в этом упражнении важно продемонстрировать участникам, что общество неоднородно.

Вокруг много социальных групп (компаний, «тусовок»). Некоторые из них могут быть опасны в плане риска вовлечения в употребление наркотиков, чего на первый взгляд можно не заметить. Иногда знание простейших

2. Упражнение-исследование «Интервью с партнером»

Цель: Определение уровня знаний и направленности интересов участников группы. Участники (в парах) берут друг у друга интервью при помощи подготовленной анкеты.

Анкета.

Какие понятия и образы приходят тебе в голову, когда ты слышишь слово «наркомания» или «зависимость от наркотиков»? (Другие темы: «Курение», «Алкоголизм»).

Не мог бы ты вспомнить о чувствах, которые ты испытываешь по этому поводу? О каких видах зависимости и наркотиках ты слышал? (Другие темы: «Сигареты», «Алкогольные напитки»).

Как ты считаешь, почему человек становится заядлым курильщиком, алкоголиком, наркоманом?

Считаешь ли ты, что такие зависимости, как наркомания, алкоголь, курение или др., играют роль и в твоей жизни?

Приходят ли тебе в голову вопросы в связи с темой «Наркомания и наркотики» («Курение», «Алкоголь»), которые нам следовало бы обсудить на занятиях? Затем каждый представляет результаты (своего партнера) всей группе, при этом результаты могут записываться на плакате.

3. Упражнение «Высказывания»

Цель: Определение уровня знаний и направленности интересов участников группы.

Педагог предлагает учащимся утверждения, связанные с психоактивными веществами. При произношении ведущим каждого утверждения участники принимают ту или иную позицию, подходя к табличкам с надписями «Согласен», «Не согласен», «Не знаю», «Согласен, но ...», а затем отстаивают свою точку зрения. Высказывания, с которыми участники группы согласны, должны быть помечены. При подведении итогов обсуждаются высказывания, по которым участники затрудняются принять решение. Это касается тех высказываний, о которых участники недостаточно проинформированы, они требуют дополнительной информации, чтобы иметь возможность согласиться с высказыванием или опровергнуть его.

Возможные высказывания:

Ученики, принимающие наркотики, опасны, так как они совращают других.

Сигареты – это повседневность для нас, подростков.

Алкоголь хуже, чем гашиш.

Алкоголь – это средство, от которого можно стать зависимым.

Подростки принимают лекарства, чтобы успокоиться перед контрольной, экзаменом. И это нормально.

Подросткам, потребляющим алкоголь для того, чтобы решить свои проблемы, угрожает опасность стать наркоманами.

Не все наркотики приносят вред. Есть сильные и слабые наркотики.

Если человек пьет или курит осознанно и в умеренных дозах, то его действия способствуют предупреждению зависимости.

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

Учитель, который курит, но запрещает это ученикам, выглядит в их глазах неубедительно.

Ученики, принимающие наркотики, нуждаются в понимании со стороны своих друзей и взрослых.

Алкоголь не всегда вызывает зависимость. Ты всегда можешь остановиться.

Наркомания – это болезнь.

Алкоголь помогает решать проблемы.

Удовольствие можно получить другим способом, без сигарет.

4. Упражнение (разминка) – сюжетная игра "Полет в будущее"

Цели: выявление и активизация знаний по теме зависимостей, отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых.

Ход игры: 1. Группе объявляется название игры, зачитывается общая инструкция: "Представьте, что мы все попали в будущее на машине времени. Перед выходом из корабля компьютер предупреждает нас об опасности: "В обществе, в котором вы оказались, существует угроза жизни". Далее компьютер ломается, успев выдать три слова: **«соблазн, зависимость, вредные привычки»**. Перед нами стоят две задачи:

1. Выжить;
2. Определить характер и методы борьбы с опасностью, чтобы, возвратившись, предупредить человечество о грозящей беде".

2. Вопросы для обсуждения:

Что означают слова "соблазн", "вредные привычки", "зависимость"? Все ли они одинаково опасны? Когда возникает соблазн, а когда появляется зависимость? Какие бывают зависимости? Что в них общее, а что отличное? И т.д.

В ходе обсуждения данных понятий учащиеся приходят к выводу, что

Соблазн – искушение, приманка, нечто влекущее и обольщающее.

Вредные привычки – это автоматически повторяющееся много раз действие, причем действие это вредоносное с точки зрения общественного блага, окружающих или здоровья самого человека, который попал под влияние вредной привычки.

Зависимость (слово имеет несколько значений) - подчиненность другим (другому), чему-либо при отсутствии самостоятельности свободы.

Химические зависимости:

алкоголь, чай, кофе, сладкое, наркотики, курение и т.д.

Эмоциональные зависимости (убегание от неприятной реальности, чтобы не испытывать потом чувства вины, бессилия, презрения к себе):

- постоянно включенный телевизор,
- стремление к риску, азарт,
- откладывать все на потом,
- компьютерные игры,
- постоянное желание разговаривать по телефону,
- постоянное желание спать и т.д.

По окончании игры на доске фиксируется список зависимостей.

Ведущий: "Теперь, когда мы выяснили, чего нам следует опасаться, мы покидаем корабль".

5. Упражнение «Рекламный агент».

Цель: формировать умение объективно оценивать рекламу.

Учащимся предлагается придумать рекламу для алкогольных напитков или табачных изделий, в которой бы сообщалась правда о продукте.

(Например: алкоголь может вызвать у вас потерю сознания; алкоголь может привести вас к смерти на дорогах; курение способствует развитию рака легких и др.)

Требования к ведущему

Ведущий должен обладать знаниями, умениями и качествами, необходимыми для эффективной психолого-педагогической работы с целевой аудиторией:

- Знать и учитывать в работе возрастные психологические особенности подростков 14 – 16 лет;
- Владеть разнообразными приемами и методами психолого-педагогической работы с группой;
- Уметь осознанно, целенаправленно и своевременно применять вербальные и невербальные компоненты общения;
- Уметь создать безопасную, доверительную обстановку в группе;
- Уважать права личности на индивидуальность и собственное мнение.

Список литературы

- Алкогольная и наркотическая зависимость у подростков: пути преодоления. Учебное пособие / Под ред. Э.Ф. Вагнера и Х.Б. Уолдрон. – М.: Академия, 2006.
- Сирота Н. А., Ялтонский В.М. Профилактика употребления наркотиков и других ПАВ среди детей и подростков. НКО Фонд Система профилактических программ. – М., 2003
- Профилактика зависимости от ПАВ (руководство по разработке и внедрению программ формирования жизненных навыков у подростков группы риска) Воробьева Т.В., Ялтонская А.В. Профилактика зависимости от ПАВ. Руководство по разработке и внедрению программ формирования жизненных навыков у подростков группы риска. – М.: УНП ООН, 2008. – 64 с.