

Технология профилактики
наркомании и диагностика
выявления зависимости от
ПАВ у детей и подростков.

План

1. Тренинг «Скажи «нет» наркотикам!».
2. Методика для выявления зависимого поведения
Тест RAFFT.

Тренинг

«Скажи «нет» наркотикам!»

Цель:

развить навыки уверенного отказа от предложения употреблять наркотики.

Задачи:

- Обсудить ситуации, когда детей принуждают употреблять наркотики.
- Познакомить с различными способами уверенного отказа.
- Тренировать способы отказа от наркотиков.

Оборудование:

плакат «Правила уверенного отказа»,
карточки с приёмами предложения ПАВ и со способами отказа.



План занятия

- **Вводная часть**
- **Основная часть**
- **Заключительная часть**

Вводная часть

- *Энергизатор* «Я люблю себя за то, что...».

- *Представление темы занятия*

На занятии вы будете обучаться различным способам сопротивления давлению окружающих, предлагающих употреблять наркотики.

Вводная часть

Мозговой штурм

«Почему люди начинают употреблять наркотики?»

- любопытство
- желание казаться взрослым
- испытать новые ощущения
- для снятия стресса
- для облегчения контактов
- стремление к подражанию
- надо попробовать все



Вводная часть

Упражнение «Что отнимают у человека наркотики?»

Подростки предлагают свои варианты.

Н	независимость
А	активность
Р	работоспособность
К	красоту
О	обаяние
Т	творчество
И	искренность
К	коммуникабельность
И	интеллект



Основная часть

Мозговой штурм

Приведите примеры, когда вас просили или принуждали попробовать наркотики.

Вопросы:

1. Кто предлагал (взрослые, сверстники, знакомые, незнакомые люди)?
2. Какую цель преследовал предлагающий?
3. Удалось ли отказаться?
4. Кому труднее всего отказывать в просьбе?
5. Чьему давлению тяжелее сопротивляться?



Ответы детей.

- Человек может оказаться в сложной жизненной ситуации или переживать неприятные чувства, потому что не смог противостоять давлению окружающих, особенно, если это были старшие по возрасту или авторитетные люди.
- Назовите причины, по которым бывает трудно отказывать в просьбе или не делать того, чего не хочется.

Педагог выслушает ответы и выписывает их на доску.

- Существует много причин, по которым человек соглашается делать то, что ему не хочется. А именно: не хотят оказаться изгоем, быть высмеянным, бояться обидеть, казаться грубым, быть не таким как все и др.
- Существует много способов отказаться делать то, что тебе делать не хочется или ты считаешь вредным для себя.

- *Мини – лекция*

Повесьте плакат «Правила уверенного отказа». Прочитайте эти правила вместе с детьми и обсудите их.

- 1. Если хотите в чем – либо отказать человеку, чётко и однозначно скажите ему «НЕТ». Объясните причину отказа, но не извиняйтесь слишком долго.*
- 2. Отвечайте без паузы – так быстро, как только это вообще возможно.*
- 3. Настаивайте на том, чтобы с вами говорили честно и откровенно.*
- 4. Попросите объяснить, почему вас просят сделать то, чего вы делать не хотите.*
- 5. Смотрите на человека, с которым говорите. Наблюдайте, есть ли в его поведении какие – либо признаки неуверенности к себе. Следите за его позой, жестами, мимикой (дрожащие руки, бегающие глаза, дрожащий голос и т.д.).*
- 6. Не оскорбляйте и не будьте агрессивными.*

Работа в группах

- Участники объединяются в группы по 2 человека. Педагог раздаёт каждой паре карточки с ситуацией «просьба».
- Прочитайте ситуацию, и используя один из способов отказа, разыграйте сценку, в которой герой отказывается выполнить просьбу. При подготовке сценки вы должны использовать «Правила уверенного отказа».

Ситуация «Просьба»

Сергей шёл по улице. Вдруг его кто-то окликнул. Он оглянулся и увидел хорошо одетого, солидного мужчину, стоящего около дорогой иномарки. Сергей остановился и подошёл к нему. Мужчина попросил юношу отнести и передать какую – то коробку в офис, находящийся в доме, напротив. Сергей стал отказываться, тогда мужчина стал его уговаривать. Сначала он предложил ему за услуги деньги, потом стал нервно объяснять, почему он сам не может ее отнести. Когда он разговаривал с Сергеем, он старался не смотреть ему в глаза.



Способы отказа

- *Нет, не могу.*
- *Нет, нет, и ещё раз нет.*
- *Нет, мне сейчас некогда.*
- *Нет, спасибо, мне не нужны деньги.*
- *Скажите «нет» и уходите, не объясняя причины.*



- Добровольцы показывают сценки. Проводится обсуждение. Ребята, брать у незнакомых людей вещи опасно.
- **Вывод:** знание и умение применять приёмы уверенного отказа помогают человеку не поддаваться давлению и оставаться в безопасности, не обижая других.
- Не всегда в жизни бывает достаточно просто сказать «нет», когда вас принуждают. Предлагаю игру, в которой вы потренируете способы, помогающие избегать давления и оставаться востребованными, продолжать дружить и весело проводить время.

Ролевая игра.

Участники объединяются в группы по 3 человека. Педагог раздаёт каждой группе карточки с приёмами предложения употреблять наркотики и со способами отказа. Каждый участник группы по очереди вытягивает карточки с одним из приёмов, читает его вслух. Затем предлагает соседу справа, прочитав ответ. Каждому приёму предложения употреблять наркотики соответствует два ответа с отказом.



Примеры предложения употребить наркотики и способы отказа:

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

- *Да ну! Сейчас по телевизору начинается классный фильм, пойдём лучше посмотрим;*
- *Нет, спасибо, мне сейчас нужно идти на тренировку (на встречу, на занятия).*

Пойдём 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.*
- Предложите группам продемонстрировать понравившиеся способы отказа от предложения употребить наркотики. Поблагодарите их за представление.
- Важно довести до участников понимания того, что давление 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.

Заключительная часть

- Отказ от употребления наркотиков сохранит ваше здоровье.

- *Энергизатор «Подарок»*

Участники стоят в кругу. Каждый по очереди передаёт соседу, стоящему справа свой подарок, который он показывает с помощью жестов. Остальные должны угадать, какой подарок был преподнесён. Повторяться нельзя.

- **Вывод:** существует много эффективных способов говорить «НЕТ».



Методика для выявления зависимого поведения

- **Тест RAFFT (Relax, Alone, Friends, Family, Trouble)**
- Для быстрой диагностики алкоголизма и наркомании у подростков используется тест RAFFT (Relax, Alone, Friends, Family, Trouble) (Ewing, 1984) в модификации А. Ю. Егорова. Тест может служить инструментом выявления групп риска среди подростков.

1. Выпиваете ли Вы или употребляете наркотики для того, чтобы расслабиться (**R**elax), почувствовать себя лучше или вписаться в компанию?
2. Вы когда-нибудь выпивали или употребляли наркотики, находясь в одиночестве (**A**lone)?
3. Употребляете ли Вы или кто-нибудь из Ваших близких друзей (**F**riends) алкоголь или наркотики?
4. Имеет ли кто-нибудь из Ваших ближайших родственников (**F**amily) проблемы, связанные с употреблением алкоголя или наркотиков?
5. Случались ли у Вас неприятности (**T**rouble) из-за употребления алкоголя или наркотических веществ?

Обработка и интерпретация результатов:

- Положительные ответы на вопросы № 1, 2 и 5 оцениваются в 1 балл каждый, на вопросы № 3 и 4 — в 0,5 балла.
- Если в сумме набирается 2 и более баллов, то уместно предположение о наличии у подростка химической зависимости.

Источники:

- <https://infourok.ru/trening-skazhi-net-pav-681746.html>
- <https://doc4web.ru/okruzhayuschiy-mir/konspekt-uroka-na-temu-skazhi-net-pav.html>
- <https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2013/01/28/konspekt-po-profilaktike-upotrebleniya-pav>
- https://studopedia.ru/7_117107_obrabotka-i-interpretatsiya-rezultatov.html

