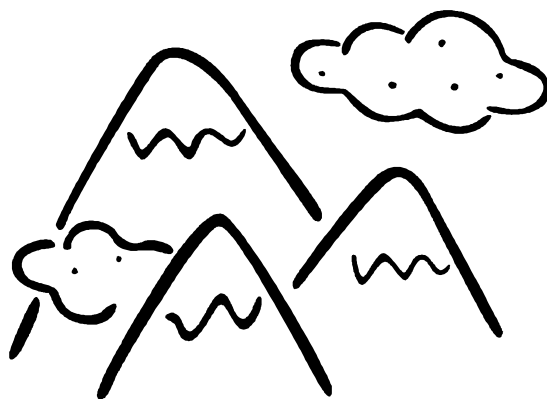


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МЦЕНСКА
ДЛЯ ДЕТЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ
ПОМОЩИ»

«Эверест»

**Профилактическая мини-программа
по пропаганде здорового образа жизни
для учащихся 7-9-х классов**



Автор-составитель:
Методист Н.В. Ковтун
Педагог-психолог Е.С. Якушина

г. Мценск,
2022г.

Введение

«Путники достигли подножия высокой горы, ибо им сообщили, что на самой вершине скрыты неисчислимые сокровища. Вскоре они увидели, что на вершину ведет множество путей. Путникам хотелось попасть на вершину как можно скорее. Они заспорили, какой путь приведет туда быстрее, и, не придя к согласию, отправились вокруг горы, чтобы порасспросить местных жителей. В каждом селении они получали один ответ - только путь, берущий начало отсюда, ведет на вершину, а все остальные пути не доходят туда. Путники запутались окончательно. Несколько наиболее отважных отправились одной тропкой и добрались до первого горного плато. Оттуда они слышали, как кто-то позвал их с самой вершины горы. Расстояние было большим, звук голоса еле долетал, но все же путники разобрали: «Не сомневайтесь, все пути ведут на вершину...» Переполненные радостью, принесли они эту новость ожидавшим их внизу. Путники все вместе вновь обошли гору и рассказали жителям окрестных селений о том, что все пути ведут на вершину. Где-то люди верили им, где-то поднимали крик или вступали в спор.

Но тут порывистый ветер вновь донёс слова, которые прокричал им голос сверху: «Не сомневайтесь, все пути ведут на вершину. Поднимайтесь сюда по любому из них».

Выбрать правильный жизненный путь – дело очень сложное. Иногда человек делает массу ошибок, чтобы, наконец, понять, что он идёт в верном направлении и сможет достичь своей цели. Большая ответственность лежит на каждом из нас за выбранный путь. Тем более, что человек приходит в этот мир не только для своего комфортного существования и личного счастья. Его ум, умения, опыт, вся его жизнь необходима его будущим детям, обществу, последующим поколениям. Достойным существование человека на земле помогает сделать духовное и физическое здоровье, которое является главным достоянием человека. И делом не только личным, но и общественным.

В конечном итоге здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом.

К сожалению, статистические данные свидетельствуют о том, что здоровье нации в опасности. Так, среди молодежи:

- 61,3 % курят, средний возраст начала курения – 11,5 лет
- 81,3 % употребляют алкоголь, средний возраст начала употребления алкоголя – 13 лет
- 44,8 % употребляют наркотики, средний возраст первой пробы – 14 лет.

Значительное число учащихся средних и старших классов общеобразовательных школ относятся к группе риска по причине доступности ПАВ и вследствие раннего начала экспериментирования с различными психоактивными веществами, алкоголем, курением, а также в силу несовершенного законодательства и неисполнения отдельными лицами законов, изданных с целью охраны здоровья подрастающего поколения.

Современная семья далеко не всегда является примером и местом

формирования и укрепления здоровья ребёнка. Нас уже не шокирует мать с сигаретой в руке, везущая коляску с ребёнком или идущая рядом с дочерью-подростком, отец, посылающий сына за спиртным и предлагающий сыну выпить «за компанию». Дети довольно часто становятся свидетелями нелицеприятного поведения своих родителей, находящихся в пьяном или наркотическом угаре.

Кроме того, родители сами недостаточно осведомлены о тех опасностях, которые подстерегают подростка в современном жестоком мире, да и времени, а подчас и желания, на профилактические беседы у современных родителей зачастую нет.

К тому же большую часть времени подросток проводит в школе в окружении сверстников. Поэтому школа кроме всего прочего несёт ответственность за сохранение и укрепление его здоровья. И здесь огромную роль должна сыграть профилактическая работа, потому что профилактика любых зависимостей гораздо эффективнее, чем лечение заболеваний, связанных с курением, употреблением алкоголя и наркотических веществ. Профилактическая деятельность в настоящее время становится не просто актуальной, а обязательной в воспитательно-образовательном пространстве школы.

Наиболее эффективными способами профилактики различного рода зависимостей (табакокурение, употребление наркотиков и других одурманивающих веществ, употребление алкоголя) являются следующие:

- формирование у молодого поколения безопасного поведения, основанного на системе ценностных ориентаций в пользу здоровья;
- уточнение и расширение представления о сути таких понятий как «здоровый образ жизни», «психическое» и «физическое» здоровье;
- достоверное, доступное, лишённое какой-либо привлекательности, информирование подростков о вредном влиянии, которое оказывают табак, алкоголь и наркотики на все системы формирующегося организма;
- убедительные доказательства того, что подросток сам без особых затрат (кроме волевых усилий) может сохранить своё здоровье.

Особенностью мини-программы «Эверест» является то, что профилактика, носит не запрещающий, а конструктивно-позитивный характер, в результате чего подростки должны убедиться в том, что и без помощи одурманивающих средств можно сделать свою жизнь счастливой, интересной, насыщенной положительными моментами. Предполагается, что прийти к этому убеждению им поможет научная, достоверная и доступная информация о влиянии всех ПАВ на организм человека, а также идея о том, что за человеком остаётся в любом случае право выбора «пить или не пить», «курить или не курить», получить «кайф» от инъекции наркотика или нет. Выбор этот – основа для решения вопроса о том, как сложится его жизнь, жизнь его будущих детей. Очень важно сделать правильный выбор с точки зрения сохранения собственного здоровья.

Мини-программа не содержит сведений, способных провоцировать интерес подростков к одурманивающим веществам.

Работа по данной программе предполагает начальное и итоговое мини-исследование осведомлённости подростков о наркотиках, наркомании и других зависимостях, а также по вопросам, касающимся ВИЧ/СПИД инфекции. Поэтому к программе прилагаются две анкеты: для учащихся 7-х–8-х классов и учащихся 9-х классов.

Цель:

1. Актуализация темы здоровья, здорового образа жизни, ответственного поведения, риска потери здоровья, влияния асоциальных явлений

Задачи:

1. Формировать стремление к здоровому образу жизни, ценностное, ответственное отношение к своему здоровью.

2. Повысить уровень информированности подростков о негативном влиянии табака, алкоголя, наркотиков и токсических веществ на состояние здоровья человека и его социальное благополучие, о ВИЧ/СПИД инфекции.

3. Ознакомить со стратегиями и навыками поведения, способствующими укреплению здоровья.

4. Способствовать снижению у подростков интереса к наркотикам и другим ПАВ.

Методы работы:

Групповая работа

Беседы

Лекции

Дискуссии

Просмотр видеофильмов

Структура программы

Мини-программа рассчитана на учащихся 7-х–9-х классов, включает в себя 8 занятий по 45 минут (4 занятия для учащихся 7-х–8-х классов и 4 занятия для учащихся 9-х классов). Тематика занятий представлена в тематическом плане. Разработаны конспекты занятий.

Периодичность проведения занятий в каждом классе – 1 раз в неделю. Мини-программа предполагает, что занятия с учащимися будут проводить социальный педагог, психолог, приглашение специалистов наркологического отделения, врача-инфекциониста.

Рекомендации специалистам

Реализация программы предъявляет высокие требования к образовательному уровню специалистов, а именно:

- Владение фактическим материалом по проблемам употребления одурманивающих веществ, ВИЧ/СПИД инфекции

- Знание и умелый учёт возрастных особенностей учащихся, а также определённой «специфичности» восприятия подростками некоторых тем. Поэтому важно:

- Уметь выбрать стиль общения специалиста с подростками;

- Во время занятий занять позицию сотрудничества, равноправия;

- Уважительно относиться к высказываниям подростков, их мнениям, вопросам;

- Не допускать авторитарного тона, не требовать безоговорочного принятия суждений специалиста.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
7-8 класс

№ п/п	Тема занятий	Специалист	Кол-во часов
1.	Первичное анкетирование. Беседа «Наркомания – шаг в бездну»	Социальный педагог	1
2.	«В плену иллюзий»	Социальный педагог	1
3.	«Спасение утопающих – дело рук самих утопающих»	Педагог-психолог	1
4.	«Будущее рождается сегодня»	Специалист наркологического отделения	1
	Всего:		4

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
9 класс

№ п/п	Тема занятий	Специалист	Кол-во часов
1.	Первичное анкетирование Беседа «Наркотики и общество»	Социальный педагог	1
2.	«Стадии зависимости наркомании»	Социальный педагог	1
3.	«Легко ли сказать «Нет»?»	Педагог-психолог	1
4.	«Будущее без СПИДа»	Врач-инфекционист	1
	Всего:		4

Конспекты занятий для учащихся 7-х-8-х классов

Занятие 1 (социальный педагог)

Тема: «Наркомания – шаг в бездну»

Цели:

- 1.Повышение уровня информированности подростков по проблемам, связанным с наркотиками
2. Информирование о причинах и последствиях употребления ПАВ

Ход занятия

1. Первичное анкетирование «Информированность учащихся 7-х – 8-х классов о наркомании и алкоголизме» (Приложение №1)

2. Упражнение-энергизатор «Счет вслепую»

Цель: настрой на работу, умение чувствовать друг друга.

Инструкция: «А теперь скажите, вы умеете считать до десяти, по порядку? Давайте попробуем, но с некоторыми условиями. Считать мы будем с закрытыми глазами, договариваться о порядке счета нельзя, если кто-то называет одновременно одну и ту же цифру, счет начинается заново. Цифру 1 всегда говорю я. Итак, попробуем»

3. Мозговой штурм «Подросток обыкновенный»

Цель: осознание своих особенностей

Учащимся предлагается дать характеристику современному подростку с его положительными и отрицательными качествами. Ведущий записывает на доске все предложения. Обсуждение.

4. Просмотр видеофильма о наркомании «Белая смерть». Обсуждение после просмотра.

Наркоманию сравнивают с войной, потому, что она уносит много человеческих жизней. И жертвы этой войны исчисляются уже миллионами.

Знаете ли вы, что средняя продолжительность наркомана 21 год, 50% наркоманов погибают спустя полгода после начала приема зелья, 13% как пещерные люди доживают до 30 лет и лишь 1% до 40.

Лечение наркомании - длительный и сложный процесс, 7 из 10, прошедших курс лечения, вновь начинают принимать наркотик. При употреблении наркотических веществ, человек может заразиться разными болезнями, в частности ВИЧ-инфекцией, гепатитом В и С. В мире 100 миллионов человек, неизлечимо больных гепатитами В и С, чаще всего возникающими в результате инфицирования после инъекционного введения наркотика. Специалисты называют эту заразу «ласковым убийцей».

Больному гепатитом грозит разрушение или цирроз печени. Полное излечение от вирусного гепатита стоит не менее 10 тысяч долларов.

Любое наркотическое вещество способно вызывать зависимость. Нет наркотиков «опасных» и «неопасных». Даже единственная проба наркотического вещества способна привести к возникновению наркомании.

5. Просмотр слайдов «До» и «После» изменения внешности человека употребляющего наркотики. (Приложение №2)

6. Упражнение «Волшебный дождь»

Цель: снятие напряжения

Участники друг за другом по цепочке выполняют следующие движения: щелчки (капли - дождик начался), потирание ладоней друг о друга (дождик усилился), аплодисменты (крупные капли по листьям), хлопки руками по коленям (очень сильный дождь), дробь ногами по полу (ливень), а затем в обратном порядке.

Занятие №2 (социальный педагог)

Тема: «В плену иллюзий»

Цель: Знакомство с этапами формирования наркотической зависимости

Ход занятия

1. Упражнение «Здравствуйте все те, кто любит...»

Цель: сплочение группы

Участники, сидя в кругу, по очереди говорят фразу, начинающуюся словами «Здравствуйте те, кто любит...». Те, кто любит то же самое, хором отвечают «Здравствуйте».

2. Лекция «Зависимость от наркотиков»

На прошлом уроке мы говорили с вами о такой страшной болезни как наркомания. Давайте вспомним, что происходит с человеком, который употребляет наркотики? Обсуждение.

Сегодня мы поговорим о зависимости от ПАВ, которая возникает от употребления этих веществ.

Агент	Немедленные осложнения	Хронические осложнения	Зависимость
Летучие вещества (клей и т.д.)	Смерть от удушья или остановки дыхания	Хронический бронхит, хронический гепатит (токсическое поражение печени), быстро нарастающее слабоумие	Зависимость (наркомания, алкоголизм и т.д.) – состояние, при котором человек испытывает потребность принимать то или иное вещество. Зависимость появляется, если человек некоторое время принимает психоактивное вещество. Зависимость может возникнуть от любого наркотика и психоактивного вещества.
Наркотики	Смерть от передозировки. Бред, галлюцинации	Хронический гепатит, СПИД, нарастающее слабоумие	
Алкоголь	Травмы из-за нарушения движений. Смерть от удушья при попадании рвотных масс в легкие	Поражение печени и почек, нарастающее слабоумие	
Табак	-	Хронический бронхит, рак легких, стенокардия, инфаркт миокарда.	

Необходимо нарисовать на доске (ватмане) прямую линию. Слева последовательно отмечаются этапы:

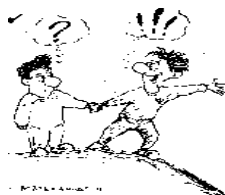
	Психическая зависимость								Физическая зависимость
	«Глухой период»								
Человек , не употребля- ющий наркотики	Употребил 1 раз в жизни	2 раза в год	1 раз в 2-3 мес.	1 раз в мес.	2-3 раза в мес.	1 раз в нед.	2-3 раза в нед.	Принимает 1 раз в день	2 раза в день и чаще

«Все начинается с первого употребления наркотика (есть, конечно, люди, которые останавливаются на этом и никогда в жизни больше его не употребляют, но этого практически никогда не происходит). На данном этапе человек получает удовольствие от приема». Далее возникает *психическая зависимость*, это когда наркотик замещает собой все обычные для человека положительные эмоции. На этом этапе человек еще сохраняет способность контролировать употребление, при этом желание употребить наркотик сохраняется всегда. Когда уже есть психическая зависимость, но нет еще физической, наступает «*глухой период*». Почему глухим? Потому, что в этот период человек:

- * Считает, что именно он сумеет вовремя отказаться от употребления наркотика и не попадет в полную зависимость



- * Часто выступает в роли вовлекающего, когда он привлекает новых членов



в круг потребителей наркотиков, искренне, рассказывая как это здорово

- * Не слышит, поступающую информацию об опасности употребления наркотика



Последний этап – это развитие *физической зависимости*. Это состояние, когда человек перестает получать удовольствие от наркотика. Наркотик включается в обмен веществ и требуется только для того, чтобы организм мог нормально функционировать.

Жизнь зависимого человека – это бег по кругу: найти деньги, достать наркотик, употребить его, на какое-то время почувствовать себя нормально, опять искать деньги и т.д.

3. Лекция «Закон и наркотики».

Как уже говорилось ранее, человек, употребляющий наркотики теряет многие связи в обществе, а также у него могут возникнуть проблемы с законом.

Познакомимся с некоторыми статьями Уголовного и Административного Кодекса РФ. (*Приложение № 3*)

4. Упражнение «Подарок соседу»

Цель: создание хорошего настроения

А друг другу мы подарим подарки. Дарить будем без слов, соседу слева. У вас есть время подумать.

Занятие 3 (педагог-психолог)

Тема: «Спасение утопающих - дело рук самих утопающих»

Цель:

1. Привлечение внимания учащихся к проблеме наркотиков
2. Актуализация своих положительных качеств.

Задачи:

1. Формировать навыки сопротивления давлению.
2. Способствовать установлению между учащимися позитивных взаимоотношений.

Ход занятия

1. Упражнение «Имена - качества»

Цель: осознание себя как личности, формирование навыка позитивного отношения к себе (другому);

Задания учащимся:

- назовите свои положительные качества, черты характера, которые начинаются на ту же букву, что и ваше имя.
- напишите в две колонки свои положительные и отрицательные черты (по желанию озвучивают не только положительные, но и отрицательные)

Затем беседа и выход на серьёзный разговор.

- Каких качеств больше?
- Какие качества сложнее найти (положительные или отрицательные) ?
- Хотите ли расстаться со своими положительными чертами?

2. Упражнение «Ужасно-прекрасный рисунок». (*Работа в парах*).

Цель: Стимулирование группового процесса, выражение агрессии, разрядка.

Каждому участнику раздаётся по листу бумаги и фломастеру. Предлагается нарисовать «прекрасный рисунок». После этого рисунок передаётся соседу и тот делает из полученного рисунка в течение 30-40 секунд «ужасный рисунок» и передаёт обратно. Из полученного «ужасного рисунка» предлагается сделать снова «прекрасный рисунок».

Беседа и выход на серьёзный разговор.

- Что сложнее (легче): испортить «прекрасный» рисунок и сделать его «ужасным» или исправить «ужасный» на «прекрасный» рисунок?
- Что такое ужасное, прекрасное?

3. «Умей сказать «Нет!»

Ссылаясь на беседу с социальным педагогом о наркотиках, детям предлагаются ситуации, в которых необходимо принять решение и уметь сказать «Нет!».

А) Предлагаются две ситуации:

- Наркотики предлагает незнакомый человек (на дискотеке, на вечеринке)
- Наркотики предлагает товарищу знакомый.

Предлагается написать 2-3 фразы – отказ. Беседа-выход на серьёзный разговор.

Б) Знакомство с техниками конструктивного сопротивления уговорам (когда на «слабо» делается что-то опасное для жизни и здоровья; когда значимые сверстники предлагают выпить, раскрутить косячок, уколоться, пойти на сомнительную вечеринку).

** Немедленно встаньте на свою позицию, не уваливайте и не придумывайте «уважительных» причин.*

** Отказ начинайте со слова «Нет!»*

** Повторяйте своё «Нет!» вновь и вновь, без объяснения причин и без оправданий.*

** Всегда следует повторять одну и ту же фразу отказа.*

При усилении давления:

** Поменяйтесь местами и начните сами давить на противника:*

«Почему ты на меня давишь?» или «Почему мне это предлагаешь?»

** Откажитесь продолжать разговор: «Я не хочу об этом больше говорить».*

** Уйти (с дискотеки, с вечеринки и т. п.)*

Обсуждение, выход на серьёзный разговор.

4. Упражнение «Пожелания в мешочке»

Несмотря на серьёзный разговор, хочется, чтобы вы ушли сегодня в хорошем настроении.

9 класс

Занятие 1 (социальный педагог)

Тема: Беседа «Наркотики и общество»

Цели:

1. Повышение уровня информированности подростков по проблемам, связанным с наркотиками;

2. Информирование о причинах и последствиях употребления ПАВ

1. Первичное анкетирование «Информированность учащихся 9-х классов о наркомании и СПИДе?» (Приложение № 4)

2. Упражнение «Здравствуйте все те, кто любит...»

Цель: сплочение группы

Участники, сидя в кругу, по очереди говорят фразу, начинающуюся словами «Здравствуйте те, кто любит...». Те, кто любит то же самое, хором отвечают «Здравствуйте».

3. Упражнение «Хорошо-плохо»

Цель: осознание положительных и отрицательных моментов, связанных с возрастом

А сейчас мы попытаемся выяснить, хорошо ли быть подростком, а может плохо. Чередуясь, 1 человек говорит аргумент «за», следующий аргумент «против».

Да, действительно, подростком быть нелегко, много ограничений, запретов. Чаще всего подростки подвержены различным рискам и соблазнам, а за необдуманными поступками наступают тяжелые последствия.

4. Просмотр видеофильма о наркомании «Белая смерть». Обсуждение после просмотра.

Проблема наркомании, заболевания ВИЧ-инфекцией, гепатитом В и С является очень важной и серьезной на сегодняшний день.

Наркоманию сравнивают с войной, потому, что она уносит много человеческих жизней. И жертвы этой войны исчисляются уже миллионами.

Знаете ли вы, что средняя продолжительность наркомана 21 год, 50% наркоманов погибают спустя полгода после начала приема зелья, 13% как пещерные люди доживают до 30 лет и лишь 1% до 40.

Лечение наркомании - длительный и сложный процесс, 7 из 10, прошедших курс лечения, вновь начинают принимать наркотик. При употреблении наркотических веществ, человек может заразиться разными болезнями, в частности ВИЧ-инфекцией, гепатитом В и С. В мире 100 миллионов человек, неизлечимо больных гепатитами В и С, чаще всего возникающими в результате инфицирования после инъекционного введения наркотика. Специалисты называют эту заразу «ласковым убийцей».

Больному гепатитом грозит разрушение или цирроз печени. Полное излечение от вирусного гепатита стоит не менее 10 тысяч долларов.

Любое наркотическое вещество способно вызывать зависимость. Нет наркотиков «опасных» и «неопасных». Даже единственная проба наркотического вещества способна привести к возникновению наркомании.

Не каждый человек, испытавший на себе воздействие наркотических веществ, становится наркоманом. Существует много обстоятельств, от которых зависит, быть наркомании у подростка или он только постоит на краю этой бездны. Эти обстоятельства называются - **факторами риска**. К ним относятся:

Биологические:

- 1) патология беременности и осложненные роды;
- 2) тяжёлые и хронические заболевания;
- 3) сотрясения головного мозга;
- 4) хронический алкоголизм и наркомания;
- 5) психические заболевания у родственников

Социальные:

- 1) разрушение института семьи;
- 2) отсутствие у подростков жизненных перспектив;
- 3) плохая организация досуга;
- 4) целенаправленное «подсаживание на иглу» взрослыми наркоманами.

Психологические:

- 1) неправильное воспитание в семье;
- 2) вовлечение в группу сверстников - наркоманов;
- 3) асоциальное поведение;
- 4) трудности в учёбе;

5) личностные особенности.

Почему же подростки употребляют наркотики:

- 1) Для достижения душевного спокойствия, снятия напряжения, улаживания отношений.
- 2) Для облегчения общения.
- 3) От скуки, для бодрости и душевных сил.
- 4) «Для кайфа», для галлюцинации.
- 5) Чтобы не выделяться, быть принятым в группе.
- 6) Привлечь внимание, показаться необычным.

5. Просмотр слайдов «До» и «После» изменения внешности человека употребляющего наркотики (приложение №2)

6. Упражнение «Подарок соседу»

Цель: создание хорошего настроения

А друг другу мы подарим подарки. Дарить будем без слов, соседу слева. У вас есть время подумать.

9 класс

Занятие 2 (социальный педагог)

Тема: «Стадии зависимости наркомании»

Цель: познакомить с этапами формирования наркотической зависимости

1. Упражнение «Ассоциации»

«По очереди назовите слово, которое приходит вам на ум, когда вы слышите «наркомания», «наркотики», «зависимость».

2. Лекция «Зависимость от наркотиков»

На прошлом уроке мы говорили с вами о такой страшной болезни как наркомания. Давайте вспомним, что происходит с человеком, который употребляет наркотики? Обсуждение.

Сегодня мы с вами рассмотрим более подробно этапы развития зависимости.

Так же как водоворот затягивает человека ко дну водоёма, так и наркотики заставят опуститься на самое «дно». Поэтому схематично можно изобразить развитие зависимости в виде «спирали».

Итак: Зависимость - болезнь привыкания. Зависимость (наркомания, алкоголизм и т.д.) – состояние, при котором человек испытывает потребность принимать то или иное вещество. Зависимость появляется, если человек некоторое время принимает психоактивное вещество. Зависимость может возникнуть от любого наркотика и психоактивного вещества

Этап 1. «Первые опыты»

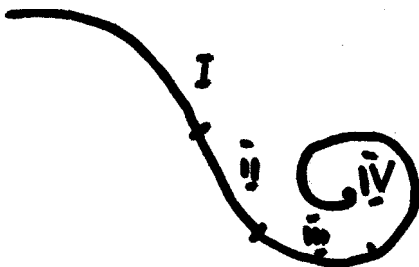
Характерно:

1. Любопытство
2. Поиск новых видов «кайфа»
3. Неумение сказать «Нет»
4. Трудности с пониманием собственных границ
5. Попадание под влияние мифов о психоактивных

веществах (ПАВ)

6. Страх стать «белой вороной»

7. Неосознанное (или осознанное) желание убежать от сложности жизни



8. «Пофигизм» как мировоззрение

9. Отсутствие информации

На этом этапе подросток ещё не нашёл тот наркотик, на котором он решит остановиться. Он пробует различные вещества, экспериментирует. У него в этой стадии два пути:

1. Прекратить потребление.

50% так и поступают, пользуясь тем, что на этом этапе ещё можно остановиться самому.

2. Продолжают пробовать, пока не найдут то, что им наиболее подходит.

Те, кто продолжает, переходит на:

Этап 2. «Начинает нравиться»

Характерно:

1. Осознанное желание «кайфа» (уже выбранного)
2. Планирование употребления (где достать, у кого, почём, когда)
3. Поиск «подходящей» компании (употребляющих то же вещество)
4. Поиск оправдания (средство от «комплексов», «лекарство» от стресса, способ общения)
5. ПАВ становится необходимым атрибутом веселья
6. Растёт доза
7. Особая «тусовка» (музыка, одежда, сленг)

Этот этап опасен тем, что зависимость уже наступает, но человек испытывает только приятные ощущения и ещё не появились те осложнения, которые могли бы напугать и заставить остановиться] На этом участке нашей «спирали», для прекращения употребления уже необходима помощь специалистов, шанс справиться самому уже упущен.

Этап 3. «Возникают проблемы»

1. Со здоровьем («ломка», «обломы», инфекционные заболевания)
2. Неразборчивость в сексе (болезни, беременность)
3. Скандалы в семье
4. Проблемы в школе
5. Финансовый поиск
6. Потеря друзей
7. Потеря контроля за поведением (насилие, криминал)
8. Конфликты с законом

На этом этапе меняются причины и следствия. Если раньше подросток употреблял и у него появились проблемы, то теперь проблемы заставляют его употреблять. На втором этапе речь идёт о психологической зависимости, теперь наркотическое вещество включилось в обменные процессы, вызывая зависимость физическую. Необходима помощь врачей, психологов, социальных работников (пояснить).

Этап 4. «Цель жизни - употребление»

1. Постоянная потребность в ПАВ
2. Крайние средства в поисках средств
3. Разрушение нравственных ценностей
4. Апатия, нежелание жить (не жизнь, а бег «по замкнутому кругу»:

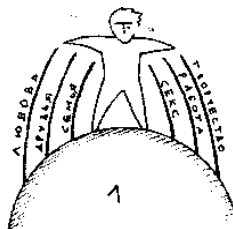
купил, «уколотся», «кайф», «ломка», поиск денег и т.д.)
5. Смерть (самоубийство, передозировка, от заболеваний)

3. Упражнение «Гора жизни»

Цель: осознание ценности социальных связей, призрачности спасительной роли наркотиков, собственной роли в выстраивании жизненного пути

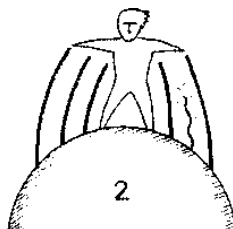
А теперь давайте немного поразмышляем о своей жизни.

Рисунок 1



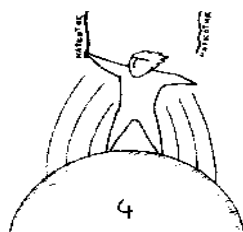
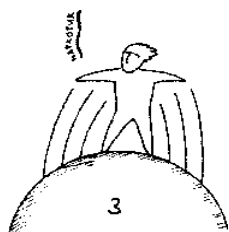
Предположим, наша жизнь – это гора. Человек не падает с этой горы, он стоит на ней устойчиво. От падения вниз человека удерживает множество жизненных связей, возможные названия которых: семья, любовь, друзья, работа, деньги увлечения, творчество.

Рисунок 2



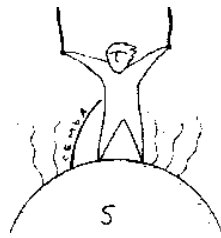
Человек стоит на горе, но один из канатов рвется. Когда какая-то «связь» рвется (т.е. у человека возникает проблема), все «остальные поддерживают человека, дают почувствовать себя уверенно. Если «связи» «рвутся, возникает риск обращения к наркотику. У многих людей есть отработанные стереотипы снятия стресса, в том числе и с помощью химических веществ.

Рисунок 3-4



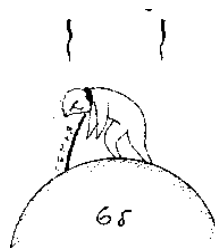
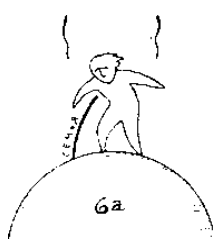
Человек стоит на горе; один из держателей его канатов оборван. Рядом сверху появляется канат – символическое изображение наркотика. Сначала наркотики попадают в поле зрения человека; здесь может сработать принцип «Если вокруг люди делают это, почему бы не попробовать?» Человек первый раз берется за висящий канат. Пока это никак не сказывается на «жизненных связях». Но постепенно когда человека начинает употреблять наркотик все чаще и чаще, он хватается «за второй канат» – возникает зависимость.

Рисунок 5



Человек, стоящий на горе держится только за висящие канаты - «наркотик» «Связи» с помощью которых он держался на этой горе, оборваны. Человек уже не стоит на горе, а вот-вот оторвется от земли. Канаты подняли его руки вверх, и он становится похожим на марионетку.

Рисунок 6



Человек стоит на горе, отпустив висящие канаты (наркотик). С горой его связывает только один канат – «семья». Семья, желая оградить его от наркотика, ограничивает его свободу. Важно как себя ведет семья в этот период, здесь главное поддержка, поощрение самостоятельности, понимание того, что отказ не может навязываться и что основная роль в этом процессе принадлежит зависимому.

Рисунок 7



Человек сам постепенно восстанавливает, жизненные связи.

Теперь мы предлагаем вам нарисовать свою гору жизни свои жизненные связи, можно более точно написать, с именами, своими увлечениями и др.

А теперь скажите:

- * Хотите ли вы потерять эти связи?
- * Если вы заботитесь о своем здоровье и будущем, согласитесь ли вы на употребление наркотика?
- * Что может подтолкнуть вас к такому шагу?

4. Лекция «Закон и наркотики».

Как уже говорилось ранее, человек, употребляющий наркотики теряет многие связи в обществе, а также у него могут возникнуть проблемы с законом.

Познакомимся с некоторыми статьями Уголовного и Административного Кодекса РФ. (*Приложение №3*)

5. Упражнение «Групповая поэма»

Цель: формирование единения, группового творчества, здорового соперничества

В правом верхнем углу листка пишутся инициалы. Каждый участник пишет короткую строчку, с которой начинается поэма, передает свой лист соседу слева, и тот дописывает свою строчку, продолжаящую поэму. После того как каждый напишет по одной строчке на всех листах, законченная поэма возвращается автору первой строки. После того как все поэмы будут написаны, можно предложить прочитать вслух участникам по желанию.

Занятие 3 (педагог-психолог)

Тема: «Легко ли сказать «нет»

Цель:

1. Привлечение внимания учащихся к проблеме наркотиков
2. Актуализация своих положительных качеств.

Задачи:

1. Формировать навыки сопротивления давлению.
2. Способствовать установлению между учащимися позитивных взаимоотношений.
3. Убедить учащихся в том, что проблема наркотиков актуальна и серьёзна.

1. Упражнение «Имена - качества»

Цель: осознание себя как личности, формирование навыка позитивного отношения к себе (другому);

Задания учащимся:

- назовите свои положительные качества, черты характера, которые начинаются на ту же букву, что и ваше имя.
- напишите в две колонки свои положительные и отрицательные черты. (по желанию озвучивают не только положительные, но и отрицательные)

Затем беседа и выход на серьёзный разговор.

- Каких качеств больше?
- Какие качества сложнее найти (положительные или отрицательные) ?
- Хотите ли расстаться со своими положительными чертами?

2. Упражнение «Охмурение»

Цель: убеждение учащихся в том, что наркотики – обман, легковёрность по отношению к ним недопустима

Участникам не говорится о том, что это игра. Все делается на очень серьёзном уровне. Ведущий сообщает, что они очень ему понравились, и он желает сделать им подарок. Слышал ли кто-нибудь о том, что тибетские ламы используют специальные символы, чтобы приобрести какой-нибудь навык за короткий срок? Ведущий говорит, что он был в Тибете и знает три символа, которые, если их нарисовать на руке, позволят выработать за 1 неделю следующие навыки:

- 1) говорить по-английски,
- 2) грамотно писать,
- 3) играть на гитаре.

Но ведущий может сделать этот подарок только 5-ти-7-ми участникам группы (таков ритуал). Те, кто выйдут сейчас за дверь, — счастливики!

Ведущий говорит, что пригласит их через минуту. После того, как дверь закрылась, оставшимся сообщается, что сейчас будет продемонстрировано, как легко современного молодого человека завербовать в наркоманы. Ведущий просит оставшихся членов группы подыграть ему, и показать, что они завидуют тем, кто через минуту получит символ.

Вышедшие приглашаются в аудиторию. Они выстраиваются в линию по порядку, например: «англичане», за ними — «гитаристы», в конце — «грамотеи».

Ведущий говорит, что символ, который он сейчас нарисует у них на руке, позволит им за неделю, ничего не делая, получить соответствующий символу навык. Но его нельзя стирать, мыть, он сойдет самостоятельно (отвалится вместе с грязью). Затем по одному подростки подходят к тренеру: англичанам рисуется — АВС, гитаристам — скрипичный ключ, грамотеям — АБВ. При этом просите их никому пока не показывать этот символ. И отправляете их на свои места.

Некоторые уже по дороге на место начинают догадываться о том, что над ними подшутили. В итоге, когда все уже сидят в круге, ведущий говорит очень серьезным голосом: «Ребята, скажите, пожалуйста, где вы видели на белом свете, чтобы без старания, без усидчивости, без затраченных сил и времени можно было чему-то научиться? Что же сейчас произошло? Вы, не задумываясь над нереальностью моего предложения, сделали шаг вперед и протянули мне свою руку. Я же, образно говоря, сделал вам укол! Вы только подумайте, ведь предложение могло быть не про навык, а про то, что сделай пару затяжек, и ты получишь хорошее настроение, забудешь о проблемах, станешь веселым и раскованным — вы что же, так же, не задумываясь, «протянете руку»? Подумайте над этим. В жизни ничего не бывает «нахаляву». За все, так или иначе, но приходится платить. В некотором смысле, как бы вы на меня сейчас ни обижались, но вы получили «прививку» против наркомании. Когда вам предложат наркотик и скажут, что никаких отрицательных последствий не будет, вы вспомните нашу сегодняшнюю игру и, возможно, задумаетесь — а так ли это?»

3. Дискуссия «Как сказать нет»

Цель: формирование навыка сопротивления сомнительным соблазнам

Главная задача, каждого из вас — устоять, суметь сказать «нет». Нужно учиться спасать свою жизнь. Если вы научитесь понимать, когда следует говорить нет, если сможете устоять перед соблазнительными, но сомнительными предложениями, то этот навык по мере вашего взросления, сослужит вам большую пользу. Именно такого человека можно назвать сильным и волевым, такие люди всегда имеют свою точку зрения, отстаивают ее, к таким людям прислушиваются другие люди, они добиваются успеха.

Итак, я предлагаю вам выработать совместно приемы отказа от предлагаемого наркотика. Все участники озвучивают свои идеи, а в завершении ведущий предлагает памятку «Приемы отказа от ПАВ» (*см. Приложение №5*)

4. Упражнение «Пожелания в мешочке»

Цель: позитивный настрой

Несмотря на серьезный разговор, хочется, чтобы вы ушли сегодня в хорошем настроении.

Анкета

**«Информированность учащихся 7-х – 8-х классов о наркомании и
алкоголизме»**

1. В Российском законодательстве в уголовном порядке предусмотрено наказание за:

- а) употребление наркотиков;
- б) хищение либо вымогательство наркотических средств;
- в) изготовление наркотиков;
- г) распространение наркотиков.

2. Почему подростки начинают пробовать наркотики? (проставьте цифры от 1 до 10 в порядке убывания значимости причин – самая важная причина под цифрой 1 и т.д.)

- а) Из любопытства
- б) Из-за трудностей в семье
- в) Потому что это модно
- г) Из-за болезни
- д) От скуки, вследствие отсутствия цели в жизни
- е) «За компанию», следуя желанию не быть «белой вороной»
- ж) Под давлением сверстников или старших, из-за страха понести какое-либо наказание с их стороны, из-за боязни прослыть маменькиным сынком, трусом
- з) Следуя желанию казаться взрослее
- и) Чтобы избавиться от неприятных переживаний (обиды, страха, чувства одиночества)
- к) Чтобы стать «смелее» в общении с людьми
- л) Ещё по каким-либо причинам

3. Верно ли утверждение, что человек, начавший употреблять наркотики, может самостоятельно перестать их употреблять, если сам того захочет?

(нужное подчеркните)

«да» «сомневаюсь» «не знаю» «нет»

4. Верно ли утверждение, что человек может всю жизнь принимать наркотики и не стать наркоманом? (нужное подчеркните)

«да» «сомневаюсь» «не знаю» «нет»

5. Верно ли утверждение, что «в жизни надо попробовать всё, в том числе и наркотики, и алкоголь, тем более, что это вполне безопасное дело»?

(нужное подчеркните)

«да» «сомневаюсь» «не знаю» «нет»

6. Чаще всего подростку могут предложить наркотики: (проставьте цифры от 1 до 10 в порядке значимости указанных мест – под цифрой 1 место, где, по вашему мнению, чаще можно получить предложение попробовать наркотики и т.д.)

- а) в школе
- б) на улице, во дворе
- в) в квартире, где собираются компании
- г) на дискотеке
- д) на концерте, в ДК

е) в парке

ж) ещё где-то _____

7. Наркомания, алкоголизм – это:

а) преступление

б) вредная привычка

в) болезнь

8. Верно ли утверждение, что употребление пива не опасно и не ведёт к формированию алкогольной зависимости?

«да»

«сомневаюсь»

«не знаю»

«нет»

9. Верно ли утверждение, что есть «лёгкие», «безопасные» наркотики?

(нужное подчеркните)

«да»

«сомневаюсь»

«не знаю»

«нет»

10. К кому вы обратитесь в случае, если вам предложат попробовать хотя бы один раз наркотики? (нужное подчеркните)

а) расскажете родителям

б) обсудите это со сверстниками

в) расскажете классному руководителю, психологу, социальному педагогу

11. Как вы отнесётесь к компании, в которой вам предложили наркотики?

(нужное подчеркните)

а) будете продолжать общение

б) прекратите общаться и не станете принимать предложения о совместном времяпровождении

12. Как вы отреагируете на предложение попробовать наркотики?

(нужное подчеркните)

а) ответите жёстко и решительно «Нет!», не объясняя причин

б) ответите презрительно «Нет! Это не для меня!», уходя от того, кто предлагает

в) скажете «Ты что, дурак!? Зачем мне это нужно? Я знаю, чем это кончится. Я же сказал «Нет!»

г) ответите спокойно-уверенно, глядя прямо в глаза тому, кто предлагает наркотик «Нет! Я собираюсь жить долго, на тот свет успею»

д) промолчите, но при этом мимика и жесты красноречиво будут свидетельствовать о вашем решительном отказе

е) проямлите нерешительно что-то вроде «Да нет, я же сказал, что не хочу»

ж) откажетесь, придумав какую-нибудь замысловатую болезнь

Спасибо за участие!

1. Слайды «До» и «После»

14 лет употребления наркотика



9 лет употребления наркотика



Уголовный Кодекс РФ

Статья 228 УК РФ. Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные приобретение, хранение, перевозка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества

1. Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов в значительном размере, а также незаконные приобретение, хранение, перевозка без цели сбыта растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, в значительном размере -наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо ограничением свободы на срок до трех лет, либо лишением свободы на тот же срок.

2. Те же деяния, совершенные в крупном размере, - наказываются лишением свободы на срок от трех до десяти лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового и с ограничением свободы на срок до одного года либо без такового.

3. Те же деяния, совершенные в особо крупном размере, - наказываются лишением свободы на срок от десяти до пятнадцати лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового и с ограничением свободы на срок до полутора лет либо без такового.

Примечания 1. Лицо, совершившее предусмотренное настоящей статьей преступление, добровольно сдавшее наркотические средства, психотропные вещества или их аналоги, растения, содержащие наркотические средства или психотропные вещества, либо их части, содержащие наркотические средства или психотропные вещества, и активно способствовавшее раскрытию или пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом указанных средств, веществ или их аналогов, а также с незаконными приобретением, хранением, перевозкой таких растений либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, изобличению лиц, их совершивших, обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление. Не может признаваться добровольной сдачей наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, изъятие указанных средств, веществ или их аналогов, таких растений либо их частей,

содержащих наркотические средства или психотропные вещества, при задержании лица и при производстве следственных действий по обнаружению и изъятию указанных средств, веществ или их аналогов, таких растений либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества.

2. Значительный, крупный и особо крупный размеры наркотических средств и психотропных веществ, а также значительный, крупный и особо крупный размеры для растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, для целей настоящей статьи, статей 228.1, 229 и 229.1 настоящего Кодекса подтверждаются Правительством Российской Федерации.

3. Значительный, крупный и особо крупный размеры аналогов наркотических средств и психотропных веществ соответствуют значительному, крупному и особо крупному размерам наркотических средств и психотропных веществ, аналогами которых они являются.

Статья 228.1 УК РФ. Незаконное производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконное сбыт или пересылка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества

1. Незаконное производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконное сбыт или пересылка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, - наказываются лишением свободы на срок от четырех до восьми лет с ограничением свободы на срок до одного года либо без такового.

2. Сбыт наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, совершенный:

а) в следственном изоляторе, исправительном учреждении, административном здании, сооружении административного назначения, образовательной организации, на объектах спорта, железнодорожного, воздушного, морского, внутреннего водного транспорта или метрополитена, на территории воинской части, в общественном транспорте либо помещениях, используемых для развлечений или досуга;

б) с использованием средств массовой информации либо электронных или информационно-телекоммуникационных сетей (включая сеть "Интернет"), - наказываются лишением свободы на срок от пяти до двенадцати лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового и с ограничением свободы на срок до одного года либо без такового.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные:

а) группой лиц по предварительному сговору;

б) в значительном размере, -наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без

такового и с ограничением свободы на срок до двух лет либо без такового.
4. Деяния, предусмотренные частями первой, второй или третьей настоящей статьи, совершенные:

- а) организованной группой;
- б) лицом с использованием своего служебного положения;
- в) лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, в отношении несовершеннолетнего;
- г) в крупном размере, -наказываются лишением свободы на срок от десяти до двадцати лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до двадцати лет или без такового и со штрафом в размере до одного миллиона рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до пяти лет либо без такового.

5. Деяния, предусмотренные частями первой, второй, третьей или четвертой настоящей статьи, совершенные в особо крупном размере, -наказываются лишением свободы на срок от пятнадцати до двадцати лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до двадцати лет или без такового и со штрафом в размере до одного миллиона рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до пяти лет либо без такового или пожизненным лишением свободы.

Статья 231 УК РФ. Незаконное культивирование растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры

1. Незаконное культивирование в крупном размере растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, -наказывается штрафом в размере до трехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до двух лет, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо ограничением свободы на срок до двух лет, либо лишением свободы на тот же срок.

2. Те же деяния, совершенные:

- а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
- б) утратил силу;
- в) в особо крупном размере, -наказываются лишением свободы на срок до восьми лет с ограничением свободы на срок до двух лет либо без такового.

Примечание. Крупный и особо крупный размеры культивирования растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, для целей настоящей статьи утверждаются Правительством Российской Федерации.

Административный кодекс РФ

Статья 6.9 КОАП.

Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ.

1. Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ, за исключением случаев, предусмотренных частью 2 статьи 20.20, статьей 20.22 настоящего Кодекса, либо невыполнение законного требования уполномоченного должностного лица о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения гражданином, в отношении которого имеются достаточные основания полагать, что он потребил наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача либо новые потенциально опасные психоактивные вещества, -влечет наложение административного штрафа в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей или административный арест на срок до пятнадцати суток.

2. То же действие, совершенное иностранным гражданином или лицом без гражданства, -влечет наложение административного штрафа в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей с административным выдворением за пределы Российской Федерации либо административный арест на срок до пятнадцати суток с административным выдворением за пределы Российской Федерации.

Примечание. Лицо, добровольно обратившееся в медицинскую организацию для лечения в связи с потреблением наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача, освобождается от административной ответственности за данное правонарушение. Лицо, в установленном порядке признанное больным наркоманией, может быть с его согласия направлено на медицинскую и (или) социальную реабилитацию и в связи с этим освобождается от административной ответственности за совершение правонарушений, связанных с потреблением наркотических средств или психотропных веществ. Действие настоящего примечания распространяется на административные правонарушения, предусмотренные частью 2 статьи 20.20 настоящего Кодекса.

Статья 6.13. Пропаганда наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров, растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, и их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, новых потенциально опасных психоактивных веществ

1. Пропаганда либо незаконная реклама наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров, растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, и их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, а также новых потенциально опасных психоактивных веществ -

влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей с конфискацией рекламной продукции и оборудования, использованного для ее изготовления; на должностных лиц - от сорока тысяч до пятидесяти тысяч рублей; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, - от сорока тысяч до пятидесяти тысяч рублей с конфискацией рекламной продукции

и оборудования, использованного для ее изготовления либо административное приостановление деятельности на срок до девяноста суток с конфискацией рекламной продукции и оборудования, использованного для ее изготовления; на юридических лиц - от восьмисот тысяч до одного миллиона рублей с конфискацией рекламной продукции и оборудования, использованного для ее изготовления либо административное приостановление деятельности на срок до девяноста суток с конфискацией рекламной продукции и оборудования, использованного для ее изготовления.

1.1. Пропаганда наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров, растений, содержащих наркотические средства, психотропные вещества или их прекурсоры, их частей, содержащих наркотические средства, психотропные вещества или их прекурсоры, либо новых потенциально опасных психоактивных веществ с использованием информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" - влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от пяти тысяч до тридцати тысяч рублей; на должностных лиц - от пятидесяти тысяч до ста тысяч рублей; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, - от пятидесяти тысяч до ста тысяч рублей либо административное приостановление деятельности на срок до девяноста суток; на юридических лиц - от одного миллиона до одного миллиона пятисот тысяч рублей либо административное приостановление деятельности на срок до девяноста суток.

Анкета

«Информированность учащихся 9-х классов о наркомании и СПИДе?»

Выберите и пометьте правильный ответ (один или несколько).

1. В чем суть разрушительного действия ВИЧ на организм?

- а) Он разрушает свертывающую систему крови
- б) вызывает дисбактериоз
- в) разъедает оболочку нервных стволов
- г) вызывает разрушение костной ткани
- д) способствует помутнению хрусталика глаза
- е) препятствует оплодотворению
- ж) разрушает иммунную систему человека

2. Контакт, с какими жидкостями организма наиболее опасен в смысле инфицирования ВИЧ:

- г) слюна
- б) кровь
- в) моча
- г) выделения из носа
- д) сперма
- е) грудное молоко
- ж) слезы
- з) влагалищный секрет

3. Отметьте пути передачи ВИЧ-инфекции:

- а) незащищенный сексуальный контакт
- б) пользование общей посудой
- в) переливание крови и использование общих нестерильных шприцев
- г) от матери к ребенку (беременность, роды, вскармливание)
- д) воздушно-капельный путь

4. Как можно предотвратить заражение ВИЧ?

- а) постоянно использовать гормональные противозачаточные таблетки,
- б) использовать презерватив (мужской, женский) при каждом контакте,
- в) не вступать в сексуальные контакты и пользоваться одноразовыми шприцами при внутривенных вливаниях,
- г) использовать внутриматочную спираль,
- д) иметь сексуальные отношения только с людьми, которых знаешь
- е) применять подмывание и спринцевание с йодом после каждого сексуального контакта

5. Как человек может узнать, что у него ВИЧ?

- а) Если он заботится о своем здоровье, он почувствует это в первые часы
- б) сдав кровь на анализ на антитела к ВИЧ
- в) почувствует недомогание
- г) сдав мазки и бактериологические посевы у врача венеролога

6. Через какое время с момента предполагаемого заражения лучше сдавать тест на антитела к ВИЧ?

- а) на следующий день
- б) каждую неделю в течение год,
- в) через 3-6 месяцев

г) через 3 год

7. Период «окна» - это состояние, когда:

а) организм еще не успел выработать антитела к вирусу и диагностировать заболевание невозможно

б) у человека еще не появились симптомы заболевания

в) человек не может передать инфекцию другим

8. С какого момента после инфицирования человек может заразить других?

а) После окончания периода «окна»

б) когда разовьется СПИД

в) сразу, с момента своего заражения

г) на последней стадии СПИД

9. Вирусы могут долго сохранять дееспособность:

а) находясь в воде

б) находясь в крови, грудном молоке, влагалищных выделениях

в) находясь в воздухе

10. Оппортунистические инфекции – это:

а) хронические инфекционные заболевания

б) болезни, которыми люди часто болеют в зимний, холодный период

в) болезни, которыми болеют только младенцы

г) это инфекции, которыми люди заражаются от животных

д) это то же самое, что и кишечные инфекции

е) инфекционные и другие болезни, поражающие организм человека только при ослабленном иммунитете

11. По каким признакам/симптомам у человека можно диагностировать СПИД?

а) наличие оппортунистических заболеваний

б) выпадение волос, зубов

в) снижение концентрации в крови иммунных клеток ниже критического уровня

г) сильная потеря веса

12. В Российском законодательстве в уголовном порядке предусмотрено наказание за:

а) употребление наркотиков;

б) хищение либо вымогательство наркотических средств;

в) изготовление наркотиков;

г) распространение наркотиков.

13. Верно ли утверждение, что «в жизни надо попробовать всё, в том числе и наркотики, тем более, что это вполне безопасное дело»?

(нужное подчеркните)

«да»

«сомневаюсь»

«не знаю»

«нет»

14. Почему подростки начинают пробовать наркотики? (проставьте цифры от 1 до 10 в порядке убывания значимости причин – самая важная причина под цифрой 1 и т.д.)

а) Из любопытства

б) Из-за трудностей в семье

в) Потому что это модно

г) Из-за болезни

- д) От скуки, вследствие отсутствия цели в жизни
- е) «За компанию», следуя желанию не быть «белой вороной»
- ж) Под давлением сверстников или старших, из-за страха понести какое-либо наказание с их стороны, из-за боязни прослыть маменькиным сынком, трусом
- з) Следуя желанию казаться взрослее
- и) Чтобы избавиться от неприятных переживаний (обиды, страха, чувства одиночества)
- к) Чтобы стать «смелее» в общении с людьми
- л) Ещё по каким-либо причинам _____

15. Наркомания излечима – верно ли это утверждение? (нужное подчеркните)

«да» «не всегда» «не знаю» «нет»

16. Верно ли утверждение, что человек, начавший употреблять наркотики, может в любое время самостоятельно перестать их употреблять, если сам того захочет? (нужное подчеркните)

«да» «сомневаюсь» «не знаю» «нет»

17. Верно ли утверждение, что человек может всю жизнь принимать наркотики и не стать наркоманом? (нужное подчеркните)

«да» «сомневаюсь» «не знаю» «нет»

Спасибо за участие!

ПРИЕМЫ ОТКАЗА ОТ ПРЕДЛАГАЕМЫХ НАРКОТИКОВ

1. Выбрать союзника: поискать, нет ли в компании человека, который согласен с вами, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.

2. «Перевести стрелки»: сказать, что вы не принуждаете никого из них что-либо делать, так почему же они так назойливы?

3. Сменить тему: придумать что-нибудь, что тоже интересно и не связано с приемом наркотиков (пойти в спортзал, в зал игровых автоматов, на танцы или еще что-нибудь придумать).

4. «Продинамить»: сказать, что как-нибудь в другой раз...

5. «Задавить интеллектом»: если они убеждают, что это безвредно, указать на то, где они врут или просто не знают последствий (для этого нужно знать, чем вредны табак, алкоголь, наркотики).

6. Упереться: отвечать «нет», несмотря ни на что. Отстаивать свое право иметь собственное мнение. Это, кстати, будет свидетельствовать о твердом характере.

Испугать их: описать какие-нибудь страшные последствия, если они будут употреблять (например, «поймают», «случится белая горячка», «заболеем гепатитом» и т.д.). Можно даже выдумать какие-нибудь «страшные последствия» самому (например, «зубы посинеют», «оглохнем» и т.д.).

Обходить стороной: если есть подозрение, что в какой-то компании в определенное время могут предложить наркотики. Просто обходить ее стороной.

Литература:

1. Анита Нейк. Наркотики. - М.: Институт общегуманитарных исследований. 2001.
2. Белогуров С.Б. Климович В.10. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании. Наглядно-методическое пособие для проведения занятий с подростками 12-16 лет. - М.: Центр Планетариум. 2003.
3. Латышев Г.В. и др. Смотри по жизни вперед. Руководство по работе с подростками. - СПб.: 2001.
4. Макеева А.Г. Не допустить беды. Педагогическая профилактика наркотизма школьников. - М.: Просвещение, 2003.
5. Мир общения подростка. Методические рекомендации. Выпуск XXXXXIV. - Орел. 2003.
6. Прутченков А.С. Школа жизни. Методические разработки социально-психологических тренингов. - М.: МООДиМ «Новая цивилизация» Нед. Общество России. 2000.
7. Родионов В.А. и др. Я и другие. Тренинги социальных навыков. - Ярославль: Академия развития, 2001.
8. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Наркотики: проблемы и их решения. - М.: Учебно-методический коллектор «Психология», 2000.
- Школа без наркотиков. /Под ред. Л.М. Шипицыной, Е.И. Казаковой - СПб.: изд-во «Образование. Культура», 1999.
9. Я хочу провести тренинг. Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП. - Новосибирск: «Гуманитарный проект», 2000.