

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Ростовской области

«Ростовский индустриально - полиграфический техникум»

(ГБПОУ РО «РИПТ»)

УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР ГБПОУ РО «РИПТ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А. М. Вигера

**Психолого-педагогический проект**

по профилактике наркомании в молодежной среде

**«НЕТ-наркотикам!»**

Разработан:

Педагог-психолог ГБПОУ РО «РИПТ»

М.А. Сергиенко



2021

Ростов-на-Дону

РАССМОТРЕН

на заседании МК воспитательного

профиля \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

протокол №1 от 30.08.2021

Содержание

Информационная карта проекта…………………………………………….…..4

Обоснование необходимости проекта…………………………………………..5

Цели и задачи проекта……………………………………………………………5

Направление проекта……………………………………………………………..6

Методы…………………………………………………………………………….6

Принципы………………………………………………………………………...6

Этапы проекта…………………………………………………………………….6

Сроки реализации проекта……………………………………………………...6

Целевая аудитория………………………………………………………………6

Кадровое обеспечение проекта………………………………………………....7

Механизм реализации проекта…………………………………………………..7

Ожидаемые результаты………………………………………………………….7

Тематический план………………………………………………………………8

Литература…………………………………………………………………….…9

Приложения……………………………………………………………………10

**Информационная карта проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название проекта | Психолого-педагогический проект по профилактике наркомании в молодежной среде «НЕТ-наркотикам!» |
| 1. | Автор проекта | педагог-психолог, Сергиенко Мария Александровна |
| 2. | Территория, представившая проект | Ростовская область, г. Ростов-на-Дону |
| 3. | Название организации | ГБПОУ РО «Ростовский индустриально-полиграфический техникум» |
| 4. | Адрес организации | г. Ростов-на-Дону, пр. 40-летия Победы, 95 |
| 5. | Телефон/факс | **8 (863) 257-44-98** |
| 6. | Форма проведения | групповая (беседы, тренинги, анкетирование) |
| 7. | Цель проекта | разработка и применение эффективных комплексных мер по профилактике наркомании в молодежной среде. |
| 8. | Сроки проведения | 1 год, 2021-2022 учебный год. |
| 9. | Место проведения | ГБПОУ РО «РИПТ» |
| 10. | Кадровый состав | Педагогические работники техникума, другие компетентные организации (районный нарколог). |
| 11. | Участники проекта | Обучающиеся ГБПОУ РО «РИПТ» |
| 12. | Краткое содержание программы | Данная программа разработана в рамках системы профилактики подростковой наркомании и представляет собой комплекс психолого-педагогических мероприятий, направленных на формирование у детей устойчивых установок на здоровый образ жизни. |

**Обоснование необходимости проекта**

**Актуальность проблемы.** Психолого-педагогический проект по профилактики наркомании в молодежной среде «НЕТ-наркотикам!» разработан в рамках системы профилактики подростковой наркомании и представляет собой комплекс психолого-педагогических мероприятий, направленных на формирование у детей устойчивых установок на здоровый образ жизни.

Проблема наркомании среди подростков уже давно является одной из наиболее остро стоящих. А в последнее время в связи с большей доступностью и ростом количества различных недорогостоящих наркотических веществ, число несовершеннолетних наркоманов увеличивается. К тому же снижается возраст детей, впервые употребляющих наркотические вещества. Сегодня это острейшая проблема, стоящая перед обществом и ставшая всемирной.

В связи с такими пугающими тенденциями, актуальным является первичная профилактика наркомании среди подростков. Поэтому разработан это проект, рассчитанный как месячник профилактики наркомании, включающий различные мероприятия.

**Цели и задачи проекта**

**Цель проекта:**разработка и применение эффективных комплексных мер по профилактике наркомании в молодежной среде.

**Задачи проекта:**

- Познакомить подростков с такими понятиями как «наркотики» и «наркомания», «физическая зависимость»;

- Провести профилактическую работу с подростками и их родителями;

- Научить подростков как вести себя при давлении сверстников, как научится говорить «Нет».

**Направление:** профилактическое.

**Методы:**беседа, анкетирование, тренинг, просмотр медиа материалов.

**Принципы:**

* Гуманизма – утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому;
* Конфиденциальности – информация, полученная психологом, не разглашаема;
* Компетентности – психолог четко определяет и учитывает границы собственной компетентности;
* Ответственности – психолог заботится о благополучии детей и не использует результаты работы во вред;
* Самовыражения и спонтанности – каждый обучающийся в процессе занятий должен иметь возможность выразить свои эмоции и чувства;
* Сотворчества – организация совместной работы.

**Этапы:**

1) Подготовительный - знакомство с целевой аудиторией, выявление начальных знаний и отношения к проблеме наркомании у подростков.

2) Основной - реализация комплекса профилактических мероприятий.

3) Заключительный – подведение итогов реализации проекта.

**Сроки выполнения проекта**: 1 год (мероприятия в соответствии с планом).

**Целевая аудитория**: дети подросткового возраста (15-17 лет), а также их родители.

**Кадровое  обеспечение проекта**

1. Педагог-психолог техникума – составление плана профилактики наркомании;

2. Кураторы групп для организации и реализации плана профилактики наркомании;

3. Врач-нарколог – просвещение и помощь подросткам по проблеме наркомании.

**Механизм реализации проекта (условия)**

1. Организационные условия

Реализовывать проект будет педагог-психолог вместе со специалистами наркодиспансера.

2. Научно-методические условия

Это различные методические разработки, материалы, пособия, методики по работе с подростками в области наркомании. Будут проводиться лекции, беседы, анкеты, просмотр видеофильмов, игры, творческие задания.

3. Мотивационные условия

Для побуждения подростков к отказу от употребления наркотиков и установки на здоровьесбережение используются различные методы и средства профилактики.

4. Материально-технические условия

Кабинет для проведения тренинга, стулья, столы, проектор, канцелярские принадлежности.

**Ожидаемые результаты**

После реализации данного проекта предполагается, что подростки узнают, что такое наркотики и наркомания; узнают о пагубных последствиях употребления наркотических веществ; увидят преимущества жизни без зависимости от ПАВ; научатся вести себя в ситуации давления сверстников и смогут сказать твердое «нет».

**Тематический план по реализации психолого-педагогического проекта**

**по профилактике наркомании в молодежной среде**

**«НЕТ-наркотикам!»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Ответственныей за проведение** | **Сроки проведения** |
| 1. | Анкетирование «Наркотики и подросток»  (Приложение 1) | Педагог-психолог, кураторы групп | Сентябрь- октябрь 2021 |
| Анализ анкетирования | Педагог-психолог | Октябрь 2021 |
| 2. | Лекция «Наркомания в молодежной среде» (Приложение 2) | Педагог-психолог | Ноябрь 2021 |
| 3. | Встреча обучающихся с наркологом | Кураторы групп, нарколог | Декабрь 2021-январь 2022 |
| 4. | Просмотр и обсуждение фильма «Наркотики.Секреты манипуляции» | Педагог-психолог | Январь-февраль 2022 |
| 5. | Тренинговое занятие «Как научиться говорить НЕТ и противостоять давлению» (Приложение 3) | Педагог-психолог | Март 2022 |
| 6. | Раздача памяток для подростков по профилактике подростковой наркомании  (Приложение 4) | Педагог-психолог, кураторы групп | Апрель 2022 |
| 7. | Конкурс рисунков по теме «Мы против наркотитков!» | Кураторы групп | Май 2022 |
| 8. | Подведение итогов реализации проекта | Педагог-психолог, ЗАВ по УВР | Июнь 2022 |

**Список литературы:**

1. Брюн. Е. А. Основы организации наркологической помощи / Е. А. Брюн // Наркология. – 2010. - № 4. – С.40-45. 7. БелогуровС. Популярно о наркотиках и наркомания – С-Пб, 2000

2.Буянов М.И. Размышления о наркомании. – М.: Просвещение, 1990.

3.Габиани А.А. На краю пропасти: наркомания и наркоманы. – М.: Мысль, 1990.

4. Егоров А. Ю. Возрастная наркология : учеб. пособие для студ. вузов и сред. пед., психологич. и медицинских учеб. заведений / А. Ю. Егоров. – СПб. : Дидактика Плюс ; М. : Ин-т общегуманитар. исслед., 2002. – 267 с

5.Иваницкая, Е.  Алкоголь, курение, наркотики: как выстроить систему эффективной профилактики / Е. Иваницкая, Т. Щербакова. – М. : Чистые пруды, 2008. – 32 с. – (Библиотечка «Первого сентября». Воспитание. Образование. Педагогика ; Вып. 15).

6. Каширская. Е. И. Механизмы и факторы риска формирования наркотической и алкогольной зависимости у детей и подростков / Е. И. Каширская // Наркология. – 2010. – № 2. – С. 35-41.

7. Министерство образования и науки Российской Федерации. «Зарубежный опыт профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних». Москва, 2004.

8. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами и борьба с ними // Под ред. М. Госсон, М.: Грант; Медицина, 1993. – 100 с. 17. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании. Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого, И.Б. Орешниковой. М.: изд-во Института Психиатрии, 2000

9. Сурова. Л. В. Наркомания как социальная опасность / Л. В. Сурова // Вестн. Казан. гос. энергет. ун-та. – 2010. – № 2 – С. 92-97

Приложение1

**АНКЕТА «Наркотики и подросток»**

**1.     Что такое, на Ваш взгляд, «здоровый образ жизни»?**

а) не пить, б) не курить, в) заниматься спортом,

г)не употреблять наркотики, д) полноценно питаться е)другое

**2.     Считаете ли Вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?**

г) да, частично, в) эта проблема меня пока не волнует, г) нет; д)другое

**3.     Есть ли среди Ваших знакомых люди, употребляющие наркотические вещества?**

 а)да, б) нет;

**4.     Если бы вы узнали, что Ваш друг (подруга) употребляет наркотики Вы:**

а) немедленно прекратили с ним  (с ней) отношения,

б) продолжали бы дружить, не обращая внимания;

в) постарались бы помочь излечиться;

г) попросили бы дать попробовать.

Д)другое

**5.     Пробовали ли Вы наркотики? Какие?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**6.     Хотели бы Вы попробовать наркотическое вещество? Какое?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**7.     Наркотик стоит попробовать:**

а) чтобы придать себе смелость и уверенность;

б) чтобы легче общаться с другими людьми;

в) чтобы испытать чувство эйфории;

г) из любопытства;

д чтобы не быть «мокрой курицей» в компании друзей;

е) чтобы показать свою независимость родителям и учителям;

ж) не стоит пробовать в любом случае.

**8.     Талантливые люди принимают наркотики, чтобы получить приток вдохновения:**

а) да,  б) нет

**9.     Наркотик делает человека свободным:**

а да,  б) нет;

**10. Наркотик избавляет от обыденности жизни:**

а) да,  б) нет;

**11. Наркотики дают ни с чем не сравнимое ощущение удовольствия:**

а) да,  б) нет;

**12. Наркотики бывают «легкими» и «тяжелыми»?**

а) да, б) нет;

**13. Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет?**

а) да, б) нет;

**14. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться:**

а) да, б) нет; в) если есть сила воли, то да.

**15. Наркоманами становятся только слабые и безвольные:**

а) да,  б) нет.

**16. Если бросать, то лучше бросать:**

а) постепенно, б) сразу, в) бросить невозможно.

**17. В наше время существуют эффективные методы лечения наркомании, которые позволяют человеку снова вернуться к нормальной жизни, стать полноценным членом общества:**

а) да, б) нет.

Приложение 2

**Лекция для подростков**

**«Наркомания в молодежной среде»**

Наркомания в настоящее время – одна из злободневных тем, которая волнует все мировое сообщество. Это трагедия не только семьи, в которой есть больной наркоманией, но и всего социума. Трагедия в том, что наркомания поражает людей молодого возраста, а начинается все с подростковых лет.

От общего числа наркоманов в России по статистике – 20% – это школьники, 60% – молодежь в возрасте 16-30 лет, 20% – люди более старшего возраста.

Антинаркотическое законодательство определяет наркоманию как заболевание и устанавливает запрет на потребление наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача (статья 40). Ответственность за нарушение данной нормы предусмотрена статьей 6.9 Кодекса об административных правонарушениях РФ. Необходимо помнить, что в настоящее время с помощью современных лабораторных методов возможна точная диагностика состояния наркотического опьянения, предусматривающая определение конкретного наркотического вещества.

Кроме того, КОАП РФ устанавливает административную ответственность в виде штрафа либо административного ареста за совершение таких правонарушений как:

ст. 6.8 незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов;

ст. 6.10 часть 2, 3 предусматривает ответственность за вовлечение несовершеннолетнего в употребление одурманивающих веществ

ст.20.20 часть 3 - потребление наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах

ст.20.21 - появление в состоянии опьянения несовершеннолетних, потребление ими наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах.

Уголовный кодекс Российской Федерации предусматривает уголовную ответственность за ряд преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков.

статья 228. Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов

статья 2281. Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов

статья 2282. Нарушение правил оборота наркотических средств или психотропных веществ.

Статья 229. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ.

Статья 231. Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества.

Статья 232. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ.

С 2013 года санкции по этим статьям ужесточили и сегодня максимальный срок наказания за совершение преступления в сфере незаконного оборота наркотиков - пожизненное лишение свободы.

В настоящее время предупреждения и пресечение правонарушений и преступлений в сфере незаконного оборота наркотиков возложено на подразделения наркоконтроля министерства внутренних дел. Сотрудники полиции ежедневно выявляют преступления в сфере незаконного оборота наркотиков, задерживают и привлекают к ответственности правонарушителей в состоянии наркотического опьянения. Необходимо помнить, что информация о задержании лица сотрудниками полиции сообщается не только родственникам, но и на место учебы либо работы правонарушителя.

Наркотики - средства, оказывающие воздействие на психику и поведение человека, потребление которых способно приводить к формированию психической и физической зависимости (наркомании), то есть состоянию, при котором человек испытывает потребность в регулярном приеме таких средств.  Наркотики шаг за шагом разрушают нервную систему человека, его мозг, поэтому у наркоманов быстро развивается и прогрессирует слабоумие.

Появляются устойчивые психические расстройства. Человек становится нелюдимым, мрачным, злобным, раздражительным, подозрительным. Его преследует беспричинный страх. У всех незаконных потребителей наркотиков отмечается утрата уже приобретенных знаний, умений, жизненного опыта, нравственных, этических и духовных ценностей, положительной установки на будущее. Снижается  профессиональная активность человека, он выключается из общественной деятельности, весь его досуг занят мыслями о наркотиках. Отсюда частые прогулы и низкая производительность труда, прекращение обучения в школе или институте, отсутствие всякого желания заботиться о близких. Другими словами, наркоман деградирует как личность, превращаясь в черствого ограниченного эгоиста, занятого только ожиданием очередного наркотического опьянения. В дальнейшем употребление наркотиков приводит к серьезным психическим заболеваниям. Следует также помнить о большой вероятности заражения потребителей наркотиков и больных наркоманией ВИЧ-инфекцией, гепатитами В и С, венерическими заболеваниями.

Развитие наркомании проходит в 3 стадии болезни:

1 стадия – индивидуальная психическая зависимость

Психическая зависимость – стремление принимать вещество, с тем, чтобы испытать определенные ощущения  или снять явления психического дискомфорта. Психическая зависимость возникает во всех случаях систематического употребления наркотиков. Признаки психической зависимости: желание постоянно употреблять данное средство, добывая его любыми путями; тенденция увеличивать дозу приема.

2 стадия – физическая зависимость, которая характеризуется непреодолимым влечением к наркотику, потерей контроля за принимаемой дозой, физическим комфортом в состоянии интоксикации и проявлением синдрома лишения – т.е., абстинентного синдрома, в случае прекращения приема наркотика.  Прием наркотиков наркоманом с длительным стажем осуществляется для выравнивания своего физического состояния.

3 стадия – синдром изменений реактивности, который отражает глубокую перестройку организма при хронической интоксикации, максимально возросшую толерантность, многократно превышающую физиологические возможности человека, снижение защитных реакций.

Длительное употребление любого наркотика накладывает отпечаток на внешний облик человека. Наркоманы со стажем, как правило, выглядят старше своих лет. Волосы и них ломкие, зубы крошатся, выпадают, ногти обламываются и слоятся. Кожа дряблая, морщинистая, неестественного цвета. У этих людей медленно заживают раны. Многие наркоманы равнодушны к своему внешнему облику, выглядят неряшливо, не заботятся о чистоте своего тела и одежды. У них отмечается подавленность воли, снижение интеллекта, неспособность сосредоточиться, быстрая утомляемость.

В настоящее время на территории Нижегородской области сложилась тенденция по замещению наркотиков опийной группы на наркотики синтетического происхождения, более известные на рынке как курительные («спайсы») и ароматизированные смеси («миксы»).

Наверняка многие из вас о них слышали. Молодые люди говорят: «Есть «мягкие» наркотики, которые безопасны для здоровья, мы употребляем именно их». Это миф.

Опыт больных наркоманией свидетельствует о том, что первые эпизоды употребления начинались именно со средств, считавшихся безопасными.

Наркотики растительного происхождения часто называют стартовыми. Поскольку привыкание к наркотическим веществам происходит очень быстро, с каждым приемом приходится увеличивать их дозу или переходить на более действенные, а значит, более опасные и вредные вещества.

Еще один аргумент: продавцы наркотиков, как правило, не употребляют наркотиков, они слишком хорошо знают им «цену», наблюдая разрушительные последствия у своих клиентов.

В заключение мне хотелось бы поговорить с вами о таком социальном явлении, как «созависимость». Все мы с вами знаем известное изречение, что нельзя жить в обществе и не зависеть от него, точно также нельзя жить в обществе, пораженном наркоманией и не сталкиваться с последствиями этого явления. По экспертным оценкам один наркоман за год вовлекает в употребление наркотиков 10-15 человек, создавая тем самым своего рода «снежный ком» наркомании. Помимо этого, в орбиту наркомана попадает его семья, которую он обирает и финансово, и морально; ваши сверстники, друзья, дети, в которых наркобарыги видят потенциальных потребителей наркотиков; да и каждый из нас может стать жертвой наркомана, ищущего денег на дозу (кража, грабеж на улице, в подъезде).

Наркомания – страшная болезнь общества, поэтому и бороться с ней должны не отдельные организации и лица, а все общество в целом. Только тогда это противостояние принесет плоды, и мы сможем сказать, что способны выстоять в войне с наркоманией.

Каждому из вас нужно помнить, что только способность отвечать за свои поступки, умение говорить твердое «НЕТ» соблазнам окружающего мира, может стать нерушимой стеной для пагубных пристрастий и наркозависимости. В этой жизни есть немало увлечений, способных принести яркие эмоции, отличное настроение и верных друзей – это спорт, туризм, музыка, танцы и многие другие направления, которые помогут раскрыться каждому как уникальной, неповторимой личности, станут основой будущего успеха и процветания.

Приложение 3

**Тренинговое занятие для подростков по профилактике употребления ПАВ**

**«Как научиться говорить НЕТ и противостоять давлению сверстников»**

**1. Вступительное слово педагога-психолога.**

Употребление психоактивных веществ – актуальная проблема, неотделимая от проблемы ВИЧ – инфицирования. Каждый человек должен хорошо разбираться в вопросах, связанных с зависимостью от ПАВ, знать пути ее преодоления – для того, чтобы оставаться здоровым и независимым от наркотиков, токсических и лекарственных веществ. Ответственность за то, употреблять или не употреблять ПАВ, - это выбор каждого человека. Человек рожден свободным от патологических зависимостей. Его выбор, право и ответственность - сохранять эту свободу всегда*.*

И не смотря на то, что тема эта весьма серьезная, мы не будем скучать и очень постараемся, чтобы всем вам было интересно.

**2. Упражнение разминка.** Участники становятся в круг, перебрасывая мяч друг другу, они называют собственное имя и говорят комплимент участнику, которому бросают мяч. Игра должна проходить в быстром темпе, все участники должны представиться.

**3.Дискуссия**.Обсудить с участниками занятия следующие вопросы:

*Вопросы для дискуссии:*

- Почему люди употребляют наркотики?

- Каковы последствия употребления?

- «Плюсы» и «минусы» отказа от предложения попробовать наркотики?

- Что такое зависимость от психоактивных веществ?

- Какие вещества вызывают развитие зависимости?

- Почему зависимость от психоактивных веществ – это хроническое, неизлечимое, прогрессирующее и смертельное заболевание?

**4. Анкета «О чём мечтаю я?».**

- Напишите на листке бумаги свою заветную мечту. Чего вы хотите для себя в будущем и настоящем.

(Дети пишут, ведущий прикрепляет к плакату мечты детей и зачитывает их).

- Посмотрите, ребята, большинство из вас мечтает о благополучии, об интересной работе, о здоровье, о хорошей успеваемости, о любви. Обратите внимание, что ни у кого из вас нет мечты стать наркоманом или алкоголиком, никто не мечтает заболеть СПИДом или раком лёгких от курения. Алкоголь, табак, наркотики – все вместе это называется ПАВ, т.е. психоактивные вещества. Они портят психику, они портят жизнь человека.

- Так почему же люди, мечтая о счастье, здоровье и любви, начинают курить, пить алкогольные напитки, принимать наркотики и другие психоактивные вещества? Ведь всем известна статистика:

\* из 100% хоть раз попробовавших ПАВ 70% станут зависимы от него и только 5% смогут излечиться;

\* из 100% онкологических больных 40% связано с курением, 80% заканчивают жизнь от сердечного приступа и рака;

\* из 100% женщин, начавших курить и пить спиртное в раннем возрасте, 50% становятся бесплодными.

- Так почему же люди начинают употреблять ПАВ??? (мозговой штурм).

Возможно, в вашем возрасте или гораздо позднее эти люди не смогли сказать НЕТ! Современный мир не идеален. И мы сами, порой, разрушаем его гармонию и красоту. Давайте проведем экспресс-диагностику о вашем личном опыте по этому вопросу. Результаты данного теста нигде не будут фиксироваться, поэтому попрошу вас быть предельно честными и откровенными.

*Эксперимент.*

Ребята, закройте глаза и положите голову на парту. Поднимите руку те, кто хоть однажды пробовал наркотик.., алкоголь.., табак. Спасибо. Опустите руки. Теперь поднимите руку те, кто сумел отказаться, когда ему настоятельно предлагали пробовать наркотик.., алкоголь.., табак. Откройте глаза и посмотрите вокруг. Сделайте вывод сами.

**5. Игра «Портрет наркомана»**. На чистом листе ватмана в порядке очереди каждый участник рисует общий портрет наркомана, причем каждый участник рисует по одному элементу, творчески развивая элемент предыдущего, тем самым продолжая рисунок.

***Ведущий:*** Ну что ж, дорогие друзья, сейчас я задам вам последний серьезный вопрос в этой игре. Кто хочет быть на него похожим?

**6.Игра «Спорные утверждения».** *(Листы с утверждениями*"*Совершенно согласен", "Согласен, но с оговорками", "Совершенно не согласен", "Не имею точного мнения" прикреплены на стенах кабинета).*

*Описание:*Все участники слушают спорные утверждения, после чего должны разойтись и встать около тех листов, на которых отражена их точка зрения на данный вопрос. После принятия решения каждый участник по желанию должен его обосновать: «почему я считаю именно так».

Выслушав все точки зрения, участники выбирают листы с утверждениями, наиболее подходящими для них теперь.

***Ведущий:*** Я думаю, все мы сделаем правильные выводы из услышанной информации.

* Наркомания - это преступление.
* Лёгкие наркотики безвредны.
* ПАВ повышают творческий потенциал.
* Наркомания это болезнь.
* Прекратить употреблять ПАВ можно в любой момент.
* Употребление алкоголя не вредит здоровью.
* Многие подростки начинают употребление ПАВ «за компанию»
* Люди, употребляющие ПАВ, очень часто не осознают, что зависят от них.
* Зависимость от ПАВ формируется только после их многократного употребления.
* По внешнему виду человека можно определить, употребляет он ПАВ или нет.
* Наркоман может умереть от передозировки.
* Продажа наркотиков не преследуется законом.
* Лечение и реабилитация наркоманов должны быть абсолютно бесплатным, если государство хочет решить эту проблему.

**7. Упражнение «Спасибо, нет!».**

- Умение отказаться от назойливых и соблазнительных предложений сверстников требует от человека твердости характера, определенной смелости, уверенности в себе. Потренируем это умение в следующем упражнении. По кругу по очереди каждый из вас будет предлагать покурить, выпить или попробовать лёгкий наркотик своему соседу справа, а он должен отказаться, приведя какой-то веский довод. Как только вы почувствуете убедительный отказ, то диалог прекращается, и ваша роль переходит этому участнику. Теперь он обращается к своему соседу справа с тем же предложением. И так по кругу. Выполняя упражнение, обращайте внимание на убедительность ответа, на интонацию голоса, на уверенность человека.

На столе для вас разложены готовые варианты отказа от употребления ПАВ, в случае затруднения, можете ими воспользоваться.

*Рефлексия.*

- В какой роли вам понравилось больше?

- Какие чувства вы испытывали в каждой из этих ролей?

- Кто, по вашему мнению, не достаточно убедительно отказывался, и даже появилось ощущение того, что если еще немного надавить, то он согласится?

- Кто из участников игры действовал наиболее убедительно и решительно?

**8. Упражнение «Замкнутый круг».**

Предлагаю вам поиграть в игру «Замкнутый круг». По ее окончании вы мне скажите, почему именно ее мы выбрали для занятия.

Итак, один доброволец становится в центр круга. Остальные создают плотный замкнутый круг. Задача игрока выйти из круга, задача всех остальных - не выпускать его.

- Кто ещё хочет попробовать стать в круг? (Играют все желающие).

Рефлексия:

- Что вы чувствовали при выполнении этого задания? О чём думали?

- Какие ощущения испытали, когда не смогли выйти из круга?

- Как вы думаете, что напоминает этот замкнутый круг? Почему я вам предложила именно это упражнение?

Употребляя ПАВ, человек как бы находится в замкнутом пространстве, выбраться из которого практически невозможно.

- Вывод прост – нельзя попадать в этот «замкнутый круг»! Никогда и ни при каких обстоятельствах даже и не пробовать!

**9.Игра «Скажи жизни - Да!».** Участникам раздаются листочки со словами «Я никогда не буду таким, потому, что…». Каждому предлагается заклеить своим листочком, нарисованный ранее портрет наркомана и продолжить фразу.

***Ведущий:***И что же у нас получилось, дорогие ребята? Этот угрожающий гражданин скрылся под нашими листиками-утверждениями, которые и символизируют жизнь! Жизнь любит тех, кто любит её, и ценит тех, кто ценит её.

В завершении занятия предлагаю поработать в группе, проявить свою фантазию и полученные сегодня знания. Придумайте девиз или призыв к подросткам, предупреждающий о вреде ПАВ. (Работа в группах).

Запомните! Умение говорить «нет!» поможет сохранить вам свою индивидуальность. Это будет свидетельствовать о силе вашего характера. Не бойтесь, что своим отказом оттолкнёте от себя окружающих. К вам перестанут обращаться только те, кто хотел втянуть вас в употребление ПАВ, в этот порочный круг, а остальные лишь зауважают!

Для того чтобы вы уверенно могли отказаться от употребления табака, алкоголя, наркотиков, мы дарим вам памятки «Умей сказать НЕТ!». Тренируйтесь дома, тренируйте своих настоящих друзей.

**10. Подведение итогов. Выступление педагога-психолога.**

Приложение 4

**ПОЧЕМУ ЧЕЛОВЕК НАЧИНАЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?**

Чаше всего это происходит в компании друзей. Спровоцировать первое употребление может многое: чувство любопытства; желание не показываться остальным «белой вороной»; неумение сказать «Нет»; присутствие в жизни серьезных проблем; «назло» кому-то или попытка повлиять на другого человека; просто плохое настроение или обыкновенная скука. По незнанию человек уверен в том, что попробовать один раз – не страшно. К сожалению, весь этот грозный наркобизнес построен на том, что первый раз никогда не бывает последним. Пробуя наркотик, переходя через психологический барьер, человек одновременно переступает через физиологические (на уровне тела) и юридические, и нравственные барьеры. Каждый впервые употребляющий уверен в том, что «со мной всё иначе, всё под контролем». Эта уверенность только от неопытности, которой затем, зачастую, пользуются другие.

**КАКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ МОГУТ БЫТЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ?**

— самое главное – невозможность в дальнейшем жить без наркотика;  
 — появляется зависимость на уровне биологии и психики. Большое количество биологических процессов в человеческом теле начинает происходить извращенно;

— человек не контролирует себя как раньше, это делают за него люди, которые поставляют наркотики;

— разрушается нервная система, печень, почки, изнашивается сердечная мышца, срок жизни сокращается;

— приём наркотиков инъекционно сопровождают неизлечимые болезни: СПИД, гепатиты;

— человек, употребляющий наркотики, неизбежно «влезает» в криминал;  
 — растут требуемое количество наркотиков и расходы на их потребление;  
 — исчезают друзья, остаются собратья по несчастью, которые в любой момент, за дозу могут «кинуть» или подставить тебя;

— отношения с родственниками быстро превращаются в кризис, так как наркозависимый приносит близким людям только страдания;

— жизненные перспективы: хорошая работа, учёба, карьера, собственная семья и многое другое становятся иллюзорной, недостижимой мечтой;

— дети у наркозависимых, если и рождаются, то часто с серьёзными отклонениями в здоровье, уродствами, психическими расстройствами;

— депрессия – основное состояние души; исчезает только после принятия очередной дозы наркотика;

— среди наркозависимых высок процент самоубийств. Не редки случаи, когда даже во время первой пробы, человек погибает от остановки дыхания или остановки сердца. В других случаях может развиться паралич, нарушается способность говорить. Есть наркотики, после даже однократного приёма которых может возникнуть психическое заболевание или психический дефект.

**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ПОПАЛ В КОМПАНИЮ, ГДЕ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?**

В такой компании ты неизбежно сталкиваешься с предложениями «попробовать». По-другому не бывает. Вопрос во времени, раньше или позже. Так бывает всегда. В компании опасность по отношению к наркотику притупляется. Ты всегда рискуешь. Лучший выход из этого, если тебя не очаровывают описанные выше перспективы – уйти и найти себе более подходящий круг общения. «Будь Собой, уважай Себя». Но если ты находишься в такой компании – ты на «краю пропасти».

**НАРКОМАНОМ МОЖЕТ СТАТЬ ЛЮБОЙ ИЛИ ЭТО ЗАВИСИТ ОТ ТОГО КАКОВ ЧЕЛОВЕК?**

Любой человек, допускающий наркотики в свою жизнь, рискует стать наркоманом, хотя каждый в начале пути уверен, что это может быть с любым другим, только не с ним.

**ПОЧЕМУ ИМЕННО ПОДРОСТКИ И МОЛОДЫЕ ЛЮДИ  НАИБОЛЕЕ ЧАСТО СТАНОВЯТСЯ  НАРКОЗАВИСИМЫМИ?**

— именно в подростковом и молодом возрасте человек хочет обрести свою индивидуальность, отличаться от других, «пробовать в жизни все», освободиться от контроля и опеки взрослых, жить так, как хочется самому, устанавливать свои нормы и правила.

**КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ ОТ ПРОБЛЕМ С НАРКОТИКАМИ?**  
— во-первых, сделать для себя недопустимой саму мысль о возможности когда-либо «попробовать»;

— во-вторых, нужно научиться говорить «НЕТ!!!» и себе и другим, когда речь идёт о наркотиках;

— в-третьих, избегать компании и места, где употребляют наркотики. Выбирать себе круг общения, в котором нет места наркотикам.

**ЧТО ДЕЛАТЬ**, **ЕСЛИ ТВОЙ ДРУГ НАЧИНАЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?**

Первый вариант – повлиять на то, что происходит самому или вместе с другими своими друзьями. Самый важный принцип -сделать так, чтобы не оттолкнуть от себя друга. Для спасения друга используй все свои знания, информацию данной памятки и любые другие доводы, которые сочтешь весомыми.

Второй вариант – если понимаешь, что ситуация вышла из-под контроля, поделись информацией со своими или его родителями, или теми взрослыми, кому ты доверяешь. Это смелый, но не простой поступок. Сначала, наверное, будет честно и правильно сообщить ему о своем решении и причинах, по которым ты решился на этот Поступок. Приготовься к атаке, реакция может быть любой (обвинение, агрессия и реакция-манипуляция). Люди, принимающие наркотики, становятся патологически лживыми, изворотливыми, сыграют любую роль с правдоподобностью профессионала. Вначале оцени, способен ли ты противостоять почти профессиональному натиску в ответ. Если не уверен, поговори об этом со своими родителями. Всё равно ведь нужно что-то делать, иначе твоему другу придётся плохо.

**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ДРУГ УЖЕ СТАЛ НАРКОМАНОМ?**  
 Очень высока вероятность того, что ты не сможешь ничего изменить в его жизни;

— высока вероятность и того, что он втянет и тебя в потребление наркотиков;  
 — если ты хочешь помочь другу — изложи ему своё личное отношение к наркотикам и тому, что с ним происходит. Не спорь и не поддерживай с ним дискуссию, пытаться что-то доказать бесполезно;

— обозначь свою готовность помочь ему справиться с бедой;  
 — никогда не содействуй в поиске денег, чем бы он не объяснял нужду в них;

— не решай за него проблемы, возникающие из-за приёма наркотиков, помогай только тогда, когда видишь активные действия для того, чтобы изменить свою жизнь, будь тверд и последователен. Собери для него информацию о том, какие медицинские организации в твоем населенном пункте занимаются этим вопросом. Знай, что лечение разрешено только государственным учреждениям здравоохранения. Доверяй только профессионалам от медицины.

**ВОЗМОЖНО ЛИ ПОЛНОЕ ИЗЛЕЧЕНИЕ ОТ НАРКОМАНИИ?**

Всё зависит от желания жить по — другому. Чудодейственных методов, лекарств и операций, которые могут решить проблему вместо самого человека, не существует. Но без профессиональной помощи избавиться от наркотической зависимости весьма проблематично. У любого есть шанс. Но чтобы его использовать, нужно быть готовым к длительному труду.

**ПОЧЕМУ КОНОПЛЯ СЧИТАЕТСЯ НАРКОТИКОМ?**

Существует большое количество названий этого наркотика: гашиш, анаша, марихуана, план, «травка» и другие. Некоторые считают, что это не наркотики, и возможным «побаловаться травкой», утверждая, что это гораздо безвреднее, чем табак. Это заблуждение. Марихуана в 5 раз вреднее табака, от неё развивается зависимость с далеко идущими последствиями, которые себя проявляют не сразу. Ломки нет, но синдром отмены есть, просто он другой и проявляет себя не в теле, а в психике человека. Научный факт – марихуана непредсказуемый наркотик. Непредсказуемость в том, что может очень по-разному действовать на разных людей и в том, что даже если курить редко, могут появиться психические расстройства