

государственное казенное общеобразовательное учреждение
кадетская школа-интернат «Туапсинский морской кадетский корпус»
Краснодарского края

Название работы: **занятие – тренинг «Умей сказать НЕТ!**

Название номинации: **«Профилактика употребления ПАВ: от теории к практике»**

Автор: **Чаурова Наталья Юрьевна**

Место работы: **ГКОУ КШИ «Туапсинский морской кадетский корпус»**

Должность: **социальный педагог**



Туапсе, 2022г.

Пояснительная записка

Занятие – тренинг «Умей сказать НЕТ!»

Актуальность проведения данного мероприятия, заключается в том, что на сегодняшний день проблема употребления психоактивных веществ (далее – ПАВ) широко распространена в подростковой среде.

Одной из первостепенных задач современного воспитательного процесса является создание условий для реализации мероприятий по профилактике употребления ПАВ и формирование у обучающихся стойкой негативной установки по отношению к их употреблению.

Современные подростки эффективнее усваивают знания в процессе поиска, изучения, анализа и обобщения новой информации. Использование такой формы как тренинг, которая включает в себя не только дискуссии, упражнения, но и позволяет осуществлять поиск каких-либо решений с помощью выполнения кейс-заданий (использование кейс-технологии) - способствует воспитанию и развитию тех качеств личности, которые отвечают требованиям современного общества и развитию индивидуальных способностей детей; предоставляет обучающимся получить необходимые навыки, поможет раскрыть личностный потенциал, сформировать собственную позицию.

Цели:

- сформировать у обучающихся представление о пагубном воздействии ПАВ, соблазнах, которые способны заставить человека попробовать их; устойчивого навыка неприятия ПАВ
- создать условия для формирования у подростков антинаркотических установок и осознания свободы выбора в формировании своего будущего;
- развивать личностные качества (сила воли, самооценка, принятие взвешенных решений), логическое мышление.

Задачи:

- сформировать у обучающихся навыки самооценки, саморазвития и самозащиты своего «Я» через работу в группах, при ответах на проблемные вопросы;
- сформировать умение активно противостоять пагубным привычкам и сопротивляться обстоятельствам, которые ограничивают выбор;
- обучить приемам отказа от предлагаемых ПАВ (алкоголь, табакокурение, наркотические вещества) и закрепить их при моделировании реальных ситуаций.

Оборудование: компьютер, интерактивная доска, листы бумаги для упражнения «Наркоманы – особые, особенные или ...»; карандаши, ручки, презентация к занятию, анкеты.

План проведения занятия:

1. Вступительное слово социального педагога и выполнение упражнения «Что между нами общего?» (5 мин.).
2. Упражнение «Наркоманы – особые, особенные или ...» (7 мин.).

3. Игра «Поменяйтесь местами» (5 мин.).
4. Игра «Театр кукол» (8 мин.).
5. Дискуссия «Как использовать приемы отказа» (8 мин.).
6. Кейс-задания (10 мин.).
7. Анкетирование (5 мин.).
8. Подведение итогов (2 мин.).

Продолжительность: 50 минут.

Область применения: разработку можно применять во внеурочной деятельности, при проведении классных часов, внеклассных мероприятий.

Возрастная группа обучающихся: в тренинге принимают участие обучающиеся 15 - 16 лет (обучающиеся 9-10-х классов ГКОУ КШИ).

Ожидаемые результаты:

- понимание и принятие обучающимися негативного воздействия ПАВ;
- формирование у подростков стойкой негативной установки по отношению к ПАВ как способу решения своих проблем или проведения досуга;
- формирование активной жизненной позиции; развитие личностных качеств.

Методическая разработка

Занятие - тренинг «Умей сказать НЕТ!»

Ход занятия

Ученик: Подумай, оглянись вокруг, реши –
Что важно в жизни для твоей души:
Дом, словно крепость, уважение, любовь
Иль неизвестности пленительный покров?
Все, что имеешь в жизни, не храня,
Исчезнуть может, как тепло огня.
Вдруг станет пусто, холодно, темно,
Как будто в мир захлопнулось окно.
Погнавшись за прекрасной птицей
В чужом саду ты можешь заблудиться.
Спасательной тропинки не найти,
Чтоб привела к обратному пути.
Подумай, оглянись вокруг, реши.

Социальный педагог (на фоне презентации): В последнее время все больше молодежи подвергается употреблению психоактивных веществ. Это отравляет их жизни. Зависимый человек живет в обществе, ему также хочется общаться, и он ищет новых друзей, вовлекая их в свою пагубную среду. Иногда они могут ощущать свою ущербность и хотят отомстить здоровым людям тем, что опять – таки привлекают их в свое сообщество. Как же противостоять этому, как защититься? Известно, что только хорошо информированный человек – независим, уверен и более защищен от жизненных ошибок. На прошлом занятии мы с вами подробно познакомились с механизмом воздействия наркотических веществ на организм и со страшными последствиями употребления наркотиков, алкоголя и табака. Надеюсь, что Вам это сегодня поможет в выработке приемов сознательного противостояния ПАВ – проблеме № 1 в молодежной среде! Вы должны научиться говорить «НЕТ!».

Социальный педагог: Думаю, что вы согласитесь со мной, что в каждом человеке имеются какие – то особенности, но, конечно, есть и то, что нас объединяет. Это могут быть: черты характера, общие увлечения и т.д. Сейчас объединитесь в пары и найдите несколько любых общих признаков. Затем то же самое задание выполните, объединившись в группы по четыре человека. *(Обучающиеся выполняют задание, затем называют что общего у них есть).* Это здорово, что между Вами так много общего, но у каждого есть и свои особенности!

Упражнение «Наркоманы – особые, особенные или...»

Социальный педагог: Каждый из вас получил лист, где указаны различные черты характера. Я предлагаю вам отметить знаком «+» три положительные и знаком «-» три отрицательные черты, которые характеризуют вашу личность.

Лист упражнения «Наркоманы – особые, особенные или ...»

Качества	Есть у меня	Качества	Есть у меня
<i>общительный</i>		<i>чувствительный</i>	
<i>неуравновешенный</i>		<i>уверенный</i>	
<i>уравновешенный</i>		<i>сдержанный</i>	
<i>осторожный</i>		<i>неуверенный</i>	
<i>поверхностный</i>		<i>ненадежный</i>	
<i>трусливый</i>		<i>нервный</i>	
<i>угрюмый</i>		<i>спокойный</i>	
<i>равнодушный</i>		<i>замкнутый</i>	
<i>непосредственный</i>		<i>самокритичный</i>	
<i>добродушный</i>		<i>выносливый</i>	
<i>слабовольный</i>		<i>обидчивый</i>	
<i>эгоистичный</i>		<i>неусидчивый</i>	
<i>беспомощный</i>		<i>агрессивный</i>	
<i>распущенный</i>		<i>недоверчивый</i>	
<i>раздражительный</i>		<i>надежный</i>	
<i>неприспособленный</i>		<i>терпеливый</i>	
<i>волевой</i>		<i>самоуверенный</i>	
<i>строгий</i>		<i>уступчивый</i>	
<i>стеснительный</i>		<i>легковозбудимый</i>	
<i>открытый</i>		<i>аккуратный</i>	
<i>меланхолический</i>		<i>не умеющий владеть собой</i>	
<i>готовый помочь</i>		<i>мужественный</i>	

(После выполнения задания все листы собираются, перетасовываются и снова раздаются участникам).

Социальный педагог: Теперь я предлагаю отметить кружочком шесть черт, которые, по вашему мнению, характеризуют личность наркомана. Кружок можно ставить напротив тех черт, которые уже были отмечены ранее другими значками.

Все листы сдаются ученикам – помощникам. В течение 5-8 минут помощники отмечают на слайде интерактивной доски ответы участников. Те черты, которые участники отметили как, присущие им, подчеркиваются, номера тех черт личности, которые характеризуют наркоманов, обводят кружочком. После того, как помощники выполнили работу, социальный педагог...

педагог предлагает подсчитать число совпадений и обсудить причины этих совпадений [4,166].

Социальный педагог: Можно ли считать, что потребителями наркотиков являются люди с особенными чертами характера, которые не присущи всем остальным?

- Встретилась ли вам в столбце с перечислением черт наркомана характеристика, которую вы отметили как присущую вам?

- Можете ли вы с абсолютной уверенностью заявить, что наркотическая зависимость вам не грозит и проблема защиты от наркотиков для вас не актуальна?

- Как сам человек может защитить себя от наркотиков?

- Что должна делать семья, школа, государство для того, чтобы спасти подростков от наркотиков?

Социальный педагог: Назовите черты характера, которые могут выполнять роль внутреннего антинаркотического барьера.

(Обучающиеся называют эти характеристики)

Задание, которое мы только что выполнили, показало нам, что опасность наркотической зависимости сегодня реальна для любого человека (*черты характера, присущие обучающимся могут совпадать с чертами характера, присущими личности зависимого от ПАВ человека*). Но, каждый из нас сам несет ответственность за собственную жизнь, здоровье, судьбу. Мы можем сами защитить себя от наркотиков, можно предложить альтернативу их употреблению.

Социальный педагог: А сейчас я вам предлагаю поиграть в игру «Поменяйтесь местами». Для этого давайте распределимся на пары (*обучающимся раздаются номера №1 и №2*). Участник с номером один должен уговорить участника под номером два поменяться местами. Уговаривать можно любыми способами, но без применения физической силы.

(После 3 – 4-х минут игры обучающиеся меняются ролями. По окончании упражнения проводится обсуждение увиденных в игре способов оказания давления).

Социальный педагог: Очень трудно бывает сопротивляться давлению со стороны группы людей, т.е. групповому давлению, потому что человек обычно стремится быть членом какой – то группы, соответствовать ее нормам и ценностям. Мы довольно часто не можем противостоять, и уступаем, хотя вовсе не желаем этого. Одна из разновидностей давления – это подражание окружающим («стадное чувство», например, в ситуации паники). В толпе человек может делать то, что никогда не стал бы делать в одиночку [9,58].

Игра «Театр кукол»

Социальный педагог: Предлагаю вам разделить на группы по три человека. В каждой группе выберите «марионетку» и двух «кукловодов». Вам нужно разыграть маленькую сценку кукольного представления, где кукловоды

управляют всеми движениями «марионетки». Сценарий сценки придумайте самостоятельно (*Тройки представляют по очереди свой вариант остальным участникам, выступающим в роли зрителей*). Поделитесь своими впечатлениями. Какие чувства испытывали «марионетки», а какие - «кукловоды»? Какие желания у Вас появились с в ходе работы? (*обучающиеся говорят о разных чувствах: неудобстве, напряжении, бессилии, а также о чувстве ответственности, комфорта/дискомфорта, удовлетворения*).

Можно ли сделать вывод, что состояние зависимости и гиперопека делают отношения между людьми искаженными и неполноценными? Попытки заставить другого человека что-либо сделать без объяснения истинных причин, а только лишь путем обвинений, лести, ссылок на других людей и т.п. называется давлением. Давайте обсудим те способы давления, которые наиболее часто используются в компании сверстников [2,205].

После обсуждения на экране интерактивной доски записываются варианты группового давления, которые сверяются с текстом презентации «Виды группового давления» (лесть, дружеский шантаж, уговоры, угрозы, насмешки, похвала, подкуп, обман, запугивание. Призыв «делай как мы», дружеская шутка, амурный шантаж).

Социальный педагог: Как Вы считаете, какие качества характера человека могут помочь сопротивляться групповому давлению? (ответы детей). Возьмите альбомные листы и карандаши, положите на лист свою ладонь и обведите ее. На каждом пальце запишите свои черты характера, которые помогут Вам отказаться от предлагаемых наркотиков (*обучающиеся выполняют задание, желающие озвучивают свои записи*). Ребята, давайте поговорим с Вами о наиболее эффективных приемах отказа от предлагаемых наркотиков (*обучающиеся предлагают варианты отказа, затем на экране появляется слайд с указанием приемов отказа «Как использовать приемы отказа»*).

Приемы отказа от предлагаемых наркотиков:

- *Выбрать союзника (поискать, нет ли в кампании человека, который согласен с Вами), - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.*
- *«Перевести стрелки»: сказать, что Вы не принуждаете никого из них что-либо делать, так почему же они так назойливы?*
- *Смените тему: придумайте что-нибудь, что тоже интересно и не связано с приемом наркотиков (пойти в спортзал, пойти в клуб, кафе).*
- *«Продинамить»: сказать, что как-нибудь в другой раз.*
- *«Задавить интеллектом»: если они убеждают, что это безвредно, указать на то, где они врут или просто не знают последствия.*
- *Упереться: отвечать «нет» несмотря ни на что, отстаивать свое право иметь собственное мнение.*
- *Испугать их: описать какие-нибудь страшные последствия, если они будут употреблять.*

- *Обходить стороной: если есть подозрения, что в какой-то компании в определенное время могут предложить наркотики, просто обходите ее стороной.*

Социальный педагог: Какие из этих приемов наиболее эффективны на Ваш взгляд, а какие не срабатывают? Почему? *(обучающиеся высказываются).*

Социальный педагог: А сейчас Вам предстоит разрешить ситуацию, в которой вы находитесь (обучающиеся делятся на три группы и выбирают кейс – задание)

Кейс-задание № 1

В компании приятелей тебе предлагают попробовать запрещенные вещества. Говорят: «Не бойся. Попробуй. Тебе понравится. От одного раза ничего не будет. В жизни нужно все попробовать». Как ты поступишь?

Кейс-задание № 2

Во время перемены несколько ребят из класса решили покурить. Ты не куришь, но тебе хочется с ними постоять. Один из них сказал тебе: «Давай, покури, составь компанию!». Ты отказываешься участвовать в этом. Ребята начинают тебя уговаривать и говорить тебе, что если ты не закуришь, то можешь больше не приходить в их компанию.

Кейс-задание № 3

Вечером после уроков ребята пошли на дискотеку. Немного потанцевали, выпили пива. Один из подростков предложил попробовать таблетки ЛСД. Некоторые приняли это предложение, но ты отказался и твой друг сказал тебе: «Ты мне больше не друг! Попробуй только кому-нибудь про это рассказать!».

(Социальный педагог совместно с обучающимися делает вывод о том, что необходимо уметь отстаивать свое мнение, твердо сказать «нет», верно для себя определять кто является «настоящим» другом).

Социальный педагог: Ребята, а сейчас давайте включим Ваше воображение и представим, что мы живем в обществе будущего, в котором нет сигарет, алкоголя, наркотических веществ, где людям все это не нужно. Вы можете сказать, что такого никогда не будет. Но, когда Леонардо да Винчи создавал схемы летательных аппаратов, его современники считали это чудачеством. Когда-то люди и подумать не могли, что будут такие вещи как телевизор, подводная лодка, мобильный телефон. И кто знает, как изменится наше будущее?! Есть разные варианты, по которому человечество может пойти: путь самоуничтожения или когда люди осознают весь вред сигарет, алкоголя, наркотиков и откажутся от них. Предлагаю Вам заполнить анкету, где Вы укажете каким Вы видите будущее общество, как будет развиваться страна, какова будет альтернатива пагубным привычкам.

(Обучающиеся заполняют анкету)

Социальный педагог: Сегодня на нашем занятии мы обсудили негативное влияние психоактивных веществ, рассмотрели способы противостояния пагубным привычкам и научились приемам как

сопротивляться обстоятельствам, которые подталкивают к употреблению ПАВ. Сейчас я Вас попрошу отметить на карточках что сегодня вы узнали нового для себя? Чему научились (каким приемам)? Какие качества личности помогают противостоять в ситуациях оказания давления со стороны?

Карточка для проведения рефлексии

Сегодня я узнал....	Новые приемы отказа	Качества личности, чтобы противостоять оказываемому давлению	Занятие было для меня полезным	Занятие было для меня бесполезным

Социальный педагог: В завершении нашего мероприятия желаю Вам научиться говорить «НЕТ» в определенных ситуациях.

Анкета

Дорогой друг! Представь себе, что где-то уже существует страна, где никто и никогда не видел сигарет, алкоголя, наркотиков, так как их предки давно отказались от этих порочных привычек.

В каждом вопросе просим подчеркнуть одно из утверждений. Для нас важно твое мнение!

1. Какой государственный строй был бы в этой стране?

- Монархия
- Республика
- Анархия

2. Уровень развития материально-технической базы

- Высокий
- Средний
- Низкий

3. Направления, которые преобладают в экономике этой страны?

- Сельское хозяйство
- Легкая промышленность
- Сфера социальных услуг
- Туризм
- Военная промышленность
- Тяжелая промышленность
- Свой вариант _____

4. Чего было бы больше в этой стране?

- Стадионы
- Бассейны
- Кинотеатры
- Музеи
- Тренажерные залы

5. Обязательное образование:

- основное общее (9 классов)
- среднее общее (11 классов)
- Высшее
- Свой вариант _____

6. Какие были бы обязательные предметы в школе (напиши 3 – 5 предметов) _____

7. Каких предметов в школе не будет? _____

8. Как ты думаешь, кто обучал бы детей в школе?

- Учитель
- Компьютер
- Естественная природная среда
- Самообразование
- Робот

9. Что бы ценилось больше всего в этой стране?

- Светлая голова
- Доброе сердце
- Здоровое и красивое тело
- Свой вариант _____

10. Какой была бы семья и была ли бы она вообще? Почему?

11. Как именно люди в этой стране повышали бы активность, жизненный тонус, снимали напряжение и стрессы?

(Результаты проведенного анкетирования представляются по каждому вопросу в обобщенной форме (в%). Можно оформить результаты (кроме ответов на вопросы № 6, 7) с комментариями на большом листе ватмана и повесить в доступном для педагогов и обучающихся месте. Подобный анализ анкет вызывает огромный интерес и у обучающихся, и у педагогов, и у родителей. Обучающиеся убеждаются, что у них много единомышленников, что их точка зрения имеет право на существование. Взрослые видят, что ученики ставят перед собой позитивные цели, что у детей огромная потребность жить в счастливой и дружной семье (анализ ответов на вопросы № 10-11), что их волнует их будущее. В тоже время подобное анкетирование дает информацию для дальнейшей работы педагога. Так ответы на вопрос № 4, 5, 8 могут свидетельствовать об общей направленности коллектива обучающихся. А ответы на вопросы № 6, 7 дают «пищу для размышления» об отношении обучающихся к школьным предметам и косвенно – об их отношении к преподавателю).

Список использованной литературы

1. Белов В.Л. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде - М.: Нарконет, 2002. - 502 с.
2. Битенский, В.С. Наркомания у подростков. В.С. Битенский. Киев.1988.- 372с.
- 3.Красильников Г.Т. Профилактика наркомании и токсикомании у несовершеннолетних и молодежи. Сб. научно- методических материалов. Новосибирск, 1995. - 451с.
4. Макеева А.Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников : Пособие для учителя : В помощь образоват. учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами» / Под ред. М.М. Безруких; М-во образование Рос. Федерации. – М. : Просвещение, 2003. – 191 с. – ISBN 5-09-012185-0
5. Маюров, А. Н. Антинаркотическое воспитание школьников. А.Н. Маюров // Основы социальной педагогики / Под ред. В.А. Попова. - Владимир, 1995. - 470с.
6. Николаева, Л.П. Уроки профилактики наркомании в школе: Пособие для учителей /Л.П. Николаева, Д.В. Колесов. - М.: Воронеж: МОДЭК, 2002. - 432с
7. О концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде// Вестник образования. - 2000 г. - № 8. - С. 17 - 25
8. Петрусинский В.В. Игры: обучение, тренинг, досуг - М.,1994. - 105с.
9. Шипицына Л.М. Руководство по профилактике злоупотребления ПАВ несовершеннолетними и молодежью. Под науч. ред., Л.С. Шпилени. - СПб., 2003 - 167 с.