

**ГБОУ СПО САМАРСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИМ. Н. ЛЯПИНОЙ**



**КЛАССНЫЙ ЧАС
«ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ И ВИЧ-ИНФЕКЦИИ В
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ РАЗВИВАЮЩЕЙСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ»
СБОРНИК РОЛЕВЫХ ИГР
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

САМАРА - 2010

Печатается редакционно-издательским отделом по решению Методического совета СМК им. Н.Ляпиной

Иванова Т.А. Классный час «Профилактика наркомании и ВИЧ-инфекции в здоровьесберегающей развивающейся образовательной среде». Сборник ролевых игр. Методические рекомендации. – СМК им. Н.Ляпиной, 2012, 38с.

Ответственный редактор: к.п.н.О.В.Правдина

Данное пособие представляет опыт работы преподавателя колледжа по организации классных часов и проведения волонтерского движения студентов по проблемам профилактики наркомании и СПИДа.

Включает в себя сборник разработок ролевых игр и методические рекомендации по их проведению.

Предназначено педагогам и студентам в качестве методических материалов для проведения классных часов и ролевых игр в осуществлении волонтерской деятельности.

	СОДЕРЖАНИЕ	Стр.
	ВВЕДЕНИЕ	3
1	Классный час по теме: «Проблема наркомании и ВИЧ-инфекции среди молодёжи»	6
2	Классный час по теме: «Свободное время и твоё здоровье»	12
3	Ролевая игра: «Искусство ответить «Нет»	15
4	Ролевая игра: «Кто должен отвечать за вашу безопасность»	20
5	Ролевая игра: «Решения, которые я принимаю»	23
6	Ролевая игра: «История с рискованными проблемами»	26
7	Ролевая игра: «Умей сказать «Нет»	28
8	Ролевая игра: «Причины и последствия экспериментирования с наркотиками»	32
	ПРИЛОЖЕНИЕ	
	1. Анкета «Отношение молодежи к наркотическим средствам»	36
	2. Информационный буклет «Осторожно, наркотики»	38
	3. Мысли студентов	40
	Об авторе - составителе	47

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время распространение и потребление наркотических и психоактивных веществ во всех странах мира велико. В России, связанные с этими социальными, криминальными, экономическими и медицинскими аспектами превратились в одну из трудноразрешимых проблем. Несмотря на то, что злоупотребления наркотиками стало одной из важнейших мировых проблем, опыт измеряется тысячелетиями. Потребность бегства человека в другую реальность велика. Никогда еще столько детей и подростков не играли в опасную игру с наркотиками. Злоупотребление наркотиками лишает молодёжь здоровья. Самая сложная проблема – это проблема социально-психологической и психологической предрасположенности подростков к употреблению наркотических средств. Предупредить гораздо легче. Сдерживание распространения наркомании, а вместе с ней и ВИЧ-инфекции невозможно без постоянной широкомасштабной профилактической работы. Сегодня это очевидно всем, кому не безразлична эта тема.

Профилактика наркомании и ВИЧ-инфекции должна быть комплексной и развиваться по разным направлениям:

- 1) Просвещение и информирование в области наркомании и ВИЧ-инфекции;
- 2) Обучение ответственного поведения детей и молодежи.

Это можно реализовать только в рамках превентивного обучения, с формированием мотивации на здоровый образ жизни, изменения проблемного и рискованного поведения, повышение социальной, межличностной компетенции. Уязвимость молодежи в период наркомании связано не только с недостатком у них адекватной информации о наркомании и ВИЧ-инфекции, но и с тем, что молодые люди зачастую не могут соединить имеющиеся знания реального риска с необходимостью безопасного и ответственного поведения.

Задачи, решаемые в данном направлении:

- формирование личностных ресурсов;

- развитие эффективных стратегий поведения, способствующих обретению ответственности за свою собственную жизнь;
- приобретение уверенности для противостояния негативному влиянию среды, минимизации проявления рискованного поведения;
- формирование здоровой полоролевой и семейной идентификации личности, в том числе мотивация на отсрочку сексуального дебюта.

В рамках обучения ответственного поведения также может быть реализовано мотивационное консультирование, направленное на формирование и поддержание готовности к изменению проблемного поведения в сторону здорового.

Автор пособия предлагает ролевые игры. Ролевые игры – это обучение через практическое действие. Фактически, студентам предлагается проиграть какую-то жизненную ситуацию. Использование ролевых игр позволяет обучить необходимым жизненным навыкам, в частности навыкам поведения в ситуациях связанных с возможностью вовлечения в наркотизацию или насильственного сексуального контакта. Игра является средством и формой обучения и используется при усвоении материала при сохранении эмоционально-положительного отношения к выполняемым заданиям.

Ролевые игры направлены:

- на развитие коммуникативных навыков;
- умения студентов общаться между собой;
- отстаивать свою точку зрения;
- говорить «нет»;
- избегать конфликтных и рискованных ситуаций.

Формируется внутренний морально-нравственный стержень в каждом обучающемся, который позволяет ему избежать не только ситуаций, связанных с повышенным риском наркотизации, ВИЧ-инфицирования, но и, возможно, других ситуаций, связанных с повышенным риском для жизни и здоровья. Методическое пособие создано в помощь кураторам групп для проведения классных часов: «Профилактика наркомании и ВИЧ-инфекции в

образовательной среде».

Общая длительность мероприятия 45 - 50 минут. В мероприятии одновременно могут принять участие 25 человек. Перед проведением классного часа необходим подбор информационного и дидактического материала, выпуск стенных газет, санитарных бюллетеней, информационных плакатов.

Рекомендовано для студентов средне - профессиональных, высших учебных заведений, а также для школьников старших классов общеобразовательных школ.

Классный час по теме:
**«Проблема наркомании и ВИЧ-инфекции
среди молодёжи»**
Сценарный план

Цель: профилактика наркомании и ВИЧ-инфекции среди молодежи.

Задачи:

- научить принимать адаптационные решения;
- ответственность за собственное поведение;
- научить осознанности поведенческого выбора;
- научить регулировать эмоции, не прибегая к формам саморазрушающего поведения;
- научить предупреждать у молодежи формирование рискованного поведения;
- обучить навыкам принятия решений и коммуникативной компетентности;
- сформировать навыки безопасного поведения в ситуации заражения ВИЧ-инфекцией;
- сформировать поведенческие навыки с целью устойчивости к употреблению наркотиков.

Место проведения:

Лекционная аудитория.

Организаторы ролевых игр:

- волонтёры
- куратор;
- психолог.

Участники:

-Студенты первых и вторых курсов отделений: «Сестринское дело», «Лечебное дело», «Акушерское дело», «Фармация», «Лабораторная диагностика» (школьники-старшеклассники общеобразовательных учреждений).

Оснащение:

- методический, раздаточный материал, для проведения ролевых игр;
- информационные плакаты, стенные газеты;
- проектор мультимедийный (при необходимости).



КСТАТИ!

Для оформления классного часа организаторам понадобятся:

1. На доске – высказывания о ценности здоровья.
2. Выставка работ учащихся (стенгазет, плакатов, рефератов), посвященных здоровому образу жизни.
3. Ноутбук и проектор для показа сюжетов из передачи «Здоровье» по данной тематике.
4. Таблицы для учащихся (по количеству студентов в группе):

Употреблять наркотики		Не употреблять наркотиков	
+	-	+	-

Для 1-й группы

Рисковать, вступая в половую связь		Любовь без секса	
+	-	+	-

Для 2-й группы

Употреблять алкоголь		Не употреблять алкоголь	
+	-	+	-

Для 3-й группы

Заниматься спортом		Не заниматься спортом	
+	-	+	-

Для 4-ой группы

Учащиеся заполняют таблицы, указывая мотивы своего выбора.

Ход игры:

1. Вступительное слово волонтеров об актуальности, целях, задачах мероприятия.
2. Информационный этап:
 - волонтер даёт информацию о проведении ролевой игры;
 - делит студентов по группам;
 - раздаёт дидактический материал;
 - распределяет роли;
 - определяет время, для проигрывания ситуации.

3. Подведение итогов игры, обсуждение.

Единственная красота, которую я знаю, – это здоровье.

Генрих Гейне

4. Заключите льюное слово волонтьёров,священника

Ведущий (волонтёр). Здоровье, несомненно, основа красоты. Но что такое здоровье?

Методом «мозгового штурма» студенты (школьники-старшеклассники) создают перечень слов, которые вызывают у них ассоциации с понятием «здоровье».

Ведущий. А теперь напишите на листе свое определение здоровья, используя слова из «ромашки».

Сравните свои определения с определениями специалистов (на доске или на картоне написаны следующие определения):

Здоровье – это состояние полного физического, психического и духовного благополучия.

***Здоровье** – это такое состояние духа, эмоционально-психической и физиологической сфер жизнедеятельности человека, которое создает наиболее благоприятные условия для расцвета его личности, его талантов и способностей, для осознания им неразрывной связи с окружающим миром, своей ответственности за него.*

Ведущий. Современные статистики подсчитали, что на 20% здоровье зависит от условий жизни человека (от экологии); еще на 20% – от его наследственности; на 10% – от медицины, а на 50% – от образа жизни. Эти исследования выявили, что главным условием сохранения здоровья является правильный образ жизни человека.

О чем свидетельствуют данные цифры? Учащиеся пытаются самостоятельно прийти к выводу о том, что здоровье человека на 50% зависит от него самого (от того, какой образ жизни он ведет; что выбирает:

курить или не курить, употреблять алкоголь, наркотики или нет, заниматься спортом или нет).

Присутствующие ребята делятся на 4 группы. Каждая группа получает указанные выше таблицы.



КСТАТИ!

Группы могут формироваться различными способами:

- 1) по жребия (кто выберет карточку синего цвета, желтого, зеленого, красного – по цветам соответственно формируется 4 группы);*
- 2) учитель сам формирует группы таким образом, чтобы в одной группе находились учащиеся с различным уровнем валеологических знаний.*

В течение 5-10 минут идет обсуждение проблемы. Затем представитель каждой группы излагает принятые группой решения.

Ведущий. Сейчас мы убедились в том, что от того, какой выбор сделает человек, зависит состояние его здоровья.

Что означает всем известное выражение «правильный образ жизни человека»?

Жить правильно – значит соизмерять возможности организма и предъявляемые к нему требования, которые не должны превышать его предельных возможностей. Здоровье возведено в наши дни в категорию высокой общественной престижности. Американцы говорят: «Здоровый человек лучше работает и лучше представляет фирму».

Однако очень часто в жизни подростка (молодого человека) бывают ситуации, когда ему друзья или знакомые предлагают попробовать наркотик и т.д. Многие подчиняются уговорам из-за боязни быть «белой вороной» или из страха потерять своих «друзей». Чаще всего так поступают люди слабохарактерные или не осознающие, что никто не имеет права оказывать давления на их выбор.

Каждый человек несет ответственность за принятое им решение и его последствия.

Но как человеку твердо и уверенно сказать: «НЕТ»?

Давайте попытаемся с вами дать ответ на этот вопрос, рассмотрев следующие ситуации.

Учащиеся разыгрывают предлагаемые ситуации, а затем обсуждают предлагаемые решения.

Ситуация первая.

Друг на дискотеке уговаривает тебя попробовать с ним за компанию «легкий» наркотик. Как отказаться, не обидев друга?



КСТАТИ!

Если обсуждение затягивается, то куратор группы (волонтер) может подсказать учащимся, что в таких случаях лучше всего отказывать, предложив взамен что-то позитивное, интересное не только отказывающемуся, но предлагавшему.

Ведущий. А сейчас, давайте послушаем мнение специалиста. Затем каждый из вас сделает свой выбор и задаст интересующие вас вопросы (перед учениками в течение 10 минут выступает специалист (психолог, представитель из городского центра «Семья» и др., поднимая проблемы наркомании и СПИДа).



КСТАТИ!

Так как понятие «здоровье» является многогранным (физическое, психическое и др.), предлагаем взять какой-либо аспект проблемы.

Например, «Влияние табакокурения на здоровье человека», «Воздействие алкоголя на организм человека», «Рацион питания», «Экология и здоровье человека» и др. Можно рассмотреть такую проблему, как «Свободное

время и твоё здоровье».

Литература:

1. Алкоголь и другие наркотические вещества (Учебная программа для школ). Нижний Новгород, 1994.
2. Детская энциклопедия. М., 1975. Т. 7: «Человек».
3. Искусство быть здоровым. М., 1985.
4. *Климова В.И.* Человек и его здоровье. М., 1986.
5. *Колесов Д.* Предупреждение вредных привычек у школьников. М., 1994.
6. Мой выбор: методическое пособие по воспитательной работе./ Правдина О.В. и др. – М.: Ижица, 2002.
7. Русские народные загадки, пословицы, поговорки. М., 1990.
8. Твое здоровье, М., 1989.
9. *Щуркова Н.Е.* Классный час и его организация (Из опыта работы). М., 1981.
10. *Щуркова Н.Е.* Новые формы воспитательной работы // Воспитание школьников. 1993. №6.
11. *Щуркова Н.Е.* Программа воспитания школьников // Классный руководитель. 1997. №1.
12. *Ягодинский В.Н.* Школьнику о вреде никотина и алкоголя (Книга для учащихся). М., 1986.

Классный час по теме
«СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ И ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ»
Сценарный план

Организация классного часа аналогична предыдущему.

Цель – ознакомление с воздействием режима на здоровье человека.

Задачи:

- формировать ценностное отношение учащихся свободному времени;
- развивать навыки межличностного общения;
- формировать способы самостоятельного поиска информации;
- развивать творческие способности.

Подготовка:

Учащиеся заранее получают задание от ведущего (примерно дней за десять до проведения мероприятия).

1 группа проводит социологический опрос одноклассников, друзей, знакомых, прохожих о том, как они проводят свое свободное время.

2 группа находит различные определения понятия «здоровье», а также пословицы и поговорки (можно цитаты) по теме.

3 группа опрашивает врачей (школьный врач, районная поликлиника, знакомые врачи и др.) о том, как влияют на состояние здоровья режимные моменты:

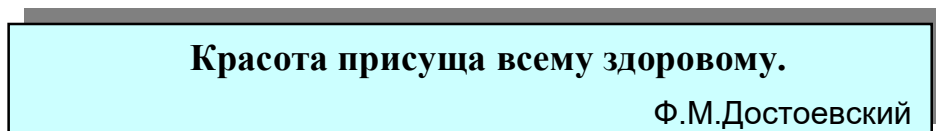
- ночные дискотеки;
- чрезмерное увлечение компьютером;
- «асфальтовая» болезнь (последствия катания на роликах, скейтах)
- режим питания и др.

4 группа обращается к психологу с просьбой объяснить зависимость психического здоровья от режима дня.

Полученная информация красиво оформляется (например, данные врача – в виде схемы; различные определения здоровья, пословицы и поговорки – в виде стенгазеты или доклада и др.) и устно презентуются на классном часе.

Организаторам классного часа пригодятся:

1. Плакат у доски:



2. Схема проведения классного часа (написана на доске).

Ход классного часа:

1. **Вступительное слово ведущего.**
2. **Ролевая игра.** Каждая группа изображает самочувствие и внешний вид человека после:

- ночной дискотеки (1 группа);
- долгой игры за компьютером или «зависания» в Интернете (2 группа);
- чрезмерно длительного и агрессивного катания на роликах (3 группа);
- «тусовки» в подъезде (4 группы) и т.д.

Задание классу: угадать, что изображают их ровесники.

3. **Ведущий делает вывод** о том, что здоровье человека – в его руках.
4. **Итог.** В качестве завершения можно предложить ознакомиться с пословицами и поговорками, касающимися проблемы здоровья:

- Здоров будешь – все добудешь.
- Здоровье дороже денег: здоров буду и денег добуду.
- Здоровьем слаб, так и духом не герой.
- Не рад больной и золотой кровати.
- Умеренность – мать здоровья.

- Аптека не прибавит века.
- Та душа не жива, что по лекарям пошла.
- Береги платье снову, а здоровье смолоду.
- В здоровом теле – здоровый дух.



КСТАТИ!

Для волонтеров, работающих по школам рекомендуем:

«После проведения одного классного часа (или их цикла) предложить учителю-предметнику или организатору внеурочной деятельности в параллельных классах или в школе в целом провести акцию «Мы – за здоровый образ жизни» (например, в виде конкурса агитбригад от каждой параллели или в виде рекламной акции). Ученики могут придумать различные речевки, музыкальные клипы, песни, пропагандирующие здоровый образ жизни. По завершении акции нужно подвести итог и наградить всех участников по различным номинациям: «Лучший плакат, пропагандирующий здоровый образ жизни»; «Лучший музыкальный клип»; «Самое неординарное решение проблемы» и т.д.»

Литература:

1. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскунский А.Е. Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия // Вестник МГУ. Серия XIV: Психология. 1996. №4.
2. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е. Психологические последствия информатизации // Психологический журнал. 1998. Т. 19.
3. Жичкина А.Е., Белинская Е.П. Самопрезентация в виртуальной коммуникации и особенности идентичности подростков – пользователей Интернета (<http://flogiston.df.ru/projects/articles/strategy.shtml>).
4. Мой выбор: методическое пособие по воспитательной работе./ Правдина О.В. и др. – М.: Ижица, 2002.

Ролевая игра: «Искусство ответить «Нет» Сценарный план

Цель занятия: формирование ответственности учащихся за состояние своего здоровья.

Задачи:

- научить учащихся вести себя адекватно с людьми, которые пытаются сбить их с толку, или оказать давление, или убедить сделать что-нибудь такое, чего они не хотят делать, например, принять наркотик;
- развивать у учащихся аналитическое мышление, умение предвидеть положительные и отрицательные последствия любого принятого решения.

Требования к подготовке учащихся:

На ситуационных примерах учащиеся должны знать способы, с помощью которых их уводят от правильного поведения и не принимать их.

Умения: Разработать собственную модель адекватного поведения с людьми, которые пытаются оказать давление и пристрастить к наркотикам.

Моральные чувства и ценности: Чтобы сделать себя счастливым, необходимо справляться с высказываниями, сбивающими с толку, и сохранять свою линию адекватного поведения, невзирая на то, что кто-то уговаривает и переубеждает вас в отношении приема наркотиков.

Поддержка: Кто может помочь вам сформировать собственную модель адекватного поведения в рискованных ситуациях, связанных с уговорами принимать наркотики?



КСТАТИ!

Учащимся очень важно знать, что следует ответить человеку, пытающемуся их приобщить к наркотическому зелью. Эти люди не всегда согласятся с вами, если вы проявляете упорство и не соглашаетесь

принимать наркотики.

В этих случаях они могут:

- *вас перебивать, подавлять (ты просто боишься);*
- *уводить от темы разговора;*
- *пытаться убедить вас сделать то, что вам не хочется;*
- *даже угрожать.*

*Поэтому учащимся **очень важно знать**, как вести себя в таких ситуациях.*

Ход игры:

Учащиеся делятся на несколько групп. Каждой группе дается ситуация, в которой учащийся подвергается провокации принять наркотики или давлению со стороны своих сверстников и старшеклассников. Группам предлагается обсудить ситуации и найти выход, позволяющий с меньшим риском выйти из этой ситуации.

Ситуация 1.

Аня предлагает Виктору пойти с ней на вечеринку. Он не знает ни одного из тех людей, которые идут туда. И это беспокоит Виктора. Кроме того, он слышал, что Аня пробовала принимать наркотики и пользуется не очень хорошей репутацией в школе. Виктор решает проявить упорство и сказать, ей нет.

Но Аня решила заставить Виктора отказаться от своего намерения и принять ее предложение. Она попыталась надавить: «Ты просто боишься», - заявила она. «Почему нет? Будут старшеклассники и просто интересные ребята. Послушаем музыку, потанцуем. Соглашайся, нет никаких проблем! Ничего плохого не случится. Не волнуйся. Ты уже достаточно взрослый».

- Как в этой провоцирующей ситуации дать отпор Ане, которая хочет увести от темы и убедить Виктора сделать то, что ему не хочется?

Ситуация 2.

Оля выходит из школы, к ней подходит Володя и спрашивает, не хочет ли она, чтобы он подвез ее домой. Они живут в одном доме, но она неловко себя чувствует. Володя не очень нравится Оле, соседи поговаривали, что он дружит с наркоманами из соседнего двора.

Оля решает проявить настойчивость и отказаться от поездки. Но Володя проявляет настойчивость и заставляет принять его предложение. Он попытался надавить: "Ты просто боишься",- заявил он. «Почему нет? Соглашайся, нет никаких проблем. Ничего плохого не случится. Не волнуйся. Ты уже достаточно взрослая».

- Что следует ответить Володе, пытающемуся убедить Олю сделать то, что ей не хочется делать?

Ситуация 3.

Елизавета некоторое время встречалась с Егором. Все свое свободное время они старались проводить вдвоем. Однажды вечером, когда они остались вдвоем, наступил момент, когда Егор предлагает расслабиться и принять наркотик в компании его друзей. Елизавете очень нравится ее друг, но она не намерена употреблять наркотики. Тогда Егор пытается переубедить: «Если бы ты действительно любила меня, ты бы не отказалась принять наркотик. Это же совершенно безопасно, видишь, я абсолютно здоров и не стал наркоманом. Тебе не о чем беспокоиться, ведь я тебя люблю»!

Вопросы по обсуждению ситуации:

1. Как должна вести себя Елизавета в этой рискованной ситуации?
2. Опишите модель ее адекватного поведения в представленной ситуации?
3. Как следует реагировать на уговоры?
4. Что Елизавета должна сказать, чтобы отстоять свою точку зрения в этой ситуации?



КСТАТИ!

При разборе этих жизненных ситуаций преподавателю следует сделать акцент на то, что в этих историях важно уметь определять разницу между пассивным, самоутверждающим и агрессивным видами поведения. Какую роль исполняет каждый из участников истории. Попросите дать характеристики модели поведения каждого героя истории. Затем предложите учащимся продемонстрировать адекватное поведение их сверстников в каждой из рискованных ситуаций, обратив внимание на необходимость изменения пассивного поведения на адекватное и умение отстаивать свою точку зрения.

Ознакомьте учащихся с правилами, следуя которым они смогут решительно заявить «Нет»:

1. Объясните, что вы чувствуете и в чем проблема. Опишите проблему, беспокоившую вас. Примерные высказывания: У меня такое чувство, что меня используют...

2. Изложите свое требование (решительное заявление), четко и уверенно поясните, чего вы не хотите делать. Примерные действия: твердо скажите, нет и при необходимости, уходите.

3. Выясните мнение вашего друга о вашем требовании, попросив его выразить свои чувства или мысли относительно вашего требования. Примерные высказывания: «Вас это устроит»?

4. Отреагируйте на слова друга, поблагодарив его.

Примерные высказывания:

- «Спасибо за то, что вы меня правильно поняли».
- «Пойдём, погуляем или пойдём, послушаем музыку».

Когда вы чувствуете, что вас пытаются увести от темы или убедить в чем-то, то:

- немедленно откажитесь. **Примерные высказывания:** «Я не согласна, и я не поеду с тобой». «До свидания». (Вы уходите);

- во-вторых, отложите решение вопроса. **Примерные высказывания:** «Давай погуляем и поговорим об этом позже». Или найдите компромиссное решение. **Примерные высказывания:** «Почему бы не оставить этот вопрос сегодня, а пойти просто погулять вместе».

Вопросы для обсуждения:

1. Как вы определили вид поведения героев вашей жизненной истории?
2. Что вы усвоили из игры?
3. Изменилось ли ваше отношение к проблемам, представленным в историях?
4. Будет ли вам легче после проведенного занятия принимать решения в аналогичных ситуациях в реальной жизни?

Литература:

1. Журнал «Будь здорова». Тараненко В.И. Почерк, портрет, характер. medportal.ru/budzdorova/relation/544/.
2. Сарабьян Э.А. Научитесь говорить так, чтобы вас услышали. М., Наука, 2009.
3. Панасюк А.Ю. Как убеждать в своей правоте. М., Наука, 2008.
4. Искусство тактично сказать «НЕТ» | Selfhacker.ru
selfhacker.ru/2008/05/iskusstvo-taktichno-skazat-net/
5. Мой выбор: методическое пособие по воспитательной работе./ Правдина О.В. и др. – М.: Ижица, 2002.

Ролевая игра:
«Кто должен отвечать за вашу безопасность»
Сценарный план

Цель: ознакомление учащихся с рискованным поведением, которое может повлечь за собой момент вступления в половые отношения или сексуальное насилие.

Требования к подготовке учащихся:

- Учащиеся должны знать:
- насколько далеко они могут зайти в своих отношениях (свои границы в отношении секса);
- что в своей жизни предусмотрительнее предупредить возникновение рискованных ситуаций, т.к. иногда трудно сказать сексу «Нет», а в особо опасных случаях как бы не пришлось избегать сексуального насилия.

Навыки:

- умение устанавливать границы дозволенного и знать, когда устанавливать эти границы;
- своим поведением не создавать для себя рискованных ситуаций;
- избегать глухих (безлюдных) мест, где вам неоткуда ждать помощи;
- не принимать деньги или подарки от людей, которым вы не доверяете;
- не встречаться с людьми, которым вы не доверяете;
- иметь больше друзей и гулять с группой своих друзей и сверстников;
- никогда не уступайте людям, которые настаивают на встрече в безлюдных местах или комнате, когда дома больше никого нет.

Моральные ценности и чувства: Любовь без секса до брака. Это позволяет избежать беременности и заражения ВИЧ-инфекцией.



Ход игры:

КСТАТИ!

Начните занятие с описания следующей ситуации. Имена персонажей данной истории не должны совпадать с именами кого-либо из присутствующих.

История

Наде 16 лет, но она выглядит и ведет себя, как будто ей больше лет. Недавно она встретила на набережной молодого юношу Сергея. Она заинтересовалась им, потому что он хорошо выглядел, был атлетически сложен, высокий и стройный. Они встречались всего несколько раз. Во время последнего свидания он преподнес ей маленький красивый подарок – «в знак будущей дружбы», как он сказал. Он пригласил ее на прогулку за город, посмотреть на фейерверк и восход луны в день города.

Надю, конечно же, влечет к Сергею, но она обеспокоена этим приглашением, всякое может случиться в такой ситуации. Завтра ей надо дать ответ в отношении их встречи. Что делать?

Вопросы для обсуждения:

- Надо ли избегать встречаться с людьми, которым вы не доверяете, в потаенных глухих местах, где вы не сможете ни от кого получить помощь?
- Следует ли принимать подарки и деньги от малознакомых людей, которых вы не знаете достаточно хорошо?
- Как вы считаете, может быть ходить на вечеринки или подобные мероприятия безопаснее с друзьями?
- Как можно расценить подарок, полученный Надей, в знак будущей дружбы?
- Надо ли быть Наде откровенной с самого начала о сексуальных границах, говоря о том, что она не хочет иметь половых контактов?
- Может быть, Надя не была четкой в отношении своих границ и своим

поведением и внешним видом создала Сергею ложное впечатление о желании заняться сексом?

- Какие рекомендации вы дали бы Наде, если она была вашей подругой?

Какие из них легко выполнимы, а какие кажутся вам трудновыполнимыми?

Литература:

1. Кто должен отвечать за безопасность РЕБЁНКА в школе ... - АиФ
www.irk.aif.ru/onlineconf/500002

2. Ольга Богачева, Юрий Дубягин. Школа выживания, или 56 способов защитить ребенка от преступления. www.lib.ru/KIDS/sechild.txt

3. «Наука и образование». Обучаем ребенка правилам безопасности. 2012.

Форменное безобразие

Форменное безобразие

Ролевая игра:
«Решения, которые я принимаю»
Сценарный план

Цель: формирование умения распознать опасность заражения ВИЧ-инфекцией.

Задачи:

- избежать опасность заражения ВИЧ-инфекцией;
- дать возможность учащимся попрактиковаться в принятии решения небольшими группами.

Ход игры:

Класс делится на группы. Каждая группа выбирает свою ситуацию.



КСТАТИ!

*Предоставьте им время для обсуждения полученной ситуации.
Все вместе учащиеся обсуждают, как они будут принимать решение.*

История 1.

Вы находитесь на спортивной площадке, и одноклассник, которого вы обожаете, предлагает вам попробовать покурить анашу. Вас никто не видит, и вы в нерешительности - принять или нет, это предложение.

- Как вы поступите, зная, что даже самый легкий наркотик - это всегда путь к зависимости?

История 2.

Денис — новичок в этой школе. По дороге домой из школы Денис беседует с Володей и Димой, двумя из наиболее популярных мальчиков в школе. Они приглашают его в квартиру Володи выпить пива. Они убеждают Дениса, что никто об этом не узнает, и они хорошо повеселятся, немного выпив еще чего-нибудь из домашнего бара. Денис подумал и решил отказаться. Но ребята стали настаивать: «Пора тебе завязать с нами дружеские отношения, а то как «белая ворона» в классе». И Денис согласился.

Дома у Володи оказался старший брат. Он учился в институте, но в этот день он был свободен. Завязался разговор о молодежных тусовках, о современной музыке, и как-то незаметно разговор переключился на наркотики. «А хочешь попробовать, испытаешь сам, что это такое?». Денис немного выпил алкоголя, а сконцентрироваться на принятии ответственного решения как-то не хотелось.

-Как поступить в этом случае Денису?

История 3.

Ребята пригласили Андрея на стадион якобы на футбол. Школьная команда выиграла матч, после игры решили отметить победу. Кто-то отправился домой, а некоторые ребята пошли в гости к выпускнику их школы Игорю. Дома в шумной компании решили попробовать наркотик. Андрей и с ним еще двое ребят сразу же решительно отказались и тут же ушли. Другим тоже не хотелось колоться, но они, сами не зная почему, может быть, из-за боязни быть осмеянными, остались. «Маменькины сынки удалились, им слабо», - сказал Игорь и стал готовить наркотик.

- Как следует поступить оставшимся ребятам?

Вопросы для обсуждения:

1. Что вам дороже: мнение наркомана, других сомнительных личностей, или ваша жизнь?
2. С какой целью Игорь приобщает других ребят к наркотикам?
3. Что вы вероятнее всего сделаете:
 - решительно скажите «Нет, спасибо» и немедленно уйдете;
 - будете дальше поддаваться давлению сомнительных сверстников;
 - из-за любопытства будете ждать, что будет происходить дальше.
4. Можно ли заразиться ВИЧ-инфекцией после однократного введения наркотика?
5. Как можно было предотвратить возникновение этих рискованных ситуаций, еще до предложений попробовать наркотик?
6. Какие моменты истории указывали на опасность дальнейшего развития событий?

Литература:

1. *Ягодинский В.Н.* Школьнику о вреде никотина и алкоголя (Книга для учащихся). М., 1986.
2. Мой выбор: методическое пособие по воспитательной работе./ Правдина О.В. и др. – М.: Ижица, 2002.
3. Жизнь взаимы — Викицитатник ru.wikiquote.org/wiki/Жизнь_взаимы.
4. Психологический форум > Форум психологической помощи > Задать вопрос психологу Игорю Гожему.

Ролевая игра:
«История с рискованными проблемами»
Сценарный план

Цель: ознакомление с такими ситуациями, когда девушек могут насильно принуждать вступить в половую связь, и с людьми, которые могут совершать такие поступки.

Ход игры:

Учащимся предлагается ознакомиться с историей Марии.

История Марии

Мария согласилась погулять с Николаем по дороге в деревне. Когда они ушли довольно далеко, Коля начал заигрывать и говорить о сексе. Мария не была готова к этому и молчала от смущения. Это вдохновило Колю, который подумал, что Мария одобряет его. Когда они поравнялись с заброшенной дачей, он привел Марию туда и начал обнимать ее. Вокруг никого не было, и Мария испугалась. Она повторяла «нет, нет». Но Коля заставил ее лечь, и хотя она сопротивлялась, он был намного сильнее. Он вступил с ней в половую связь и бросил одну. Она плакала и была очень встревожена.

Вопросы для обсуждения:

1. Как вы думаете, могла Мария догадаться, что может произойти?
2. Что могло помочь ей предвидеть, что такое может случиться?
3. Мария молчала от смущения, когда Коля начал говорить с ней о сексе.
4. Что могла бы сделать Мария вместо того, чтобы молчать от смущения?
5. Что ей нужно делать сейчас:
 - никому не рассказывать об этом?
 - рассказать родителям, подруге, или кому доверяет?

- что может произойти, если она никому не расскажет об этом?
 - следует ли говорить с Колей об этом?
 - что может произойти, если она никому не расскажет об этом?
5. Что вы думаете о Коле?
 6. Есть ли другие люди, подобные Коле?
 7. Объясните, почему он так поступил?

Перечислите, что вы можете сделать, чтобы предотвратить угрозы и насилие:

-Когда вы находитесь с человеком, предлагающим заняться сексом, а вы этого не хотите;

-Когда кто-то применяет силу и пытается насильно заставить вас заняться сексом.



КСТАТИ!

Предложите учащимся по двум группам подготовить разрешение данной проблемы и коллективно обсудить варианты решений. Выберите третью группу для оппонирования (выявления плюсов и минусов предложенных суждений).

Литература:

1. «Православие и мир». Ежедневное интернет – СМИ. [7 проблем современного подростка](#) .
2. ЕСЛИ ТЫ НЕ ЗНАЕШЬ О СПИДЕ, ЭТО НЕ ЗНАЧИТ, ЧТО ЕГО НЕТ. СПИД ЕСТЬ! О-spide.ru Официальный интернет-портал Минздрава России о профилактике ВИЧ/СПИДа
3. Искусство быть здоровым. М., 1985.
4. Климова В.И. Человек и его здоровье. М., 1986.
5. Колесов Д. Предупреждение вредных привычек у школьников. М., 1994.
6. Мой выбор: методическое пособие по воспитательной работе./ Правдина О.В. и др. – М.: Ижица, 2002.

Ролевая игра:
«Умей сказать «Нет»
Сценарный план

(обсуждение провоцирующих ситуаций с целью привлечь к
наркотикам).

Ролевая игра, содержание которой направлено на определение причин, по которым дети совершают рискованный поступок, который может повлечь за собой заражение ВИЧ-инфекцией, а также на поиск способов противостояния прессингу окружающих в данной жизненной ситуации.

Цель игры - ненавязчивое воспитание позитивной социальной ориентации против наркотиков.

Задачи:

- дать возможность учащимся поразмышлять над вопросом опасности заражения ВИЧ даже при однократном введении наркотика в кругу ВИЧ-инфицированных.
- помочь в принятии ответственного решения и совершения осознанного выбора.

Требования к подготовке учащихся

Учащиеся должны знать:

- об опасности заражения ВИЧ-инфекцией даже при однократном уколе в кругу ВИЧ-инфицированных;
- множество причин, по которым следует отказаться от введения наркотиков, главная из которых - риск заражения ВИЧ-инфекцией;
- дать оценку рискованной ситуации и действиям, которые характеризуют безответственное поведение Ивана в отношении своего здоровья и жизни в данной ситуации.

Учащиеся должны уметь:

- дать решительный отказ в данной конкретной ситуации, чтобы

избежать риска заражения смертельной болезнью;

- справляться со стрессовыми и эмоциональными нагрузками другими безопасными способами, без обращения наркотикам.

Моральные ценности и чувства:

Формирование чувства ответственности за свое здоровье. Чтобы ты почувствовал, если узнал, что твои действия привели к риску заражения ВИЧ-инфекцией?

Поддержка: Что мы можем сделать, чтобы не попасть в аналогичную ситуацию?

Надо ли отчаиваться Ивану?

К кому следует обратиться за помощью?

Ход игры:



Игра проводится по группам.

КСТАТИ!

Разделите всех присутствующих по 3-4 человека для обсуждения вопросов.

История

В этом году Ивану исполнилось 16 лет, он учится в обычной школе, в 10 классе. Иван не справился с контрольной работой по математике, боялся испортить настроение родителям, получив плохую оценку. В общем, настроение у него было плохое, и он решил один сходить на дискотеку. Там к нему подошли старшеклассники из их школы и предложили уколиться, чтобы расслабиться и забыть свои проблемы. Иван сначала засомневался, все знают о вреде наркотиков. Но ребята сказали, что это не наркотик, к нему не привыкаешь, это просто снимает напряжение. Они уже пробовали и не попали в зависимость. И Иван после некоторых колебаний согласился, ведь только один раз, можно и попробовать ради любопытства. Что на самом деле может быть от одного укола?

Вся компания кололась одной иглой, так у них это принято. Как оказалось в действительности, вводили героин одним шприцом. Теперь Иван лежит с гепатитом в больнице, а мог бы заразиться и ВИЧ-инфекцией.

- Что ему теперь делать?



КСТАТИ!

В процессе занятия задавайте учащимся вопросы, побуждающие к дискуссии и обмену мнениями.

Вопросы для обсуждения:

- Случается ли такое в реальной жизни?
- Почему Иван рассуждает как ребенок, ведь одного раза бывает достаточно, чтобы заразиться ВИЧ-инфекцией и гепатитами?
- К каким другим проблемам это приводит?
- Каковы истинные причины этих проблем?
- Почему опасен даже один укол наркотика?
- Можно ли было что-то сделать, чтобы такая ситуация не возникла?
- Почему Иван подверг себя риску заражения гепатитом, а возможно еще и ВИЧ-инфекцией?
- Почему старшеклассники предложили попробовать Ивану наркотик, ведь они наверняка знали, к чему это может привести, т.к. они почти все уже переболели гепатитом?
- Могут ли с тобой поступить таким же образом твои приятели или незнакомые люди?
- Почему лучше отказаться один раз, чем пытаться сделать это всю жизнь?
- Назовите причины, по которым в подобной ситуации следует решительно сказать: "Спасибо, нет".
- Самая главная из них?
- Какова Ваша модель поведения в аналогичной ситуации?
- Что Вы думаете на счет высказываний, что - это не наркотик, и к чему эти уговоры со стороны старшеклассников попробовать, хоть один раз?

- Как вы думаете, сколько времени понадобится теперь, чтобы выяснить произошло заражение только гепатитом или в дополнение к нему еще занесли и смертельный вирус иммунодефицита?

- Кто поможет Ивану в этой ситуации?

- Кому следовало бы рассказать о происшедшем?

- Если к Вам обратиться друг или подруга с просьбой о помощи, чтобы Вы порекомендуете сделать в подобном случае?

Литература:

1. Журнал «Будь здорова». Тараненко В.И. Почерк, портрет, характер. medportal.ru/budzdorova/relation/544/.
2. Сарабьян Э.А. Научитесь говорить так, чтобы вас услышали. М., Наука, 2009.
3. Панасюк А.Ю. Как убеждать в своей правоте. М., Наука, 2008.
4. Искусство тактично сказать «НЕТ» | Selfhacker.ru
selfhacker.ru/2008/05/iskusstvo-taktichno-skazat-net/
5. Мой выбор: методическое пособие по воспитательной работе./ Правдина О.В. и др. – М.: Ижица, 2002.

Ролевая игра:
«Причины и последствия экспериментирования с
наркотиками»
Сценарный план

Ролевая игра, содержание которой направлено на то, чтобы подготовить подростков к возможной встрече с наркотиками, чтобы они оказались готовы, столкнувшись с этой проблемой, разработать свою безопасную модель поведения, не позволяющую вовлечь их в наркоманию.

Цель игры - повышение осведомленности учащихся о серьезных последствиях приема наркотиков; формирование ответственного отношения к своему здоровью и позитивной стереотипной ориентации против наркотиков.

Требования к подготовке учащихся:

Учащиеся должны знать:

- какие истинные причины заставляют наркодельцов привлекать к наркотикам детей и подростков;
- почему некоторые их сверстники становятся наркоманами.

Навыки: выработка устойчивости к психологическому воздействию сверстников и навыков принятия ответственных самостоятельных решений;

Моральные ценности и чувства:

Будущий риск заражения ВИЧ-инфекцией несравненно более опасен, чем потеря малознакомых приятелей и оценивающие взгляды Кати, страдающей шприцевой наркоманией.

Поддержка: Трудно ли было избежать данной рискованной ситуации?

Сможете ли Вы предвидеть причины, побудившие Катю пригласить Андрея на заранее спланированную вечеринку?

Ход игры:

Разделите всех присутствующих по 3-4 человека для обсуждения вопросов.

История

На дискотеке Андрей познакомился с девушкой Катей. Он восторгался ее привлекательностью и манерами общения. На следующий выходной она предложила сходить вместе с ней на вечеринку к ее подруге, якобы на день рождения. Так впервые Андрей оказался в компании незнакомых ему людей. Один из друзей принес приспособления для приема наркотиков путем инъекций. Все присоединяются к нему и, как кажется, хорошо проводят время. Катя тоже среди них, и она зовет Андрея присоединиться к ним. Андрей знает, что так легко заразиться ВИЧ-инфекцией. Он не хочет присоединяться к Кате и ее друзьям, но никак не решится это сделать, чтобы не показаться «белой вороной» в глазах Кати. Тогда Катя стала уговаривать, обрисовывая картину рая после приема наркотика. Андрей не в силах был что-то возразить. Но чувствовал, что жизнь его стоит дороже этих сомнительных удовольствий. В ответ Катя, обидевшись на отказ, удалилась к друзьям. Андрей решил покинуть эту компанию.

и ВИЧ-инфекцией.

А Вы уверены, что проявите волю и не попадете в беду, отказавшись попробовать наркотик в компании?

Сможете отказаться и заявить решительно: «Спасибо, нет»?

Для дискуссии учащимся задаются следующие вопросы:

- Случается ли такое в реальной жизни?
- Чем это может закончиться?
- Что для Вас более значимо: ваша жизнь, здоровье, мнение сверстников или кого-то еще?
- Можно ли было что-то сделать, чтобы такая ситуация не возникла?
- Назовите аргументы, которые могут быть использованы для того, чтобы пристрастить «новенького» к наркотикам?

Возможны следующие варианты ответов - записываются на доске:

- чтобы расслабиться;
- ощутить новые впечатления;
- для вдохновения;
- ради любопытства один раз попробовать;
- для того, чтобы снять напряжение.

К чему приводит употребление наркотиков?

- к смерти от передозировки или добавок в дозу стрихнина или чего-то еще;

- к деградации;
- к ВИЧ-инфекции;
- к гепатитам;
- к туберкулезу,
- к септическому поражению сердца и др. тяжелым болезням;
- к связям с преступным сообществом.

Обычно негативных последствий оказывается значительно больше, что позволяет наглядно оценить степень риска. В заключение целесообразно дать статистические данные и дополнительную информацию, развенчивающие мифы о наркотическом рае.

Распространение наркомании в России относят сегодня к проблемам национальной безопасности, поскольку в первую очередь наркотики угрожают судьбе подростков и молодых людей. Опасность нынешней ситуации - резкое снижение «возрастного ценза» приобщения к наркотикам. Оно начинается с 13-15 лет, но есть случаи формирования наркозависимости у 8-9 и даже у 6-летних детей. Конечно, это скорее исключение, чем правило, но факт остается фактом: идет резкое омоложение больных наркоманией. Возник даже новый термин - наркотизация молодежи. Не секрет, что в России сформировалась мощная наркомафия, имеющая колоссальные доходы от промысла, и, естественно, заинтересованная в расширении круга наркопотребителей. Статистика показывает, что в среднем один наркоман,

чтобы обеспечить себе дозу, втягивает от 10 до 15 человек. Наркодельцы блестяще промышляют и в подворотнях, и в самых престижных школах, и на дискотеках, детских тусовках. Объектами их интереса становятся не только дети высокопоставленных лиц, но и обычных семей. Можно ли развеять мифы и легенды о наркотиках, не экспериментируя с ними ради естественного любопытства? Зачем тебе это? Неужели твоя жизнь стоит так ничтожно мало - всего несколько доз?

Невозможность отказаться от наркотиков - удел слабых, поэтому в приобщении детей и подростков к наркотикам определяющую роль играет недостаточность личности:

- незрелость воли,
- интеллекта,
- уязвимость к стрессу и эмоциям.

Риск приобщения к наркотикам возрастает, особенно в тех случаях, когда Вы подвергаетесь стрессовым воздействиям:

- при появлении трудностей при обучении в учебном заведении;
- ссоре с родителями;
- в процессе приобщения к массовой молодежной субкультуре,
- когда в трудную минуту рядом оказывается «спаситель», предлагающий бесплатно попробовать наркотик, чтобы снять стресс и отодвинуть проблемы на задний план.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Анкета

«Отношение к наркотическим средствам»

Уважаемые респонденты (школьники, студенты)!

Студенты-волонтеры Самарского медицинского колледжа им. Н.Ляпиной проводят исследование по проблеме наркомании. Просим Вас искренне ответить на наши вопросы. Анкета анонимная. Благодарим за ответы!

1. Ваш возраст: _____

2. Пол: _____

3. Вы пробовали наркотические препараты?

- да
- нет

4. Что послужило поводом попробовать наркотическое средство?

- компания
- желание ощутить новые ощущения
- семейные проблемы
- другое - ...

5. Если Вы не пробовали наркотические вещества, что Вас от этого удержало?

6. Ваши друзья употребляют (употребляли) наркотики и что послужило поводом для этого?

7. В настоящее время Вы (друзья) употребляете наркотики?

- да
- иногда
- бросил
- пробовал только один раз

8. Если на вопрос 7 Вы ответили – бросил, то, что послужило поводом?

- друзья

- родители
- собственное сознание
- другое - ...

9. Как Вы думаете, широкий доступ к наркотическим веществам влияет на рост потребления наркотиков в студенческой среде?

- да, влияет
- нет, не влияет
- затрудняюсь ответить

10. Что могло бы заставить Вас (друзей, знакомых) бросить употреблять наркотические средства?

11. Какими бы методами Вы пользовались, чтобы Ваше окружение не начало или перестало употреблять наркотики?

12. Как Вы считаете, отразится ли употребление наркотиков женщиной на здоровье её будущего ребёнка и как?

13. Как Вы думаете, борьба с наркоманией имеет смысл?

К сожалению, наркотики уже давно стали частью современной жизни. Этот буклет предназначен для тех, кто хочет иметь объективную информацию о наркотиках и о последствиях их употребления, для тех, кто не желает подчинить свою жизнь воле случая или воле других людей, для тех, кто, прежде чем сказать «Да» или «Нет» привык думать.

НАРКОТИКИ — это вещества растительного и синтетического происхождения, при употреблении которых развивается психическая и физическая зависимость.

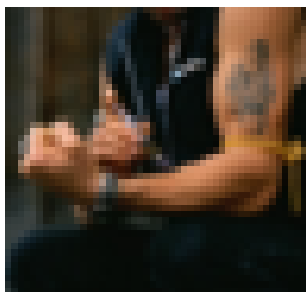
ПСИХИЧЕСКАЯ зависимость — непреодолимое желание принять наркотик и получить высшую степень удовольствия - «кайф».

ФИЗИЧЕСКАЯ зависимость возникает, когда организм включает наркотик в процесс обмена веществ и не может существовать без него. Человек ощущает слабость, разбитость, болезненное состояние, абстинентный синдром (боль, нарушения сна, жжение, тошнота, рвота).

ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАРКОТИЧЕСКОЙ

ЗАВИСИМОСТИ.

1 ЭТАП: «Я ПРОСТО БАЛУЮСЬ».



На этом этапе человеком движет любопытство:

«А как это»? «А что это?»

Он думал так:

...в жизни всё надо попробовать...

...один раз это не страшно...

ЗАПОМНИ!

Даже однократное

употребление наркотика может привести к зависимости.

...я буду контролировать себя...

...я сильный, буду держать себя в руках...

...те, кто стали наркоманами — слабые и безвольные...

...ведь друг сказал, что он колет, и всё о кей...

...чем я хуже других...

...когда почувствую, что начинается зависимость — брошу...

...от этого вещества

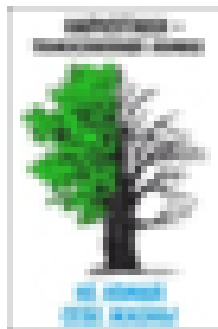
зависимости не бывает...

...А возможно он не думал вообще...

Вначале самые сильные ощущения.

Затем мозг

постепенно привыкает к вмешательству в свою работу и не реагирует бурно. Возникает зависимость.



2 ЭТАП «МНЕ НРАВИТСЯ».

Человек планирует и контролирует своё употребление наркотиков. Появляются новые

знакомые с такими же интересами. Наркотики применяются на вечеринках, днях рождениях, при жизненных трудностях, по различному поводу. Прежние дозы не приносят желаемого эффекта. Доза увеличивается.

ПОМНИ!

ГРАНЬ ЭТОГО ЭТАПА ТОНКАЯ.

НАРКОТИКИ КОВАРНЫ.

И ТЫ УЖЕ НА КРАЮ ПРОПАСТИ.



3 ЭТАП «МНЕ СЕГОДНЯ ПЛОХО».

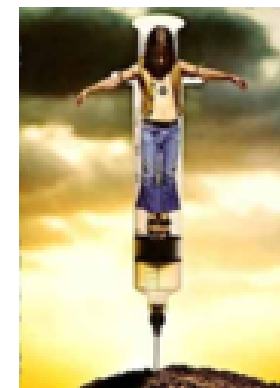
На этом этапе у человека после употребления наркотика появляются:

- депрессия;
- резкая смена настроения;
- раздражительность;
- головные боли;
- головокружения;
- нарушение координации;
- внезапное повышение давления;
- галлюцинации;
- плохое физическое состояние;
- наркотики не приносят прежнего удовольствия;
- проблемы с учёбой, работой;
- все деньги тратятся на наркотики;
- появляются долги;
- человек крадёт вещи, деньги.

Связав свою судьбу с наркотиками, ты ставишь себя вне закона.

4 ЭТАП «Я НЕ ХОЧУ ЖИТЬ».

- постоянная потребность в
- жизнь
- наркотику;
- способен на преступления
- рушатся устои;
- деградирует
- похудание, веса составляет 40кг;
- венерические заболевания;
- выпадение волос, ломка ногтей;
- следы нагноений, рубцы, инфильтраты;
- вялость, утомляемость;



наркотике; подчинена

любые ради дозы; моральные

личность; дефицит до 30 —

- эгоцентризм, пренебрежение интересами самых близких людей;
- психическая опустошенность;
- утрата профессиональных навыков;
- рассеянность, затруднения концентрации внимания, нарастающие расстройства памяти, мышления;

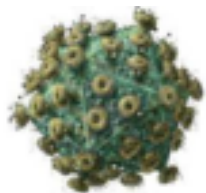
- жизнь утрачивает смысл, мысли о самоубийстве.

Большинство потребителей наркотиков доживших до этого этапа погибают от сепсиса, токсического гепатита, передозировки.

Опасность наркотика состоит ещё и в том, что при внутривенном употреблении ты можешь заразиться **ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ** **ВИЧ** – это вирус иммунодефицита, разрушающий



иммунную систему. Человек беззащитным заболеванием. ВИЧ позитивных



систему. становится перед любым Большинство в России – это

потребители внутривенных наркотиков. Заражение происходит при использовании общих шприцов, игл, заборе наркотика из единой ёмкости.

ЗАПОМНИ!

Человек в состоянии наркотического опьянения теряет самоконтроль, у него снижается чувство опасности и как следствие это приводит к незащищенному сексу. На любом этапе употребления наркотиков у человека резко повышается риск инфицирования ВИЧ-инфекцией и гепатитами В, С не только парентерально, но и половым путём

ЗАЩИТИ СЕБЯ ОТ СПИДА И ГЕПАТИТОВ!

ОТКАЖИСЬ ОТ НАРКОТИКОВ!

Теперь, когда ты знаешь, что такое наркотики, каковы последствия их употребления, ты можешь самостоятельно решить – стоит ли ради них рисковать своей **ЖИЗНЬЮ**.

ПОМНИ!

Наркотики являются непреодолимым препятствием для развития полноценного, здорового человека.

НИКОГДА НЕ ПРИКАСАЙСЯ К НАРКОТИКАМ!



**ЗДОРОВЬЕ,
РАДОСТЬ ЖИЗНИ В
ТВОИХ РУКАХ!**

**ГДЕ ТЕБЕ
ПОМОГУТ.**

Если ты понял, что у тебя появились проблемы с

наркотиками, не откладывай их на потом. Чем раньше будет принято решение, тем скорее ты станешь свободным.

Все виды высококвалифицированной помощи оказываются в областном наркологическом диспансере.

Лечение добровольное, анонимное.

ТЕЛЕФОН: 266-05-45

Автор-составитель: преподаватель инфекционных болезней Кудряшова В.С.

ГОУ СПО САМАРСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ
КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ НИНЫ ЛЯПИНОЙ

ОСТОРОЖНО!



НАРКОТИКИ

Ты жив, здоров и всё у тебя хорошо!

Всё нехорошее начнется в тот момент, когда ты попробуешь наркотик.

МЫСЛИ СТУДЕНТОВ

Как Вы считаете, отразится ли употребление наркотиков женщиной на здоровье её будущего ребёнка и как?

«Отразится. Ребёнок будет больным и не сможет жить счастливо и долго».

«Конечно, отразится. Приём наркотиков мамой повлияет на ребёнка не только со стороны здоровья (нарушение ЦНС), но и разовьётся зависимость у ребёнка и будет с рождения испорчена репутация».

«Да, отразится, так как наркотики воздействуя на организм матери, повлияют на беременность, на её течение, а значит и на будущего ребёнка».

«Да отразится на ребёнке, сформируются пороки и аномалии развития».

«Конечно, известно, что у женщин употребляющих наркотики, рождаются дети с наркотической зависимостью, а как влияют наркотики на организм взрослого человека известно, а на здоровье ребёнка в 5 раз хуже».

«Да отражается. Умственная отсталость, многочисленные пороки. Так же наркомания передаётся по наследству».

«Конечно. Нормальная женщина, которая хочет родить здорового ребёнка, не будет употреблять наркотики. Мне больше жаль детей, рождённых от таких мам, они ведь рождаются больными, а жизнь их – детский дом».

«Безусловно. Ребёнок не получит нужного внутриутробного развития. Родится уродом».

«Я думаю, в большей степени отразится на нервной системе ребёнка, но могут быть затронуты и другие органы и системы».

«Да. Нервные и физические отклонения у детей. Пороки, болезни, уродства».

«Ребёнок часто рождается недоношенным или вообще погибает».

«Конечно, отразится. Дети будут отставать в развитии, как ума, так и

физически, у таких детей часто развиваются заболевания».

«Да, безусловно. У ребёнка будут аномалии развития, снижение умственной, физической активности, снижение иммунитета, склонность к употреблению наркотиков в будущем».

«Считаю, что, да, так как на организм человека влияет всё, что когда-либо было употреблено. Женщина должна думать не только о себе, но и о будущем ребёнке».

«Ребёнок может родиться - уродом, дальнейшая жизнь будет без матери, без внимания, его будущее неизвестно, скорее всего, пойдёт по её дороге».

«Отразится 100%. Если она не думает о своём здоровье, значит, не уважает себя. Что можно говорить о ней? Мне жалко этих детей»!!!

«Да, отразится. Патологическое состояние у ребёнка, он мучается, и всю жизнь нужно будет ухаживать за ним».

«Да, отразится. Даже если он родится без видимых врождённых дефектов, может быть отставание в умственном, физическом развитии. Ребёнок рождается с тяжёлой интоксикацией, наркотической зависимостью».

«У матери могут быть выкидыши, кровотечения. Дети с уродствами, психическими отягощениями».

«Дети рождаются уродами, с пожизненной инвалидизацией».

«У ребёнка может быть наркотическая зависимость уже при рождении».

«Да, отразится. Ребёнок может быть ВИЧ-инфицированным».

«Да, отразится. Ребёнок может родиться недоразвитый».

«Ребёнок может быть наркотически зависимым, ВИЧ-инфицированным».

«Обязательно!!! В первую очередь влияние на ЦНС, может развиваться наркотическая зависимость, а так же заражение ВИЧ-инфекцией, гепатитами».

Что могло бы заставить Вас (друзей, знакомых) бросить употреблять наркотики?

«Создание семьи. Вера в себя».

«Создание семьи, здоровье в будущем».

«Забота о будущем, о здоровье».

«Страх смерти».

«Я не пробовала, поэтому не знаю».

«Родные, друзья».

«Наркотики не понравились».

«Сильный болевой синдром».

«Ничего».

«Ничего не может».

«Цель в жизни, если есть к чему стремиться».

«Пример последствий приёма наркотиков».

«Не знаю».

«Желание жить полноценной здоровой жизнью, среди нормального окружения».

«Родители и собственное сознание».

«Пример других – наглядный, задумываешься о семье и понимаешь, что слишком их любишь, чтобы пойти на это, и хочется завести свою нормальную семью».

«Наркотический диспансер, родители, друзья».

«Помощь близких людей. Лечение или хотя бы беседы у психолога».

«Появление других интересов, увлечений, цели в жизни».

«Я с этим никогда не сталкивалась, поэтому мне трудно ответить на этот вопрос».

«Страх, связанный с последствиями длительного употребления наркотиков».

«Желание учиться и достигать какие - либо вершины. Научиться жить и веселиться без наркотиков».

«Подумает о близких людях и откажется сам».

«Желание иметь нормальных детей».

«Никогда об этом не задумывалась, думаю хорошие отношения с родителями».

«Изменившаяся обстановка в семье».

«Я не употребляю».

«Если бы я употребляла – пример на другом человеке, последствия для него»!

«Интересное время препровождение, чтобы на наркотики не было ни времени, ни желания».

«Не знаю. Семья».

«Жажда жизни и любовь близких людей».

«Не знаю, может быть, помощь близких и друзей не обвинения в этом, а попытка понять и помочь изменить ситуацию».

«Семья».

«Зависимость. Гибель организма».

«Проблемы со здоровьем. Моя семья».

«Мысли о будущем, о детях, о счастливой семье».

Какими бы методами Вы пользовались, чтобы Ваше окружение не начало или перестало употреблять наркотики?

«Предложила бы более полезные увлечения, а не наркотики».

«Проведение лекции по ЗОЖ».

«Забота о будущем, о здоровье».

«Заставила задуматься о будущем».

«Не знаю».

«Показывать фильмы о наркоманах (какие последствия принятия наркотиков, что с ними происходит). Беседы с бывшими наркоманами».

«Не знаю».

«Поддерживала, водила в больницу, просила бы бросить».

«Внушение человеку, что это не приведёт ни к чему хорошему».

«Санпросветработа».

«Не знаю».

«Приводила бы примеры из жизни».

«Во-первых – прекратить доступ наркотиков, во-вторых – снять фильм и показать какие могут быть последствия употребления наркотиков».

«Больше информации о последствиях употребления наркотиков».

«Занятия спортом, обеспечение своего досуга более интересными занятиями».

«Беседовала бы с ними о жизни! И проводила санпросветработу».

«Никакими методами, это их жизнь...даже связываться с этими людьми не собираюсь».

«Показала бы детей, которые рождаются от таких матерей. Прочитала бы лекцию на эту тему. Выпустила бы санбюллетень. Поделилась бы статистическими данными, которые имеются на данный день».

«Всё на примерах строится. Мои знакомые курят траву и не считают это наркотиками или чем-то вредным, хотя я всегда против, и не поддаюсь этому, общему течению, всегда высказываю своё мнение и пытаюсь им доказать, что это не есть хорошо».

«Не знаю, не сталкивалась».

«Работа милиции, арест продавцов наркотиков, пропаганда ЗОЖ».

«Объяснить, что это вредно, Бессмысленное причинение вреда своему здоровью».

«Мне кажется, нужно проводить с ними беседы, найти ту проблему, которая, привела их к этому, вместе с ними решить её, поговорить с родителями, показать специалистам».

«Показывать фильмы об этом, действующие психологически. Беседы с врачом. Снижение доступа к наркотикам».

«Я бы не общалась с таким окружением».

«Закрывать доступ к получению наркотиков, показать весь ужас

последствий употребления наркотиков. Влияния близких».

«Не знаю».

«Проводить беседы, лекции с молодёжью, со школьниками».

«Изоляция людей, переезд в другой город, страну. Грамотный подход к каждому случаю».

«Должна быть сила воли у человека, насильно никто не заставит употреблять, будут употреблять слабые люди, хотя я не знаю, как бы поступила, оказавшись в трудной ситуации, правда не знаю».

«Примеры на других, убеждения в плохих последствиях наркотиков».

«Контрагитация и критика, а также альтернатива наркотикам».

«Не знаю, у моих друзей, слава богу, есть мозги».

«Воспитание и только воспитание, развивать у детей таланты, постоянно беседовать и находить другие увлечения: театр, музей и т. д.».

«Беседы».

«Лекция, беседа на тему наркомании. Последствия после употребления наркотиков».

«Убеждения. Приводить многочисленные примеры и показывать их».

Как Вы думаете, борьба с наркоманией имеет смысл?

«Нет бывших наркоманов, не бывает, если человек начал употреблять наркотики, значит, он сам хотел... и пока сам не захочет избавиться от зависимости, борьба не имеет смысл».

«Да, нация будет более здоровой».

«Это актуально, проблема человечества и с ней должна вестись соответствующая борьба».

«Имеет большой смысл. А главное нужна грамотная пропаганда здорового образа жизни, информированность молодёжи».

«Всё в этой жизни имеет смысл. Просто наша страна с непонятными понятиями. У неё человек–наркоман, как смертник. Нам надо изменить подход к жизни, а это очень трудно».

«Да имеет! Если не бороться с этим, то наркомания будет пожирать всё больше людей».

«Да имеет. Только мне кажется, что борьбы никакой не ведётся».

«Конечно, имеет, если в этой борьбе участвует молодёжь, а так же люди, которые избавились от наркотической зависимости».