

Конспект мероприятия

Тема: **Профилактика алкоголизма среди учащихся**

Цель: снижение риска приобщения учащихся к употреблению спиртных напитков.

Задачи:

1. создать атмосферу доверия, взаимного уважения и взаимопонимания группы;
2. дать правдивую информацию о спиртных напитках, последствиях их употребления и влияния на все сферы жизни человека;
3. Отработка навыка умения сказать «нет» в ситуациях, когда подростку предлагают спиртное.

Используемые формы работы:

Дискуссия, ролевая игра, мозговой штурм, тренинг по тренировке технологии «отказа».

Ход занятия

1. Приветствие

Ребята сидят в круге.

Ведущий предлагает ученикам разделить на две группы «европейцев», «японцев».

Инструкция:

Каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»:

«европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются.

Это упражнение способствует положительному эмоциональному настрою, заряжает группу положительной энергией.

1.2. Разминка.

Упражнение на сплочённость группы.

Ведущий предлагает ребятам разминку на тему: «В чём мне повезло в этой жизни?»

Инструкция:

Ведущий предлагает участникам группы разбиться по парам. В течение двух минут рассказать своему партнеру о том, в чем вам повезло в этой жизни. Через две минуты поменяться ролями.

После упражнения проводится короткий обмен впечатлениями, обсуждение.

Это упражнение помимо собственной ценности, повышает уровень жизненного оптимизма, создаёт хороший настрой на работу.

2. Актуализация цели проводимого мероприятия.

Ведущий: «Ребята, мы встретились для того, чтобы вместе с Вами поразмыслить над теми проблемами, которые есть в нашей жизни, вместе с Вами найти пути их разрешения. За время занятия Вы лучше узнаете самих себя, сможете принять правильное решение и противостоять предложению о принятии алкоголя.»

3. Принятие правил работы группы в группе.

Правила группы.

(правила написаны на плакате).

1. Давать возможность высказаться.
2. Каждый говорит от своего имени.
3. Безоценочность и уважение.
4. Активность.
5. Правило «Стоп».
6. Правило обратной связи.
7. Здесь и сейчас.
8. Слова не переходят в действие.

Основные правила работы ведущего в группе:

- поддерживать самооценку участников;
- создавать благоприятную групповую атмосферу на основе доверия и принятия друг друга;
- обеспечить безопасность самораскрытия детей.

4. Тренинг

Ведущий: «Ребята, Вы, наверное, не раз сталкивались с людьми, которые употребляют алкоголь. вспомните и назовите те чувства, которые Вы испытываете, сталкиваясь с такими людьми».

Задание: Выбираем секретаря, выписываем на доску утверждение детей. На доске: жалость, страх, злость, бессилие, ненависть, и так далее (предлагаемые ответы учащихся).

Чувства, перечисленные Вами противоречивы. Одни относятся к пьющим людям, как к больным, другие как к преступникам. Давайте вместе с вами обсудим, что знаете о последствиях употребления алкоголя.

5. Продвинутая лекция с использованием информационных технологий.

Ведущий: Рассмотрите этот набор фотографий, изображающих людей находящихся в состоянии алкогольного опьянения.

Ведущий дополняет и обобщает информацию.

Последствия употребления алкоголя:

1. Социальные:

ДТП, потеря работы, распад семьи, преступления

2. Органические последствия:

Дети, рожденные от алкоголиков, могут иметь следующие патологии: умственное недоразвитие, отставание в массе тела, болезни сердца, анемия костей и суставов.

Цирроз печени – это омертвление клеток печеночной ткани, в 70% алкогольного происхождения.

Воздействие на головной мозг.

Снижение мыслительной способности.

3. Психические последствия.

Суициды – каждое пятое самоубийство на почве пьянства.

Деграция личности – раздражительность, злость, агрессивность, безответственность.

4. Псевдоположительные эффекты:

успокоение, расслабление, подъём настроения.

5. Псевдолечебный эффект

в результате расширения сосудов возникает кратковременное согревание организма, при этом идет избыточная отдача тепла в окружающую среду с последующим переохлаждением.

Признаки формирования болезни:

1. Расширения круга поводов для выпивки;
2. Нарастание частоты выпивок;
3. Ослабление ситуационного контроля;
4. Рост личной переносимости дозы алкоголя от 50-100 мл. водки до 300-400 мл. т.е. минимум в 5 раз;
5. Утрата защитного рефлекса на возросшую дозу спиртного;
6. Утренняя забывчивость;
7. Усилия симптомов плохого самочувствия на следующее утро после выпивки;
8. Смертельная доза для взрослых 6-8 грамм на 1 килограмм веса, для ребёнка 1-2 грамма на 1 килограмм веса.

Болезнь – зависимость – возникает в связи с систематическим потреблением алкоголя, проявляется запоями, обязательным опохмелением. При отмене вина появляется

дискомфорт, депрессия с потребностью вновь выпить, самостоятельно без алкоголя человек не может успокоиться.

Инструкция.

Ведущий предлагает учащимся выявить причины употребления спиртных напитков сверстниками.

6. Мозговой штурм.

Ребята свободно высказываются по поводу причин, побуждающих человека употреблять алкоголь.

Секретарь фиксирует на доске ответы.

ведущий поощряет активность всех учащихся.

Примерные ответы:

- человек употребляет алкоголь потому, что это помогает ему: снимать барьеры в общении, удовлетворять свое любопытство, снимать напряжение и тревожность, стимулировать активность, следовать принятой традиции и так далее.

Ведущий подводит итог и делает обобщение. Вопросы ведущего:

Что было трудно?

Были сделаны какие-то открытия?

В ходе обсуждения главное внимание обращается на то, какие человеческие потребности якобы удовлетворяются с помощью алкоголя?

Если другие способы достичь того же эффекта? Например, человек употребляет алкоголь, чтобы снять психическое напряжение. Это же можно достичь при помощи физических упражнений, прогулок, посещения дискотеки, разговора с другом и так далее.

6. Ролевая игра.

Ролевая игра направлена на отработку навыка сказать «нет».

Ход игры.

Двое желающих принимают на себя роли, юноша и девушка встретились на квартире у молодого человека, пока родителей нет дома. Уговаривающей стороной может быть парень, а отказывается девушка; предполагается, что между ними имеется симпатия. Продолжительность такого взаимодействия 10-15 минут. По окончании игры остальные участники дают «обратную связь» девушке, которая отказывалась, с целью выявить моменты, наиболее удачные в плане отстаивания своей позиции, и то, что было неубедительно. Обсуждение вопроса: «Что из полученного во время игры опыта Вы перенесли бы в свою жизнь и как?»

Игры служат развитию самостоятельности, подкрепляют уверенность в собственных силах.

Игры предполагают апробирование нового для себя в данной ситуации.

8. Участникам предлагается пройти анкету.

Данная анкета предлагается всем учащимся с целью опроса и получения информации об отношении учащихся к проблеме алкогольной зависимости для последующего анализа.

Дорогой друг! Предлагаем Вам дать ответы на перечень вопросов, которые помогут более полно представить Ваш взгляд на проблему алкогольной зависимости. Внимательно прочитайте вопросы и напишите или подчеркните, отметьте значком свой вариант ответа. Важно, чтобы выбранная позиция наиболее полно отражала Ваш личный взгляд на данную проблему. Заранее благодарим за участие.

Расскажите, пожалуйста, о себе:

Ваш возраст, пол? _____

1. В каком возрасте вы впервые попробовали алкогольный напиток?

2. По чьей инициативе вы пробовали алкоголь?

3. В каких ситуациях или по какой причине вы употребляете спиртные напитки?

4. Как часто вы употребляете спиртные напитки?

5. В каком количестве вы обычно употребляете спиртные напитки?

6. Какие спиртные напитки вы употребляете? _____

7. Большинство из ваших друзей употребляет спиртные напитки?

8. Опасно ли употребление спиртных напитков для вашего здоровья?

9. Какой образ жизни, на ваш взгляд, является привлекательным, престижным?

10. Как избежать алкогольной зависимости человеку, употребляющему алкоголь?

Ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы:

11. Каковы Ваши мотивы употребления спиртных напитков?

Варианты ответов:

11.1. - не употребляю

11.2. - хочется быть взрослым

11.3. - для храбрости

11.4. – стесняюсь отказаться

11.5. – боюсь показаться трусом

11.6. – привлекает ритуал выпивки,

праздничность обстановки

11.7. – не хочется прослыть скрягой

11.8. – быть как все в данной компании

11.9. – за компанию

11.10. – другое

12. В чем видите причину пьянства среди молодежи?

Варианты ответов:

12.1. – рекламирование вина и пива

12.2. - отрицательный пример взрослых

12.3. – отсутствие интересов,

неумение занять себя

12.4. – конфликтная ситуация дома

12.5. – влияние друзей, компании

12.6. – устойчивость пьяных традиций и обычаев

- 12.7. – пью, потому что продают спиртное
- 12.8. – отсутствие силы воли, неумение отказаться от предложения спиртных напитков
- 12.9. – потому что спиртные напитки помогают жить
- 12.10. – безнаказанность за первые выпивки
- 12.11. – отсутствие мест отдыха для молодежи
- 12.12. – другое

13. Что Вы считаете наиболее действенным в борьбе с пьянством и алкоголизмом?

Варианты ответов:

- 13.1. – введение «сухого закона»
- 13.2. – усиление мер уголовного воздействия за преступления и правонарушения, совершенные в пьяном виде
- 13.3. – сокращение доступности спиртных напитков за счет вынесения пунктов их продажи из зоны отдыха и учебы молодежи
- 13.4. – создание общества трезвости в учебных заведениях
- 13.5. – введение курса лекций по пропаганде трезвого образа жизни
- 13.6. – создание системы профилактической работы по борьбе с пьянством
- 13.7. – целенаправленная и последовательная пропаганда трезвости
- 13.8. – издание литературы по профилактике пьянства и алкоголизма
- 13.9. – подключение средств массовой информации к пропаганде трезвого образа жизни
- 13.10. – увеличение выпуска средств наглядной агитации о вреде потребления алкоголя
- 13.11. – расширение сети молодежных безалкогольных баров, кафе, дискотек, клубов
- 13.12. – другое

14. Какие меры борьбы Вы считаете наиболее действенными по борьбе с пьянством в учебном заведении?

Варианты ответов:

- 14.1. – отражение случаев злоупотребления алкоголем в стенной печати, радиогазете
- 14.2. – беседы с администрацией учебного заведения
- 14.3. – административные взыскания
- 14.4. – обсуждение на заседаниях ИДН
- 14.5. – обсуждение профилактики
- 14.6. – штраф родителям
- 14.7. – осуждение за мелкое хулиганство
- 14.8. – отстранение от мероприятий развлекательного и познавательного характера (дискотеки, лагеря отдыха, экскурсии)

15. К какой из нижеперечисленных категорий Вы себя относите?

Варианты ответов:

- 15.1. – трезвенник
- 15.2. – сочувствующий
- 15.3. – любитель выпить
- 15.4. – пьяница
- 15.5. – больной алкоголизмом

16. Как Вы сами относитесь к пьяницам и любителям выпить?

Варианты ответов:

- 16.1. – с отвращением и негодованием
- 16.2. – с сожалением
- 16.3. – терпимо
- 16.4. – безразлично
- 16.5. – с недоумением
- 16.6. – с юмором
- 16.7. – другое

В заключение тренинга участники в общем круге тесно держаться за плечи друг друга. Смотрят друг на друга и воспринимают своё сплочение. Далее круг с минуту раскачивается вправо-влево. В конце все хором произносят по команде ведущего «Молодцы!» «До свидания».

Список литературы.

1. Моисеев А.П., Добролюбов А.В., Куковенко Е.П., Левицкая Е.А. Профилактика потребления ПАВ среди детей и подростков.

Методическое пособие для социальных педагогов. Н. Новгород, 2004.

2. Нелидов А.Л., Попова Т.А., Леднева Л.В. Программа семинара- тренинга подготовки учащихся-волонтеров «Миссия доброй воли!» по областной программе «Профилактика асоциального поведения среди детей и молодежи». Н. Новгород, 2007.

3. Шпаков А.О. Алкоголизм, Наркомания. Токсикомания, Курение. Природные и бытовые яды. Справочник для родителей и детей. СПб.: Зенит, Энергия, 2000.