**Умей сказать «НЕТ!» дурману**

/диспут-беседа по проблемам наркомании/

Подготовила:

Г.А. Мариева зав. сектором массовой

и информационно-молодёжной работы

**Ход мероприятия:**

**Ведущий:** Люди с незапамятных времен пытались научиться летать, как птицы. Одержимые этим желанием, они придумывали различные приспособления для полета: самолеты, дирижабли, космические корабли. Почему люди хотели летать? Потому что мысль о полете не была связана с мыслью о плохом, потому что завидовали птицам, их свободному и легкому парению.

Вопросы к учащимся

- Полет приносит удовольствие или нет?

- Кто летал во сне или в самолете, или прыгал на батуте?

- Какие ощущения при этом были?

**Ведущий:** Многие согласятся, что по­лет доставляет удовольствие, приятное ощущение свободы, взывает чувство легкости, радости, веселья.

Вопросы к учащимся

- Кто падал? В каких ситуациях это происходило? (На катке, когда было скользко на улице и т. д.)

- К чему может привести па­дение с большой высоты? (Тяжелое увечье, смерть, инвалидность.)

Вывод: полет хорош лишь тогда, когда он не несет в себе опасности. А если в кон­це полета ждет травма или ги­бель, то это не полет, а падение.

**Ведущий:** В то время как одни люди придумывали летательные аппараты, чтобы получить в полете прилив радости и веселья, другие придумывали химические вещества, способные вызвать такие же ощущения, как и во время полета: легкость, парение. Эти вещества получили название наркотических.

Вопросы к учащимся

- Скажите, пожалуйста, зачем подростки начинают употреблять наркотики? Зачем им это надо?

Назовем причины употребления наркотиков:

- из любопытства;

- солидарность, чтобы не быть «белой вороной»;

- неумение сказать «нет»,

- назло; не хватает понимания близких;

- неблагополучная семья;

- желание соответствовать определенному образу жизни;

- желание, чтобы тебя считали взрослым;

- незнание того, как на самом деле действует наркотик на психику и организм человека;

- снять боль; - для смелости; желание расслабиться;

- для кайфа и т. д.

**Ведущий:** Ребята, что можно сделать, чтобы решить те же самые проблемы, поднять себе настроение, получить радость, расслабиться, не употребляя ПАВ?

(**Ребята называют:** - попеть; - встретиться с друзьями; - послушать музыку; - поиграть на компьютере; - сходить в бассейн; - сходить на дискотеку; - посмотреть интересный фильм; - почитать увлекательную книгу и т. д.)

То есть у каждого из вас есть свои способы получения радости.

**Ведущий:** Как известно, в голове у человека вырабатывается гормон радости. Именно благодаря этому гормону вам прият­но, когда вы получаете хорошую отметку на уроке, когда на улице светит солнце, когда вокруг поют птицы и цветут сады. В нормальном состоянии у всех нас настроение то повышается, то понижается и т. д. Мы все живем, подвергаясь этим ко­лебаниям. Ни один человек, даже самый известный, не живет все время в радости, все время в удовольствии, и у него после подъема всегда спад.

И нет таких людей, которые постоянно находятся в состоянии депрессии, у них после спада настроения всегда подъем.

Когда у вас подъем настроения, то обычно жизнь вам кажется прекрасной, у вас нет проблем, и вы не совершаете плохих поступков. Как только настроение падает, вам начинает казаться, что вам досталась самая плохая школа, самые плохие родители т. д. И вот в этот момент очень важно, кто находится рядом с человеком. Если он слышит слова поддержки: все будет хорошо, после черной полосы будет белая и т. д., то ему будет значительно легче выйти из состояния спада настроения, в обратном случае велик риск попадания в компании, употребляющие ПАВ.

Вопросы к учащимся

- Видели ли вы людей на улице, в поселке, которых называют наркоманами? Они веселые или грустные? Какие они?

Вывод: такие люди уже не могут радоваться жизни, потому что нужный гормон вырабатывается у них только при поступлении в организм химических средств - наркотиков.

**Ведущий:** О людях в обществе судят по их поступкам. За плохие человека наказывают: он получает выговор на работе за систематическое опоздание, платит штраф за нарушение правил дорожного движения и т. д.

Употребление наркотиков, конечно, плохой поступок. И человек, начинающий употреблять их, всегда скрывает это от своих близких. Он начинает общаться только с теми, кто употребляет наркотики.

 Вопросы к учащимся

- Каковы признаки действия наркотика на человека?

Человек, употребляющий наркотики, - это обычно развязный, болтливый, чрезмерно расслабленный и приставучий, которому без причины очень весело. Он суетлив и неряшлив. Поведение агрессивное, слабо контролирует свое поведение. У него наруша­ется координация и точность движений, снижаются критическое отношение к поведению и ситуации, инстинкт самосохранения. Наблюдается снижение памяти, внимания и ухудшение зрения.

У наркомана меняется внешний вид. Глаза затуманены, слабо реагируют на свет, он худеет, сильно потеет, усиливается пигментация кожи, появляется общая слабость во всем организме.

И если за плохой поступок человек может попросить прощение и получить его, обещая больше не совершать подобного, то наркоманы не способны самостоятельно избавиться от своей зависимости.

**Ведущий:** Один раз, попробовав дурманящие вещества, человек втягивается и не может остановиться. В чем же проявляется психологическая зависимость от наркотиков?

Во-первых, человек относится положительно к наркотикам и к людям, употребляющим их.

Во-вторых, наркотик становится главной целью его жизни и единственной ценностью.

В-третьих, желание ощутить действие наркотика возникает все чаще, поэтому человек постоянно увеличивает дозу. Наркоману неинтересно все, что интересно нормальным людям. Потому что в состоянии ломки ему нужна только очередная доза, а в состоянии наркотического опьянения ему вообще ничего не нужно.

Вопросы к учащимся

- Как вы думаете: что такое свобода?

Свобода - это отсутствие каких-либо ограничений при осу­ществлении челове­ком его желаний и намерений.

- Может ли быть свободным человек, употребляющий наркотики?

Конечно, нет. Ведь он постоянно думает о наркотике и становится рабом своего желания.

**Ведущий:** Упражнение «Слепой - поводырь». Оно позволяет на собственном опыте почувствовать, что значит быть зависимым. Упражнение проводится в парах. В каждой паре выбирается «слепой» и «поводырь». Инструкция «поводырям»: «Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром». Участники в парах расходятся по комнате (возможен выход за пределы помещения). «Поводырь» ведет «слепого» за собой (или поддерживает его сзади), знакомит его с пред­метами окружающего мира, людьми, интерьером. Через 10 минут участники меняются ролями. После завершения упражнения прово­дится обсуждение. Участники рассказывают, как они чувствовали себя в роли «поводыря» и «слепого», было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру.

Это упражнение рождает много ассоциаций. Кому-то из вас оно может напомнить отношения в классе, во дворе, в компании. Упражнение помогает подростку более отчетливо осознать жизненные роли и свою позицию.

Вопросы к учащимся

- Как вы думаете, кому выгодно продавать наркотики?

Ведущий: Конечно тому, кто имеет от них большую прибыль. Наркотический бизнес, хотя и является нелегальным, - самый прибыльный. Человек, продающий наркотики, чаще всего не употребляет их сам, а предлагает делать это другим. Первый раз наркотик, как правило, дают по­пробовать бесплатно, убеждая, что «это модно», «кайф» и «от одного раза ничего не будет». Но, как обычно, за первой дозой следует продолжение, и мало кому удается выбраться из плена нар­котиков и наркоторговцев.

Наркоман готов на все, чтобы получить наркотик. Он совершает кражи и грабежи и даже идет на убийства. Ведь он уже не может работать, а наркотик нужен ему все в больших количествах. Таким образом, человек, употребляющий нарко­тики, совершает преступления неизбежно. Поэтому, чтобы не совершать преступления и вести жизнь нормального человека, не употребляйте наркотиков.

Известно, что наркомания - удел молодых (4 млн. наркоманов). Наркоманы живут недолго, в среднем продолжительность жизни наркоманов составляет 10-15 лет, старичков среди них нет. Статистика говорит о том, что из 100 заболевших наркоманией выздоравливает только 3%, т. е. из 100 заболевших только 3 человека выживает, все остальные просто умирают. 94 - 96 процентов наркоманов болеют вирусным гепатитом. Многие из них болеют СПИДом.

**Ведущий:** Проведем небольшое анкетирование, которое покажет ваше отношение к данной теме.

**АНКЕТА**

Выберите и подчеркните ваш вариант ответа.

1. Пол: муж; жен.

2. Возраст

3. Выделите ценности, которые важны для вас в настоящий момент:

- друзья, родители;

- любимый, любимая;

- здоровье;

- учеба;

- подруга, друг;

- семья;

- здоровье близких.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Да | Иногда | Нет |
| 4. Ошибаются ли подростки, если:- совершают кражу- провоцируют конфликт или драку - употребляют алкогольные напитки- курят сигареты- курят «план» или употребляют другие наркотики - употребляют нецензурные выражения 5. Вы- курите сигареты- употребляете алкогольные напитки- занимаетесь спортом- хорошо учитесь - курите «план» или употребляете другие наркотики 6. Считаете ли вы опасным для людей:- курение сигарет- употребление «плана»- употребление наркотиков - употребление алкогольных напитков 7. Если вы хотите приобрести нижеуказанные вещества, легко ли вам это сделать?- сигареты- алкогольные напитки- наркотики |  |  |  |

8. Бывают ли в вашей жизни ситуации, которые кажутся вам безвыходными? - постоянно; - иногда; - практически никогда.

9. В ситуации, которая кажется безвыходной, я:

- обращусь к друзьям; - обращусь к родителям; - сам ищу выход; - обращусь к Богу.

10. Сталкивался ли кто-нибудь из вашей семьи с проблемами алкоголя или наркотиков?

- да; - нет.

11.Считаете ли вы, что нужно проводить мероприятия по профилактике наркомании?

- да; - нет; - затрудняюсь с ответом.

12. Ваши родители замечают, когда вы делаете что-нибудь хорошее, и говорят вам об этом?

- никогда; - редко; - часто; - всегда.

13. С кем вы можете поделиться своими мыслями и чувствами, проблемами?

 - с матерью; - с отцом; - ни с кем; - я это делаю вне семьи; - с сестрой.

14. Ваши родители знают, где вы проводите свое свободное время?

- да; - нет; - не всегда.

15. Ситуацию в своей семье я могу оценить как:

- благополучная; - нормальная; - неблагополучная.

16. Родители ограничивают ваше общение с друзьями?

- да; нет; - иногда.

17. Можете ли вы в трудных ситуациях рассчитывать на помощь специалистов (педагога, врача, психолога, юриста)?

 да; - нет; - не знаю.

18. Если ваше мнение не соответствует мнению компании, то обычно вы:

- соглашаетесь с мнением группы; - отстаиваете свою точку зрения; - уходите из компании.

19. Ваш жизненный девиз:

- «Быть первым (лидером)»;

- «Один за всех, все за одного»;

- «Никогда не падать вниз»;

- «Идти по жизни всегда вперед»;

- «Шаг назад и сто вперед»;

- «Бороться, чтобы жить»;

- «Стремиться к знаниям»;

- «Идти в ногу со временем»;

- «Идти вперед, не падать духом в трудной ситуации»;

- «Быть смелым и здоровым»;

- «Будь собой и слушай старших»;

- «Все будет хорошо»;

- «Не напрягайся».

- ваш вариант

Спасибо за ответы!

**Ведущий:** В заключение беседы предлагаем просмотр фильмов «Каждый рассвет - он единственный», «Флирт со смертью», ужасающие кадры, которых заставляют содрогнуться. Вы узнаете о трагических судьбах людей, которые из-за «дури» потеряли все, в том числе самих себя.

Закончим нашу встречу словами И. Бродского: «Нельзя спасти все человечество, но одного человека спасти можно». Ребята, всегда важно помнить о том, что человек в любой ситуации имеет право выбора, и нам хочется, чтобы в своей жизни каждый из вас сделал правильный выбор – НЕТ наркотикам!

**Список литературы:**

1. Моя боль (исповедь наркоманки) // Маруся.- № 5.- 1997.- с. 28-29.
2. Кулинич, Г. Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 8-11 классы /Г.Г. Кулинич.- М.: ВАКО, 2008.- 272 с.
3. Отвагина, Т. В. СТОП! Наркотик / Т.В. Отвагина.- Ростов н/Д: Феникс, 2006.- 256 с.
4. Родионов, А. В. Подросток и наркотики /А.В. Родионов, В.А. Родионов.- Ярославль: Академия развития: 2004.- 192 с.
5. Сказка о тебе и других.- М.: 2005.- 128 с.
6. Свищева, Т. Я. Наркомания стучится в каждый дом / Т.Я. Свищева.- СПб: ДИЛЯ, 2007.- 416 с.
7. Чумаков, Б. Н. Основы здорового образа жизни / Б.Н. Чумаков.- М.: Педагогическое общество России, 2004.- 416 с.