

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования детей»**

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

**Проблемный стол**

**«Умей сказать НЕТ»**

в рамках реализации программы по работе  
с несовершеннолетними группы социального риска «Не оступись!»

Авторы-разработчики:

Алиса Юрьевна Степанова, методист  
Сергей Михайлович Простомолотов, педагог дополнительного образования

Тамбов

2015

**Цель:** профилактика наркомании среди несовершеннолетних.

**Задачи:**

- повысить уровень информированности подростков о проблеме наркомании;
- мотивировать учащихся к сохранению собственного здоровья;
- способствовать формированию активной жизненной позиции «Нет наркотикам».

**Целевая аудитория:** учащиеся старшего школьного возраста.

**Оборудование:** 2 стенда с таблицей «Мнение», светодинамический комплекс «Вредные привычки» (при наличии) или компьютер, проектор, экран и презентация о вреде наркомании, листы бумаги, маленькие и формата А4, фломастеры, карточки с историями из жизни наркоманов, прошедших реабилитацию (2 истории – мужчины и женщины), верёвка 10 м. длиной, подиум, стенд с табличкой в центре надпись «НаркоСТОП», ладошки, вырезанные из цветной бумаги, стулья, столы, микрофоны, музыкальная аппаратура.

**Ход мероприятия:**

### 1. Создание проблемы. Эмоциональный настрой.

Первая часть проблемного круглого стола проходит в кабинете, оборудованном светодинамическим комплексом «Вредные привычки».



**Упражнение «Мнение».** Ведущие встречают участников и дают задание выразить своё отношение к проблеме наркомании, отметив его в таблице «Мнение» (стенд стоит в кабинете) – нарисовать смайлик в одном из столбиков (Приложение 1).

**Знакомство.** Участники садятся в круг, кидают друг другу мяч и называют свои имена, мяч

должен побывать у каждого участника.

**Игра «Ладочки».** Участники кладут свои ладони на колени к своим соседям – слева и справа. Они должны по кругу отстукивать ритм, не сбиваясь, не пропуская очередность ладоней.

### Упражнение «Ассоциации».

**Ведущий:** сейчас мы продолжим кидать мячик, тот, у кого он окажется, называет те слова, которые ассоциируются со словом «мечта», после этого он кидает мяч следующему игроку, игра продолжается до тех пор, пока мяч не побывает у каждого.

**Ведущий:** Хотите ли вы, чтобы ваши мечты сбылись? /ответы участников /

**Ведущий:** что может помешать человеку в реализации его мечты? /ответы участников /



**Ведущий:** к сожалению, в России сейчас есть около 3 млн. людей, мечты которых не смогли сбыться из-за столкновения с проблемой наркомании.

Давайте обратим внимание на стенд, который поможет узнать нам о физиологических последствиях наркомании.

**Прслушивание стенда «Наркомания» (светодинамический «Вредные привычки»).**

Ведущие приглашают участников перейти в актовый зал, где делят их на группы по 5 человек. Каждая группа садится за отдельный стол.

**Упражнение «Ценности».**

**Ведущий:** «У вас по три листочка. На каждом напишите то, что Вам больше всего ценно в этой жизни. Проранжируйте Ваши ценности так, чтобы самое ценное оказалось на самом последнем листочке. Представьте себе, что случилось что-то страшное, и из жизни исчезла та ценность, которая написана на первом листочке. Сомните его и отложите в сторону. Как вам без этого живется? Подумайте. И так все остальные».



/участники выполняют задание/

**Ведущий:** «Произошло чудо, и появилась возможность вернуть любую из ценностей». Ведущий предлагает развернуть все листочки и снова проранжировать их. Можно добавить какие-то новые ценности.

**Ведущий:** Остался ли у вас прежний порядок ранжирования? /ответы участников /

**Ведущий:** Что вы почувствовали, когда сминали листочки? /ответы участников /

**2. Сообщение цели и задач. Определение вопросов, актуальных для обсуждения.**

**Ведущий:** Сегодня мы предлагаем Вам за нашим круглым столом обсудить проблему наркомании: существует ли она вообще, каковы последствия и что нам нужно делать, чтобы сохранить свои мечты, здоровье и жизнь.

**3. Правила дискуссии.**

**Ведущий:**

1. Чтобы ответить на поставленный вопрос, каждая команда совещается 3 минуты.

2. Один участник может выразить мнение группы по заданному вопросу только один раз.

3. Выступающий говорит, не искажая фактов, слов и мыслей других людей.

4. Отношения к людям во время дискуссии внимательное, вежливое, уважительное. Человека мы принимаем таким, каков он есть, без всяких условий.

5. Правило внимательного слушания. На дискуссии закон един: все

слушают, когда говорит один. Старайтесь понять того, кто говорит, даже если не согласен с его мнением.

6. Правило поднятой руки. Если хочешь сказать важное, подними руку и тебя будут слушать.

#### **4. Коммуникация – обмен и сравнение позиций.**

**Ведущий:** Мы уже узнали о том, какое воздействие оказывают наркотики на организм человека. Это последствия физиологические. Скажите, каковы социальные последствия употребления наркотиков?

/обсуждение, ответы участников/

**Ведущий:** Послушайте, пожалуйста, что рассказывают о своём жизненном пути люди, употреблявшие наркотики и прошедшие курс реабилитации (Приложение 2).

/ведущий даёт карточки двум участникам, они зачитывают информацию/

**Ведущий:** Ответьте на следующий вопрос нашего обсуждения: Почему люди употребляют наркотики?

/обсуждение, ответы участников/

Ведущий записывает на отдельные листы причины, названные каждой группой участников в ходе обсуждения.

**Ведущий:** Мы наглядно увидели, что причина – это, как правило, некая проблема, которую нужно решить. Каким образом человек должен решать свои проблемы?

/обсуждение, ответы участников/

**Игра-театрализация.** Ведущий приглашает двоих участников от разных групп в центр зала. Одному на грудь вешается табличка с одной из причин употребления наркотиков. Он подходит к своему партнёру и начинает уговаривать принять наркотик (например: причина – плохие отношения с родителями. Играющий ходит вокруг партнёра и говорит: «Тебя не любят родители, маме нужны только твои оценки в школе, отец всё время пропадает на работе. Ты им не нужен. Тебе надо забыться, ты найдёшь себя, когда примешь наркотик»).

**Ведущий:** Каковы альтернативы употреблению наркотиков?

/обсуждение, ответы участников/

Ведущий записывает на отдельные листы бумаги названные альтернативы.

**Тренинговое упражнение «Человек на горе».** Ведущий приглашает в центр зала 11 участников проблемного стола. Одному из них привязывают на талию верёвку, он становится на подиум, символизирующий гору. Его с двух сторон за эти верёвки удерживают по 5 человек, которым вешают таблички – 5 причин употребления наркотиков, 5 альтернатив употреблению наркотиков. Верёвка символизирует множество жизненных связей.



Участники, символизирующие причины и альтернативы, должны уговорить человека, стоящего на «горе», в свою пользу за или против наркотиков: либо он сделает шаг и упадет с «горы», сорвется в пропасть, либо отступит от края и сохранит себе жизнь.

Центральный участник, выслушав доводы обеих сторон, озвучивает свой выбор: в чью сторону он сделает шаг.

Все садятся на свои места.

### 5. Резюме. Рефлексия.



**Ведущий:** Что изменилось в вашем восприятии проблемы после сегодняшней беседы? Участники снова выражают своё отношение к проблеме наркомании с помощью таблицы «Мнение» (второй стенд стоит слева от сцены. К этому моменту первый стенд необходимо из кабинета перенести в актовый зал).

Ведущий сравнивает результаты опроса до дискуссии и после.

**Ведущий:** Что нужно делать, чтобы решить проблему?

/обсуждение, ответы участников/

**Ведущий:** Каждому из вас я раздаю ладошки, вырезанные из цветной бумаги. Открытая ладонь – символ открытости, дружественных намерений.

Подумайте, что вам нужно, чтобы достичь мечты? Напишите на каждом пальчике ладошки то, что требуется именно вам для того, чтобы ваша мечта сбылась.

/участники выполняют задание/

Все ладошки вывешиваются на стенд вокруг надписи НаркоСТОП, чтобы получилось солнце.

**Ведущий:** я желаю, чтобы ваши мечты обязательно сбылись! Идите уверенно к своей мечте, пусть никакие трудности не уведут вас с верного пути!

Участники проблемного стола строятся около стенда с ладошками для общей фотографии.



Таблица «Мнение»

<b>Я не употребляю, другие, если хотят, пусть травятся, это их личное дело</b>	<b>Я не употребляю, никак с этим вопросом не связан, меня это не касается</b>	<b>Приложу все усилия, чтобы мои близкие не стали наркоманами. Наркомания – проблема, которая касается всех</b>	<b>Наркоманов надо сажать, наркоторговцев - вешать</b>

## Приложение 2

Елена

Мне 24 года. До 17 лет моя жизнь текла по привычному, вполне благополучному руслу: школа, подружки, родительская забота... Я была благополучной девочкой. Однажды на дискотеке познакомилась с парнем 22 лет. Дима был симпатичен и хорошо одет, уверен в себе, неплохо зарабатывал. Он сразу покорило сердце вчерашней школьницы – серьезностью намерений и взрослостью. Почти сразу познакомил меня со своими родителями. Казалось, всё уверенно шло к свадьбе.

Тем временем я начала замечать некие еле уловимые странности в поведении Димы. Он сознался: колюсь, но собираюсь бросить. А вскоре сказал, что отказаться от героина не в силах человеческих. Тогда я заявила Диме: «Вот попробую наркотик, и на собственном примере докажу тебе, что бросить возможно в любой момент, было бы желание!». Меня легко «затянуло», я и думать забыла, что совсем недавно собиралась личным примером отвадить друга от героина. Наркотик, казалось, ежедневно давал мне небывалый заряд бодрости и энергии. Коварство героина в том и состоит. Родители Димы занимались предпринимательством, так что недостатка в деньгах на наркотик у нас не было – Дима воровал наличность из семейной кассы. Однажды, проснувшись, я почувствовала себя полностью разбитой. Это была ломка. Тогда я впервые ясно осознала, что дело плохо. Мы с Димой обратились за помощью к его родителям. Доступ к семейному бюджету был утрачен, учебу мы бросили, режим дня стал незатейлив: проснулся, украл, укололся. У меня три судимости, слава Богу, до тюрьмы не дошло. Когда не хватает на дозу, всякий страх перед наказанием пропадает. Так прошло три года.

Меня спасли мои родители – отправили на реабилитацию. С Димой я больше не встречалась. Сейчас у меня своя семья, я очень хочу, чтобы в жизни моих детей не случилось того, что пережила я!

Андрей

В 14 лет я стал зависим от наркотиков, сначала это было развлечение, от которого вскоре стало очень трудно избавиться. Из-за этого я потерял всё - отношения с родными, здоровье и все самое дорогое, что было на тот момент в моей жизни. Для наркомана не существует ничего дороже наркотиков, когда он находится в «системе» (зависимости). Никакие увещания врачей, родных и даже тюрьма не изменили моей жизни. Когда в 32 года я был в очередном «марафоне» - это когда ты принимаешь наркотики и при этом неделями не спишь, мама мне сказала, что я начал выть и лаять как волк, сам не понимая,

что происходит (такие действия производят синтетические наркотики, сейчас очень распространенные).

Я очень устал каждый день находить деньги на наркотики и вести такой образ жизни, принял решение пройти реабилитацию. Я восстановил отношения с родными, появилось очень много целей и планов, которые никак не связаны с наркотиками. Сейчас у меня счастливая семья, хорошая работа, друзья. Сегодня я помогаю людям с такими же проблемами, которые были у меня.