

Интерактивная игра по профилактике употребления психоактивных веществ (ПАВ) «Тропинка безопасности»

Цель: первичная профилактика употребления ПАВ среди подростков в возрасте 11-16 лет.

Задачи: формирование навыков безопасного поведения.

Игра «Тропинка безопасности» состоит из 5 станций. Упражнения, которые используются на станциях, дают информацию, побуждающую к размышлению о различных аспектах влияния ПАВ на жизнь человека, а также способствуют выработке навыков ответственного поведения, позволяющих сохранить здоровье в современных условиях.

Краткое описание станций:

1. **«Умей сказать «НЕТ!».** Цель станции: информировать о различных формах отказа от употребления ПАВ, создать условия для развития навыков применения форм отказа. На станции разбираются примеры различных форм отказа от применения ПАВ.

Упражнение «Выберись из круга» Подростки образуют тесный круг, внутри которого находятся 3-4 человека. Задача тех, кто стоит в кругу – прорвать его и выбраться наружу, задача внешнего круга – удержать ребят внутри в течение 2 минут.

Обсуждение:

Почему трудно выбраться из круга? (Сильное сопротивление группы, ему трудно противостоять).

Мы в жизни сталкиваемся с такими ситуациями, в которых группа пытается давить на нас в принятии решений. Как можно противостоять группе, как ответить «НЕТ»? (Рассмотреть варианты)

2. **«Рядом с тобой».** Цель станции: рассмотреть особенности влияния ПАВ на различные стороны жизни человека (здоровье, общение с близкими, друзьями, возможность обучения и профессиональную деятельность). Мотивировать участников на выбор здорового образа жизни (14 – 16 лет), Сформировать представление о различном влиянии ПАВ на жизнь человека (11 - 13 лет).

Упражнение «Пирог» Разделить круг на части по степени влияния ПАВ на различные стороны нашей жизни. (Привести аргументы, почему именно такой «кусочек» отделили)

3. **«Спорные утверждения».** Цель станции: Предоставить достоверную информацию о негативном воздействии ПАВ на организм человека.

Работа с «мифами» Миф первый: «Курение – личный выбор»

Табачные компании часто представляют курение как свободный выбор взрослых людей.

Это лукавый аргумент – в России не курят две трети населения, в том числе дети и беременные женщины. И право курильщика на сигаретный дым заканчивается там, где начинается право остальных на чистый воздух.

Также по данным исследований, большинство курильщиков начинают употреблять табак в возрасте 13–14 лет, когда не может быть и речи о свободном ВЗРОСЛОМ выборе.

Миф второй: «Вред пассивного курения не доказан»

Производители табака часто подвергают сомнению вред от вторичного дыма.

Не существует безопасного уровня воздействия табачного дыма. Вторичный табачный дым содержит около 4000 химических веществ, в том числе около 70 канцерогенов. Доказано, что именно пассивное курение – причина большинства случаев рака легких и заболеваний сердечнососудистой системы у некурящих.

Практически половина всех детей в мире – вынужденные пассивные курильщики. Около 50 миллионов беременных женщин по всему миру ежегодно становятся пассивными курильщицами, подвергая воздействию табачного дыма своих будущих детей.

Итог беседы:

Продавать табак – нелегкое дело, потому что постоянные покупатели то и дело норовят бросить курить или хуже того – преждевременно умирают, причем нередко от связанных с курением болезней. Поэтому тем, кто продает табак, постоянно нужны новые клиенты, заполучить которых они стремятся с помощью распространения таких мифов.

4. **«Правильный выбор».** Цель станции: способствовать осознанию причин выбора подростками здорового образа жизни.

Упражнение «Наши привычки» Вызываются два добровольца, которые умеют делать из бумаги самолетика. Одному из них привязывают к руке шарф – обозначают наличие вредной привычки. Ведущий дает команду «Начали» и засекает время – 1 минута. Во время работы ведущий периодически тянет шарф, отвлекая и дергая таким образом игрока.

Обсуждение:

Кто справился с работой быстрее, лучше? Почему?

В жизни человек с вредными привычками очень от них зависим. Как это сказывается на его работе, учебе? (Пример - не дает сосредоточиться, заставляет об этом думать, отвлекает от работы)

5. **«ПАВ: вопросы и ответы».** Цель станции: предоставить достоверную информацию о влиянии психоактивных веществ на здоровье и жизнь человека.

Продолжительность игры – 1 час.

Количество участников – 25-30 чел.