**ПРИЧИНИ ТА НАСЛІДКИ ВЖИВАННЯ НАРКОТИЧНИХ РЕЧОВИН ПІДЛІТКАМИ**

 **Мета:** відповідно до віку та особливостей учасників тренінгу надати інформацію про наркотичні речовини (НР); розкрити найпоширеніші причини початку вживання НР підлітками та молоддю, сформувати усвідомлення щодо впливу оточення та реклами як імовірних факторів, що спонукають молодих людей до вживання НР; показати негативні наслідки впливу НР на організм людини, на сімейне та суспільне благополуччя; надати знання щодо правової відповідальності за розповсюдження та залучення до вживання НР підлітків і молоді.

  **1.Вправа «Що нам відомо про наркотичні речовини?»**

 **Мета:** надати загальну, відповідну до віку учасників інформацію про види НР, про системний негативний вплив НР на організм людини, про правовий аспект (зокрема, відповідальність), пов’язаний зі вживанням і розповсюдженням НР, про залежність, яку спричиняє вживання НР.

 **Хід вправи:** педагог наводить визначення поняття «наркотичні речовини»:

 *Наркотичні речовини* — це речовини, вживання яких призводить до токсичного отруєння організму, впливає на свідомість і психічний стан людини, спричиняє звикання та залежність від їх вживання. До наркотичних речовин відносять алкоголь, тютюн, наркотики, деякі ліки, токсичні (тобто отруйні) речовини, що містяться в побутовій хімії (клеї, бензині тощо).

 Педагог формує з учасників три підгрупи, кожна з яких отримує завдання: підготувати презентацію у вигляді таблиць, схем, малюнків, плакатів тощо. Перша підгрупа отримує інформацію про тютюн, друга — про алкоголь, третя — про наркотики.

 Після закінчення презентацій педагог продовжує вправу інформаційним повідомленням про залежність, розвиток якої невідривно пов’язаний із вживанням НР. НР змінюють функціонування організму людини так, що їх вживання призводить до звикання, потреби їх подальшого вживання зі збільшенням кількості НР — тобто до розвитку залежності. Залежність лежить в основі захворювання, яке дуже складно лікується (на жаль, майже невиліковне) — наркоманії або токсикоманії (вживання токсичних речовин побутової хімії). Досить умовно виділяють три види залежностей: соціальну, психічну та фізичну (або фізіологічну).

 **Соціальна залежність** – людина ще не почала вживати наркотичні речовини, але потрапила у середовище тих, хто їх уживає. Вона приймає стиль поведінки, ставлення до наркотичних речовин і зовнішні атрибути групи. В такій ситуації людина часто внутрішньо вже готова почати вживання.

 **Психологічна залежність** – на цій стадії змінюється поведінка людини. Вона починає вживати наркотичні речовини. Вони необхідні їй для зміни свого емоційного стану; іншим шляхом людина вже майже не може впливати на свої емоції, втрачає контроль і адекватні почуття.

 **Фізична залежність** – наступає після включення наркотичних речовин у процес обміну речовин. Це – непереборна фізична потреба, яка виникає в результаті постійного або періодичного вживання наркотиків. У цьому випадку різке припинення вживання наркотичних речовин викликає фізичний розлад різного ступеня, який називають абстинентним синдромом, синдромом позбавлення (відміни). На цій стадії людина потребує лікування.

 Залежність стає згубною, коли:

1) обмежує можливості особистості в самореалізації;

2) негативно впливає на стосунки між людьми;

3) руйнує власний і сімейний бюджет;

4) ставить особистість в конфліктні ситуації з найближчим оточенням і суспільством.

 Швидкість розвитку та глибина залежності залежать від особливостей організму людини та виду НР. Так, наприклад, тютюн, за результатами досліджень, дуже швидко викликає сильну залежність. Але прогнозувати, якою може бути залежність і коли вона виникне в тієї чи іншої людини, дуже складно. Відомі факти розвитку глибоких форм залежності, а також смертельні випадки, вже після декількох і навіть однієї спроби НР. Перша спроба НР — це вже великий ризик для здоров’я і життя людини!

 ***Наркоманія*** – це захворювання, зумовлене залежністю від наркотичних речовин. Основними симптомами наркоманії є:

* Шкідливі наслідки для споживача наркотику, його безпосереднього оточення і суспільства в цілому;
* Тенденція до постійного збільшення дози наркотику;
* Психологічна і часто фізична залежність і прагнення отримати наркотик будь-яким чином.

 **2. Вправа «Симпозіум у науково-дослідному інституті»**

 **Мета:** закріпити отримані знання та розуміння негативного впливу вживання НР на особистість і на суспільство.

 **Хід вправи**: педагог пропонує учасникам уявити себе співробітниками науково-дослідних інститутів різних країн, які вивчають НР як фактор ризику для здоров’я людини, суспільства. Науковці зібралися на симпозіум для обміну результатами своїх досліджень.

 Потім педагог пропонує учасникам об’єднатися в 3 підгрупи й обговорити відомі їм наслідки використання та вживання людьми різних НР: перша група — для окремої людини, друга — для сім’ї, третя — для суспільства. Завдання можна виконати у вигляді таблиць, схем, малюнків тощо. Потім підгрупи презентують свою роботу, проводиться обговорення за питаннями:

* як ви вважаєте, чи самі по собі НР є небезпечними, чи небезпечне їх використання?
* за яких обставин використання НР може бути позитивним? (При використанні за призначенням, наприклад, ліки — в медицині, побутову хімію — в побуті тощо).
* що втрачає людина, коли починає вживати НР?
* чи вважаєте ви, що вживання НР — особиста справа кожної людини?
* як вживання НР може впливати на стосунки між людьми?

 **3. Вправа «Як ви гадаєте?»**

 **Мета**: визначити причини, які спонукають підлітків вживати НР, й усвідомити, що у більшості випадків ці речовини виступають як замінники і не вирішують проблеми, а лише відсувають і збільшують їх.

 **Хід вправи**: учасники об’єднуються в чотири підгрупи, кожна з яких розглядатиме питання з певної позиції: перша група — з позиції підлітків, друга — батьків, третя — медичних працівників, четверта — представників наркобізнесу.

 Завдання для підгруп: відповідно до позиції, визначити можливі причини початку вживання підлітками та молоддю НР. Потім підгрупи презентують свою роботу. Після презентації учасники обговорюють результати вправи за такими питаннями:

* як ви вважаєте, чому існують розбіжності в поглядах на причини початку вживання НР підлітками та молоддю з точки зору різних груп людей?
* чому важливо знати і усвідомлювати причини, які можуть спонукати до вживання НР?

 **4. Вправа «Що ви мені порадите?»**

 **Мета:** визначити шляхи усунення причин, зниження факторів ризику початку вживання НР.

 **Хід вправи:** педагог пропонує учасникам провести опитування на тему: «Як знизити ризик залучення підлітків і молоді до вживання НР?».

 Для цього він пропонує учасникам оформити «Лист опитування»:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Причини початку вживання наркотичних речовин | Ім’я консультанта | Порада консультанта | Підпис консультанта |
|  |  |  |  |

 Після оформлення «Листа опитування» учасники, користуючись переліком причин, визначених у попередній вправі, вибирають спочатку одну (найвпливовішу), а потім декілька інших (за бажанням) і записують їх у відповідну графу.

 За командою педагога кожен із учасників обирає серед інших учасників «консультанта», підходить до нього і пропонує йому відповісти на запитання: «Як уникнути впливу цього фактора?». «Консультант» дає пораду, яка коротко записується в графі «Порада консультанта». Після цього «консультант» ставить підпис у графі «Підпис консультанта». Кожний учасник може звернутися до кількох консультантів за порадою з одного питання.

 Опитування відбувається протягом 10 хв, потім результати вправи обговорюються. Педагог пропонує назвати причину та поради і фіксує відповіді учасників на дошці за схемою: причина — порада.

 **Запитання для обговорення:**

* яка з порад сподобалась вам найбільше, чому?
* що вам дало виконання цієї вправи?

 **5. Інформаційне повідомлення «РЕКЛАМА»**

 **Мета:** активізувати критичне, аналітичне ставлення учасників до реклами, визначити основні прийоми реклами.

 Хід бесіди: педагог нагадує, що одним з потужних факторів, який формує громадську думку в галузі споживання, є рекла­ма, і запитує учасників: «Що ж таке реклама?». Використовуючи відповіді учасників, педагог форму­лює визначення поняття «реклама».

 *Реклама* (від латин. reclamo – вигукую, кричу) – заходи, спрямовані на популяризацію чого-небудь за допомогою ЗМІ, плакатів, світлових стендів, об’яв тощо, з метою залучення споживачів.

 На наступному етапі педагог задає учасникам запитання, фіксуючи відповіді на дошці.

1. Які засоби реклами ви знаєте?

 *ТВ, радіо, газети, журнали, біг-борди, інтернет…*

2. Хто є адресатом реклами?

 *Покупці чи потенційні покупці.*

3. Яке бажання, за сподіванням рекламодавців, повинна викликати у споживачів реклама?

 *Бажання придбати певний товар.*

4. Чому існує реклама?

*Для просування товару чи послуги на ринку. Мста рекламної об'яви — подати пропонований товар чи послугу як найкращі і переконати потенційного покупця обрати їх серед інших.*

5. Про що дбають люди, які замовляють рекламу?

*Про прибуток.*

6. Чи завжди інтереси рекламодавця збігаються з інтере­сами споживача товару?

*Мета реклами - примусити нас щось купити. Реклама прагне показати тільки позитивні якості товару. часто перебільшуючи їх.*

7. Які спеціальні прийоми використовуються для ство­рення реклами?

*Яскраві кольори, зображення гарних людей та речей. римований текст тощо.*

8. Які особливості підліткового віку використовує рекла­ма?

*Сильний вплив на підлітка його однолітків (особливо на імідж і соціальну поведінку підлітка).*

9. Чи можна повністю довіряти рекламі? Що відсутнє в рекламі?

*Ні, не можна. У рекламі відсутня об'єктивна, до кінця правдива інформація про товар чи послугу.*

10. Як нам треба ставитися до реклами?

*До реклами треба ставитися критично. у~~св~~ідо~~мл~~юючи її однобічність і необ'єктивність.*

*Коли ми знаємо механізми впливу, який відчуваємо на собі, то здатні йому протистояти.*

 6. Вправа «РЕКЛАМА ТЮТЮНОВИХ ВИРОБІВ І ЖИТТЄВІ ЦІННОСТІ»

 **Мета:** показати на прикладі реклами тютюнових виробів, як життєві цінності «підмінюються» і пов’язуються з уживанням тютюну.

 Хід вправи: педагог пропонує розглянути плакат з рекламою тю­тюнових виробів і відповісти на запитання: «Щозобра**­**жено на ньому?» (наприклад, ситуація,пов'язана а відпочинком, подорожжю); «Які героїзображені на плакаті?»; «Чи хотілося б вам бути схожимина них, і чи є така можливість?»;

«Які дії належитьвиконати, щобздійснити те, до чого закликає плакат?»;«Щороблять люди, зображені на плакаті, і чи це приємно?»

 Коментар педагога. Подивимось на цю рекламу уваж­но і спробуємо назвати цінності, які використовує тут тютюнова індустрія, щоб викликати бажання закурити і забезпечити собі нових покупців. (Бажання подорожува­ти, бути дорослим і незалежним, мати багато друзів, бути коханим тощо).

 (Ці цінності записуються на дошці).

 А тепер детально розглянемо кожну цінність. Чи да­ють сигарети будь-якої марки незалежність? Чи допома­гають вони знайти гроші на подорож? Чи забезпечують вони популярність, успіх? (І *т. д. за всіма названими цінностями).*

 Куріння, як і вживання алкоголю, не є природною потребою людини. Компанії, що виробляють алко­гольні і тютюнові вироби, для того, щоб люди звикали до куріння й випивки та купували їхню продукцію, витрачають величезні кошти на рекламу. В рекламі цих виробів часто використовується прийом «під­міни», коли досягнення успіху, красива зовнішність тощо пов'язуються з уживанням алкоголю і тютюну, що не відповідає дійсності.

 Якби курці були дорослі, що б їх передусім цікави­ло? Ціна товару, вміст шкідливих компонентів, надійність і ефективність фільтрів. Чи багато реклами, яка несе таку інформацію? Ні. А чи часто курці міня­ють марки сигарет? Теж ні. То чи варто витрачати великі гроші на рекламу заради того, щоб якась не­значна частина курців змінила марку сигарет? А якщо ця реклама спрямована не на дорослих курців, то до кого вона звертається?

 Отже, виходить, що основний об'єкт, на який зверне­на реклама, - це підліток, котрий ще не почав курити або ж тільки експериментує з тютюнопалінням.

 **Запитання для обговорення:**

* *У чому зацікавлені тютюнові компанії: у вашому здоров'ї чи ваших грошах?*
* *Які знання ви отримали, виконуючи вправу?*
* *3 якою метою виконувалася ця вправа?*

 **Висновок:**

 «Здоров’я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя». Благополуччя – багатовимірний підхід, згідно з яким відповідальність за здоров’я лежить на особистості та рішеннях, які вона приймає стосовно свого життя.

 Можна намагатися створити для наркотиків перепони і кордони, та наркотик подолає всі перешкоди. Але він не зможе перейти один-єдиний кордон – кордон усередині самої людини.