**Управление по образованию, спорту и туризму**

**Столбцовского райисполкома**

Государственное учреждение образования

«Социально-педагогический центр Столбцовского района»

**Из опыта заседаний Клуба «Ориентир» для подростков, с которыми проводится индивидуальная профилактическая работа и комплексная реабилитация**

Составители:

педагог социальный

Найдён С.П.

педагог-психолог

Уласик М.М.

Столбцы

**Занятие с элементами тренинга «Вся правда об алкоголе»**

**Цель:** предоставление достоверной информации о влиянии алкогольной продукции на организм и личность человека.

**Задачи:**

1.Обсудить причины употребления и неупотребления алкоголя, способы удовлетворения потребностей без приема алкогольной продукции.

2.Показать последствия употребления алкоголя для организма человека.

3.Развить привычку самостоятельно мыслить и анализировать поступающую информацию.

****

**Аудитория:** подростки, с которыми проводится индивидуальная профилактическая работа и комплексная реабилитация 13-17 лет

**Ход занятия:**

Приветствие

1. Сообщение правил работы Клуба.
2. **Упражнение «Знакомство»**

Учащиеся по очереди передают какой-либо предмет (например, мяч). Тот участник, у кого в руках оказался предмет, называет свое имя и три вещи (предметы), которые он любит. Таким образом, создается положительный эмоциональный фон, и учащиеся лучше узнают друг друга.

1. **Упражнение «Алкоголь – это…»**

Используется колода метафорических ассоциативных карт «Многоликий алкоголизм», из которой вытягиваются карты и продолжается фраза «Алкоголь – это…».

1. **Упражнение «Мое мнение»**

Участникам предлагается разделится на три группы, каждой дается определенная социальная роль (подросток, родитель, педагог), подросткам предлагается с этих позиций ответить на следующие вопросы:

1. Допустимо ли употребление алкоголя подростками?
2. С какого возраста можно употреблять алкоголь?
3. Какова реакция на то, что подросток употребляет алкоголь?
4. Какова доля ответственности за то, что подросток употребляет алкоголь (в %)?
5. **Выступление врача-нарколога** по проблеме употребления алкоголя.
6. **Эксперимент «Что убивает жизнь?»**

**Цель:** доказать вред алкоголя на организм человека, посредством химического опыта.

**Оборудование:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **стол 1** | **стол 2** | **стол 3** |
| Инструкция  1 сырое яйцо  миска  1 одноразовый стаканчик  вилка  салфетки  листик бумаги  фломастер  стеклянная палочка  **спирт** | Инструкция  1 сырое яйцо  миска  1 одноразовый стаканчик  Вилка  салфетки  листик бумаги  фломастер  стеклянная палочка  **вода** | инструкция  1 сырое яйцо  миска  1 одноразовый стаканчик  вилка  салфетки  листик бумаги  фломастер  стеклянная палочка  **пивной напиток** |

*Ведущий:* Наши клетки на 40-50% состоят из белка. Т.е. человеческий организм — это белковая форма жизни. Наши кости, ткань, кровь, головной мозг – это всё белок.

Этот белок идентичен белку яйца, т.е. имеет структуру, похожую на белок яйца, т.е. идентичен именно поэтому эксперимент будет проводиться с яичным белком.

Этиловый спирт входит в состав всех алкогольных напитков (пиво, вино, водка и др.). Только там он находится в разбавленном виде, ароматизированном, закрашенном, подслащённом, газированном виде.

Проведем эксперимент. Итак, здесь белок – как аналог головного мозга, здесь (стол 1) – вода, стол 2 – водка, стол 3 – пивной напиток, т.е. алкогольные напитки и вода. Посмотрим реакцию. Как он будет реагировать на алкогольные напитки? Разрушится или нет?

**Инструкция:** Отделяем белки от желтков. Белки наливаем в стакан. Размешиваем белки вилкой так, чтобы они не были взбитыми. В каждый стакан добавляем один из напитков. Наблюдаем, что происходит на линии соприкосновения белка и добавленного вещества. По очереди встряхиваем все стаканы. Наблюдаем, что происходит с белками. (Белок в стаканчиках свернется, произойдет денатурация белка. Что говорит о вреде алкоголя на клетки организма).

Презентация результатов эксперимента каждой группой. Обсуждение полученных результатов.

Детям демонстрируются фото человеческих органов здорового человека и алкоголика.

-Пить или не пить, губить свой мозг, сердце, печень…решать вам. Неважно сколько вы выпили алкоголя и в каком виде, реакция в головном мозге будет аналогичная. Много выпили алкоголя – много клеток погибнет, мало выпили -мало погибнут, но погибнут в любом случае.

8.**Упражнение «Карта потребностей»**

*Ведущий:* давайте обсудим, почему люди пьют и почему не пьют. Разделим экран на две половины:

|  |  |
| --- | --- |
| **Люди пьют** | **Люди не пьют** |
| *Чтобы снять стресс* | *Вредно для здоровья* |
| *Для интереса* | *Чтобы показать силу воли* |
| *Новые ощущения* | *Ради другого* |
| *Чтобы «забыться»* | *Чтобы показаться взрослее* |
| *Для окружающих* | *Из-за страха, например смерти* |
| *Чтобы быть «круче»* | *Из страха попасть в зависимость* |
| *От пофигизма* | *Не соотносится с жизненными принципами* |
| *Нравится на вкус/для удовольствия* | *Из-за религиозных убеждений* |
| *Назло кому-то/форма протеста* | *Чтобы не отличаться от других* |
| *Для имиджа* | *Для имиджа (ЗОЖ, спорт)* |
| *Из подражания* | *Для поддержания статуса* |
| *Ради самоутверждения* |  |
| *Иллюзия свободы* |  |
| *Чтобы лучше концентрироваться* |  |
| *Стать более популярным* |  |

Реальное влияние алкоголя на человека, вопросы для участников:

- Как алкоголь влияет на организм?

- Может ли алкоголь помочь человеку расслабиться?

- Помогает ли алкоголь от плохого настроения?

**Обсуждение:**

-Каким образом можно удовлетворить определенные потребности человека без приема алкогольной продукции, т.е. здоровым способом. Потребности выписываются на доске/ватмане. Затем участники должны назвать здоровые способы их удовлетворения. Ответы записывает ведущий либо сами участники.

**Вывод:** любую естественную потребность человека можно удовлетворить здоровым способом, а любую проблему можно решить, если от нее не отворачиваться. Проблема нездоровых привычек состоит в том, что мы не знаем себя, своих возможностей и не умеем строить конструктивные взаимоотношения с людьми. Этому можно научиться.

9.**Разброс мнений по теме «Пивной алкоголизм»**

**Цель:** обучение критическому восприятию получаемой информации, развитие устойчивости к негативному социальному влиянию.

Примеры начальных фраз по обсуждаемой теме:

• «Мне кажется, что пиво — это способ...»;

• «Если человек потребляет пиво каждый день, то...»;

• «Я не задумывался о том, почему вредно пиво...»;

• «Я считаю, что пиво может...»;

• «Когда говорят о безопасной дозе пива, я...»;

• «Полагаю, что фраза “пить пиво — модно” — это...»;

• «Когда говорят, что пиво — полезный слабоалкогольный напиток, я...»;

• «Совершенно не согласен с утверждением о том, что пиво...»;

• «Потребление пива не только способно...»;

• «Бороться с проблемой пивного алкоголизма...»;

• «Подростки употребляют пиво для того, чтобы...»;

• «Чаще всего, обсуждая пользу и вред употребления пива, говорят о...»;

• «Можно привести ряд аргументов, подтверждающих...».

По окончании обсуждения темы подводятся итоги, делаются выводы.

1. **Упражнение «Послание сверстнику»**

Участники с помощью рисунков, обращений должны изобразить/ продемонстрировать послание сверстникам с призывом, который бы отражал общий жизненный выбор участников команды.

-Здоровье — это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Без него очень трудно сделать жизнь интересной и счастливой. Потерять здоровье легко, а вот вернуть его очень трудно. Поэтому необходимо помнить, что детство — это не ожидание взрослой жизни, это уже самая настоящая полноценная жизнь. Нужно с детства заботиться о себе и своем здоровье».

**Рефлексия**

Учащимся предлагается продолжить фразы:

-я никогда не думал(а), что …

-сегодня я узнал(а) о…

-мне понравилось…

-в будущем я всегда буду…

-я попробую…

-сегодня я почувствовал (а)…

-занятие дало мне для жизни …

-у меня появилось желание…

-занятие мне показалось…

-сегодня я смог(ла)…

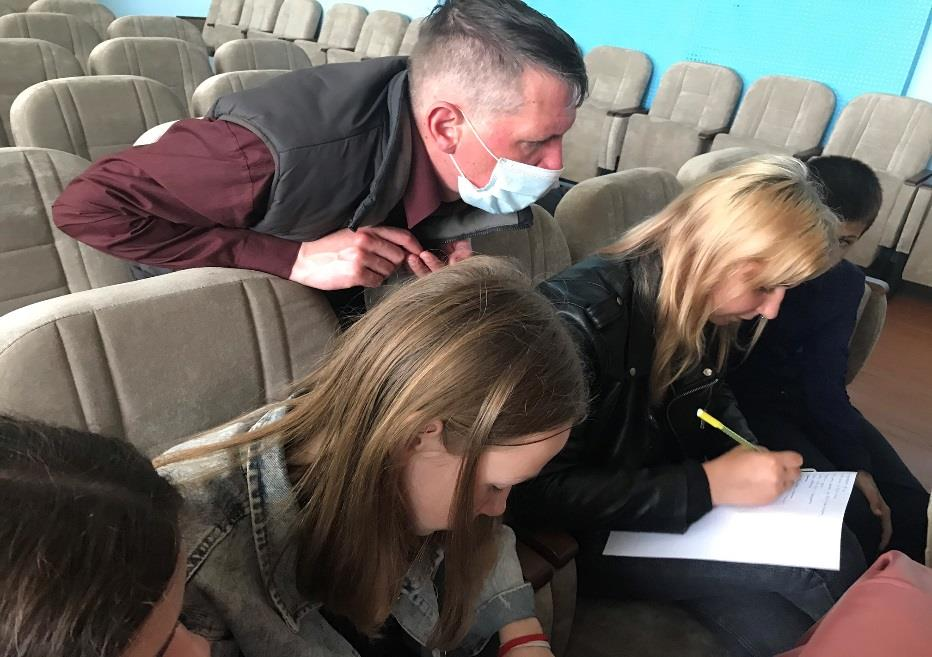
**Открытый диалог «Моя жизнь – мой выбор»**

**Цель:** формирование у подростков ценностного отношения к жизни, осознание негативных последствий употребления алкоголя.

**Задачи:**

-формировать ответственное отношение к своему здоровью;

-развить умение отстаивать свою точку зрения;

-обучить навыкам сопротивления групповому давлению.





**Аудитория:** подростки, с которыми проводится индивидуальная профилактическая работа и комплексная реабилитация 13-17 лет

**Ход мероприятия:**

**1.Приветствие**

Здравствуйте, дорогие друзья. Сегодня вы присутствуете на заседании клуба для несовершеннолетних «Ориентир».

Послушайте, пожалуйста, высказывание и ответьте, о чем пойдет сегодня речь:

*«Он всегда протягивает нам руку, когда мы терпим неудачу, когда мы слабеем, когда мы утомлены. Но обещания его лживы: физическая сила, которую он обещает, призрачна, душевный подъем обманчив».*

Правильно, мы сегодня собрались здесь, чтобы поговорить об очень важной проблеме: алкоголе, а высказывание это принадлежит знаменитому американскому писателю Джеку Лондону. Но несмотря на то, что тема эта весьма серьезная, мы надеемся, что вы не будете скучать, в любом случае, только от вас зависит проведете ли вы это время с пользой для себя.

Сегодня у нас состоится открытый диалог с врачом-наркологом УЗ «Столбцовская ЦРБ» Кашевской Юлией Сергеевной. Будьте, пожалуйста, активны, задавайте вопросы, сделать это вы можете открыто, или в рамках анонимной почты.

**2. Просмотр видеоролика «Nuggets» (самородок).**

Обсуждение видеоролика:

-О чем это видео?

-Какая его главная идея?

**3. Открытый диалог с врачом-наркологом УЗ «Столбцовская ЦРБ»**

Юлия Сергеевна, Вам слово.

*Выступление врача-нарколога, ответы на вопросы.*

Для обеспечения конфиденциальности вопросов используется так называемая «почта доверия», представляющая совой небольшую коробку, куда участники могут положить листочки со своими вопросами.

**4.Практическая часть:**

Участники делятся на группы.

**Конкурс «Умей сказать нет!»**

Задание: Представьте, что вам предложили попробовать алкогольные напитки. Ваша задача придумать и написать как можно больше способов и вариантов отказа от спиртного.

**Конкурс «Плюсы жизни без алкоголя»**

Задание: Напишите как можно больше плюсов жизни подростка без алкоголя.

**5.Рефлексия «Незаконченное предложение»**

-Когда я думаю, какой должна быть моя жизнь, я представляю…

-Я думаю, что принять лучшее решение в жизни мне часто мешает…

-Свобода во всем чрезвычайно привлекательна, однако…

-Моя жизнь - …

-Когда говорят о том, что нужно ценить жизнь…

-Когда говорят, что поведение человека влияет на его жизнь и жизнь окружающих…

-Собственные выбор и решения являются гарантией того, что…

-Для меня сделать правильный выбор …

Мне кажется, что жизненный выбор – это…

В юности у человека имеется огромный выбор жизненных дорог. И он начинает задумываться об этом рано. Но среди подростков есть те, кто уже в самом начале жизненного пути резко ограничил свои возможности: это те, кто оказался в зависимости от своих собственных пагубных пристрастий.

Выбор – это то, когда ты на 100% готов взять на себя ответственность за свою жизнь, за то, как ты живешь, какую профессию ты выбрал или не выбрал вообще. Нет идеального выбора. Есть просто ответственность за свою жизнь и за все, что в ней происходит. И снова … Вам выбирать!

Далее участникам предлагаются незаконченные предложения, которые им необходимо продолжить.

Дети отвечают на вопрос: «Что им больше всего запомнилось на занятии?».