

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

ПО ПРОВЕДЕНИЮ ДИСКУССИОННОГО ЗАНЯТИЯ С ПОДРОСТКАМИ



Все хорошие люди



Методическое пособие по проведению дискуссионного занятия с подростками по фильму «Все хорошие люди» для специалистов и добровольцев в сфере профилактики употребления психоактивных веществ созданы РОО «Взгляд в будущее» при поддержке Комитета по молодежной политике и взаимодействию с общественными организациями в виде гранта Санкт-Петербурга для общественных объединений, при информационной поддержке Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков по городу Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Над пособием работали:

Алексей Хмыров

Марина Орлова

Глеб Панфилов

Людмила Малышева

Евгения Пименова

Тираж: 200 экземпляров

© Все права защищены

Содержание:

- 5 Вступление
- 7 О дискуссии
- 8 План проведения занятия
- 9 Сценарий дискуссии
- 16 Приложение 1.
Организация и ведение дискуссии
- 20 Приложение № 2.
Что такое профилактика?
- 24 Приложение 3.
Таблица психологических особенностей подростков
- 30 Приложение № 4.
Развитие зависимости от наркотиков как болезни
- 40 Приложение № 5.
Каковы признаки и последствия употребления различных видов наркотиков?
- 46 Приложение № 6.
Статьи уголовного кодекса в отношении наркотических веществ
- 52 Приложение № 7. Номера телефонов, служб помощи для подростков и молодежи

Вступление

Уважаемый коллега!

Перед Вами методическое руководство для специалистов и добровольцев к короткометражному художественно-профилактическому фильму «Все хорошие люди».

Почему возникла идея создания фильма?

Очевидно, что острота любой проблемы определяется, прежде всего, тем, сколько людей в нее вовлечено. В настоящее время в Санкт-Петербурге и Ленинградской области состоит на учете около 15 тысяч наркозависимых лиц, но это - лишь данные медицинской статистики. В то же время, анализ наркоситуации свидетельствует, что фактически это количество в несколько раз выше.

С ростом числа лиц, злоупотребляющих наркотическими веществами, увеличивается объем негативных социальных последствий наркомании. Это возросшая в 7-11 раз смертность; увеличение в десятки раз числа суицидальных попыток, и сопутствующих наркомании болезней, в первую очередь ВИЧ инфекции, инфекционных гепатитов, венерических болезней, туберкулеза. Наркомания – это явление, характерное не для каких-то замкнутых общностей, члены которых полностью деградированы в социально-нравственном отношении.

К сожалению, приходится признать, что потребление наркотиков стало частью молодежной культуры, одним из приемлемых способов существования. Сегодня наркотики не надо искать, человек с наркотиками может возникнуть в любую минуту могут на жизненном пути человека, совершенно независимо от того, в какой семье он живет, в какую школу он ходит, и с кем проводит свободное время.

Информирование, как единственный метод профилактики рискованного поведения в настоящий момент времени не является ни адекватным, ни эффективным средством. Как правило, предоставление информации ограничивается обзором и анализом вредных последствий употребления наркотиков, не уделяя внимания, куда более значимым для подростков вопросам. Да, и наличие этой информации не предохраняет молодых людей от рискованного поведения, так как у них зачастую не сформировано ответственное отношение к своему здоровью, не сформированы ценностные ориентиры и отношение к наркотикам формируется только тогда, когда появляются сами наркотики

Именно поэтому мы предлагаем Вашему вниманию фильм, где нет нравоучений, где нет огромного потока информации о наркотиках и

последствиях их употребления. Фильм и его обсуждение позволяют формировать у подростков негативное отношение к употреблению наркотиков через чувства и эмоции, через осознание опасности, через понимание того, что наркотики – это всегда зло.

Эмоции – это то, на что опирается этот фильм.

Создатели фильма пытались вызвать отношение, за которым мы надеемся, последует осознанный выбор. Выбор, основанный на информации, которую даст преподаватель в процессе обсуждения. Обычная схема учебных фильмов – информация, вывод, эмоции, мы же пытаемся поменять порядок, и с помощью эмоций придать информации большую значимость, а значит и больший профилактический эффект.

Для кого предназначен фильм?

Данный фильм предназначен для совместного просмотра молодых людей в возрасте от 13 лет и старше и специалистов в рамках школьных, клубных профилактических мероприятий, при организации образовательных программ летних лагерей, и на профилактических мероприятиях медицинских учреждений и профильных некоммерческих организаций.

Условия просмотра:

Количество участников группы должно быть не больше 20 человек, обусловлено это тем, что помимо просмотра фильма, огромное значение будет иметь обсуждение фильма, важно чтобы у всех желающих была возможность высказаться, а специалист мог «разговорить» группу и управлять дискуссией.

Мы рекомендуем Вам обсуждать фильм после его просмотра, т.е. не прерывать фильм для обсуждения каких-либо эпизодов, чтобы не потерять эмоциональный накал и включенность подростков.

Для проведения данного занятия вам понадобится техника для просмотра фильма – DVD плеер и телевизор или ноутбук, экран и мультимедийное оборудование, диск с фильмом. Для дискуссии вам понадобится доска и мел, а лучше флипчарт, блокнот для него или ватманы и маркеры.

Рекомендации:

Прежде, чем смотреть фильм с подростками, посмотрите его сами, чтобы понять, как Вы хотите строить обсуждение, и что выбрать из предложенных в данном методическом руководстве вариантов обсуждения. И в первую очередь определиться с собственными ощущениями от фильма.

После фильма вам предлагается провести дискуссионное занятие с ребятами.

О дискуссии.

Итак, что такое дискуссия? Дискуссия – это обсуждение определенной темы с определенной целью. В данном случае нашей целью является – формирование негативного, отрицательного, отвратительного отношения к наркотикам. Темой будет являться влияние наркотиков на мечты и судьбу, которые предполагают для себя подростки.

Дискуссия выстраивается по следующим принципам (подробнее о ведении дискуссии Вы сможете прочитать в приложении № 1):

1. Умение задавать открытые вопросы, т.е. вопросы, предполагающие развернутые ответы. Вопросы, которые не имеют однозначных ответов, т.е. спорные вопросы, иначе Вы получите клише, возможно, и правильное, но не оставляющее никакого следа в душе человека.
2. Вовлечение в дискуссию всех, кто любит, умеет и хочет поговорить.
3. Вовлечение в дискуссию тех, кто молчит, но внимательно слушает
4. Дискуссия это не «базар», а управляемое обсуждение, поэтому ограничения по времени, перевод тем, очередность высказываний, порядок высказываний, выводы определяют ведущий – в нашем случае учитель или доброволец, проводящий занятие.
5. Ведущий имеет право на собственное мнение, это может быть частью дискуссии, но не узурпирует это право полностью. Выражает свое мнение только, как одно из множества других мнений.
6. Дискуссия имеет методологию
7. Перед обсуждениями следует принять правила (Приложение № 1)
8. Дискуссия должна иметь строго обозначенное время, а значит и выступления участников должны быть тоже ограничены по времени, выводы должны кратко записываться на доске или флипчарте.
9. Было бы хорошо, если бы Вы нашли возможность поощрить наиболее активных участников дискуссии, хотя бы словом или конфетой в конце.
10. Результаты дискуссии – это не всегда разрешенные вопросы, проблемы, задачи. Озабоченность проблемой – это тоже результат, отношение – это тоже результат, изменение поведения – это тоже результат.
11. Дискуссия имеет план, но следование плану должны быть гибким, и если в процессе дискуссии возникает вопрос, обсуждайте его тогда, когда он актуален, а не тогда, когда он у вас написан в плане.
12. «Подкидывайте дрова», спорьте, уточняйте, переспрашивайте, задавайте провокационные вопросы, это стимулирует накал страстей, делая дискуссию живой и интересной.

План проведения занятия:

1. Приветствие, объявление темы.

2. Просмотр фильма

3. Принятие правил дискуссии

4. Дискуссия

Вопросы для дискуссии:

- Какое впечатление произвел на вас фильм? Какие чувства вызвал?
- Как вы думаете, почему Саша все-таки употребил наркотики?
- С чем связано, по вашему мнению, поведение Семена Аркадьевича? Почему он не сразу разобрался в ситуации?
- Как вы оцениваете поведение Риты и Димы? Заметили ли вы в какой момент фильма начинают раскрываться их характеры?
- Что, по вашему мнению, произошло на допросе ребят у следователя?
- Вспомните, пожалуйста, сцену в клубе и аварию.
- Как вы думаете, какой выбор сделает врач, стоя перед дверью в кабинет следователя? И почему?
- Почему авторы назвали фильм «Все хорошие люди»?
- Что хотели показать авторы фильма? Про что для вас этот фильм?
- Скажите, пожалуйста, а какие перспективы дальнейшей судьбы героя, если конец фильма это еще не финал?
- Есть ли что-то общее между вами и героем фильма?
- Скажите, пожалуйста, а как не стать наркоманом?

5. Подведение итогов. Заключение.

Сценарий дискуссии:

Дискуссия строится на вопросах:

Основной вопрос ведет дискуссию в том или ином направлении, к нему имеется несколько **ответных реакций**, которые могли бы быть участниками, после реакций в дискуссию вбрасываются несколько **уточняющих или провокационных вопросов**, которые позволяют поднять накал общения. В конце каждого блока обсуждения делается **вывод**. На одно обсуждение выделяется не более 6-8 минут, после чего делается вывод и коротко записывается на доске или флипчарте.

Итак, дискуссия вариант первый:

1. Какое впечатление произвел на вас фильм? Какие чувства вызвал?

Ответы могут быть разными, и дальнейшее обсуждение Вы строите, исходя из ответов участников. Например: кто-то скажет, что это распространенная ситуация. Кто-то будет настаивать на том, что так в жизни не бывает.

Ведущий:

Что именно показалось вам знакомым в событиях, разворачивающихся в фильме?

Выслушайте ответы участников.

Например:

Кто-то из участников: «Я знаю похожую ситуацию...».

Выслушайте историю участника дискуссии.

Кто-то из участников: Такого не может быть! Герои ведут себя не естественно.

Ведущий:

Кто именно? Почему? Что в поведении этого героя кажется наигранным?

В зависимости от ответов обсудите предложенные несоответствия и ведите дискуссию к тому, что люди, находящиеся в стрессовой ситуации, могут думать и поступать совсем по другому, чем в обычной жизни.

2. Как вы думаете, почему Саша все-таки употребил наркотики?

Выслушайте ответы.

Возможные варианты ответов: «поддался на уговоры друзей», «не хотел потерять девушку», «взяли на слабо», «подсыпали», «повлияла атмосфера», «заставили».

Обсудите варианты.

Ведущий:

Причины могут быть разными. Но все они являются просто оправданием первой пробы. На самом деле, все зависит от личной позиции человека. Если

у него сформировано аргументированное отрицательное отношение к употреблению наркотиков, то никакие друзья и их уговоры, а также атмосфера, не смогут заставить его попробовать наркотики. Скорее всего, у такого человека вообще не будет друзей, вовлеченных в проблему наркопотребления.

Очень редко встречаются ситуации, когда первая проба происходит не добровольно. Так как, чаще всего, наркотики в первый раз предлагают те люди, которым человек доверяет и не ожидает от них ничего плохого.

Если человек сам еще не употребляет наркотики, но слушает истории об употреблении, проводит время с потребителями, не выражает своего отрицательного отношения к потреблению и не покидает эту компанию, то все это является проявлением социальной зависимости, зависимости от тех людей, которые употребляют и, возможно, распространяют наркотики.

Обратили ли вы внимание на девушку, которая вышла из машины?

Выслушайте ответы.

Да, это и есть пример четко сформулированной отрицательной позиции по отношению к употреблению наркотиков. И один из лучших способов избежать риска, связанного с предложением употребления наркотиков – просто уйти.

3. С чем связано, по вашему мнению, поведение Семена Аркадьевича? Почему он не сразу разобрался в ситуации?

Возможные ответы: «не верил в то, что Саша может попасть в такую ситуацию», «не представлял себе, что мальчик из хорошей семьи попадет под влияние окружения», «находился в стрессовом состоянии».

Ведущий:

Действительно, когда мы узнаем какую-либо негативную информацию о близком человеке, нам сложно совместить наши представления об этом человеке и его поступки. Кажется, что материальное благополучие семьи гарантирует не попадание в зону риска. И многие родители стараются предоставить своему ребенку максимальные блага и возможности, занять его различными делами по максимуму, упуская при этом повседневное дружеское общение и взаимопонимание.

Наш герой просто не ожидал, что такой хороший мальчик (поступает в ВУЗ, английский в совершенстве, водительские права) способен на необдуманные поступки.

4. Как вы оцениваете поведение Риты и Димы? Заметили ли вы в какой момент фильма начинают раскрываться их характеры?

Выслушайте ответы.

Участники могут заметить, что уже в сцене в машине, когда ребята мечтают о будущем, их стремления сводятся к «красивой» жизни, где на первом месте деньги, «красный Ferrari», а общечеловеческие ценности,

такие как взаимоотношения, любовь, личные достижения, дружба вообще не упоминаются.

Ведущий:

В жизни подростков (молодых людей) друзья играют самую важную роль. Большую часть своего времени они проводят вместе, и влияние компании чрезвычайно велико. Важно учиться разбираться в людях и по возможности избегать общения с теми личностями, которые могут нанести вред вашему здоровью и благополучию. Без жизненного опыта сделать это очень сложно, но обращать внимание на слова, поступки и отношение к жизни вашего окружения все-таки стоит.

5. Что, по вашему мнению, произошло на допросе ребят у следователя?

Варианты ответов: «подстава», «предательство», «обман».

Ведущий:

А с чем связано их поведение?

Участники могут ответить, что ребята струсили, старались скинуть с себя ответственность, забыли в этот момент про дружбу, лишь бы выйти сухими из воды.

Ведущий:

Как сказал следователь, наказание за любые действия с наркотиками может быть очень серьезным. За распространение наркотиков в особо крупном размере (ч.5 ст.228.1 УК РФ) может быть уголовное наказание вплоть до пожизненного заключения. А уголовная ответственность за распространение и хранение наркотиков наступает с 14 лет.

Сотрудник ФСКН сознательно сгущал краски и, конечно, ребята испугались. Испугались до такой степени, что попытались свалить всю вину на Сашу. Хорошие друзья, как вы думаете?

6. Вспомните, пожалуйста, сцену в клубе и аварию.

Ведущий:

Какой вред от наркотиков и кому был нанесен? Кто больше пострадал от наркотиков в этом фильме? Только лишь потребитель? Или в историю потребления включаются все новые люди?

Выслушиваете ответы участников.

Здесь показано лишь одно из следствий употребления наркотиков. Авария, в которой пострадали два человека – девочка с травмами и юноша в коме. Давайте подумаем, какие еще последствия могут быть?

Выслушайте ответы.

Да, все верно. Вследствие употребления человек может потерять здоровье, поскольку в любом наркотике содержатся токсины (яды), которые разрушают организм. Страдают печень, мозг, кровеносная и нервная системы и другие органы. Помимо этого, употребление наркотиков может привести к тяжелому отравлению и смерти. Кроме физических последствий обязательно

будут психологические. Психическая зависимость формируется после первой пробы наркотиков. Это состояние называют биологической памятью, и человек будет помнить его всю жизнь, пусть даже на бессознательном уровне.

К сожалению, проблемы наркотиков затрагивают людей, которые, казалось бы, не имеют к ним непосредственное отношение.

Пострадавших очень много - сверстники, которых потребитель подсаживает на наркотики, родители, которые отказываются от собственной жизни, от себя, и все сконцентрировано на жизни потребителя! Любимые людям, которые оказываются не у дел, потому что тяга к наркотикам сильнее любви, привязанностей, всех вместе взятых ценностей человека.

Польза есть для наркоторговцев, которые зарабатывают деньги, зарабатывают на человеческих судьбах, здоровье, жизни. И, кстати, как вы думаете, за кого наркоторговцы принимают людей, которые у них покупают наркотики? Как называют наркопотребители своих поставщиков? Иногда те, кто потребляют наркотики, называют друзьями тех, кто их распространяет. Друзья ли это?

От наркотиков страдают абсолютно все сферы жизни человека, а также все близкие и любимые люди. И вряд ли можно назвать друзьями тех, людей, которые зарабатывают деньги на здоровье и жизни людей.

7. Как вы думаете, какой выбор сделает врач, стоя перед дверью в кабинет следователя? И почему?

Выслушайте ответы.

Возможные варианты ответов: «врач передает следователю сумку с камерой и таблетками, потому что его убедили слова сотрудника ФСКН о том, что каждый человек может повлиять на ситуацию с распространением наркотиков по мере сил. Кроме того, на кадрах съемки видно, что распространителями таблеток является не Саша, а Рита и Дима», «врач передает следователю только сумку, тем самым защищая Сашу и косвенно его друзей».

Ведущий:

В жизни каждого человека когда-то наступает момент для серьезного выбора. Выбора, который может повлиять на судьбу других людей. Здесь важно взвесить все за и против и выбрать единственный правильный вариант. Если Семен Аркадьевич понимает, что сокрытие улики с целью спасения Саши от неприятностей, не решает проблему. И, если его затронула сложившаяся ситуация – авария, кома, девочка, разговор со следователем, съемки камеры – он, скорее всего, передаст сумку с камерой и таблетками следователю.

8. Почему авторы назвали фильм «Все хорошие люди»?

Выслушайте варианты ответов.

Скорее всего, участники скажут, что фильм снят про в общем-то обычных и хороших людей. Но первое впечатление обманчивое. Оно может быть только до тех пор, пока в жизни не появятся наркотики.

Ведущий:

С первым их появлением наркотиков начинаются изменения и проблемы в жизни даже хорошего человека. Со временем наркотики нивелируют все положительное, что было заложено в человеке с детства.

9. Что хотели показать авторы фильма? Про что для вас этот фильм?

Возможные ответы участников: «про жизнь» (разверните вопрос, про какую жизнь?)

Ведущий:

А как вам кажется, кто в ответе за то, какая жизнь у человека будет? Что остается в жизни человека, который употребляет наркотики? Жизнь ли это уже тогда? И, что вообще произошло, вначале ведь вроде как все было хорошо? Назовите те ценности, которые присутствуют в жизни наркопотребителя.

Выслушиваете ответы, фиксируете на доске или флипчарте.

Ведущий:

Со временем, для наркопотребителя все перестает иметь смысл, никаких других мыслей и желаний нет, все сконцентрировано на поиске денег на наркотики - психическая зависимость, и окружение – сплошь наркопотребители, которых уж точно нельзя назвать друзьями – социальная зависимость.

Когда в жизни человека появляются наркотики, исчезают ценности, появляется зависимость.

10. Скажите, пожалуйста, а какие перспективы дальнейшей судьбы героя, если конец фильма это еще не финал?

Возможный вариант развития событий: «главный герой вылезся и больше никогда не употреблял наркотики».

Ведущий:

Как вам кажется, какой процент потребителей наркотиков вылечивается? Сколько их реально доходит до врача? И скольким из тех, кто прошел лечение, удастся не вернуться к употреблению наркотиков?

Выслушиваете ответы участников.

Ведущий:

ЕДИНИЦЫ! Как вы видели в фильме причин для смерти у наркопотребителей много, и смерть может наступить раньше, чем сформируется желание и готовность пойти лечиться. Поэтому чаще всего конец именно такой. И, к сожалению, ни слезы матери, ни смерть, так называемых, друзей-потребителей, ни собственный опыт передозировки не могут остановить наркомана от употребления наркотиков.

Избавиться от наркотической зависимости могут единицы, а вот заразиться ВИЧ, умереть от передозировки, уйти в криминал могут все остальные.

Второй вариант развития событий: «не может здесь быть другого конца, все наркоманы заканчивают очень плохо».

Ведущий:

А как вам кажется, был какой-то момент, когда ситуацию можно было бы еще переломить, так, чтобы исход был хороший?

Выслушиваете ответы участников.

Комментарии: только до начала употребления наркотиков! То есть, фактически что-то изменить можно только до начала употребления наркотиков, а могут это только те, у кого есть четкая, ярко выраженная негативная позиция в отношении употребления наркотиков.

Важно понимать, что есть очень небольшое число людей, которые смогли преодолеть зависимость, и находятся в состоянии ремиссии, люди, которые прошли долгий путь лечения, а может и не однократные попытки лечения, люди, которым пришлось фактически учиться заново жить – радоваться, переживать, чувствовать, выяснять отношения, справляться со стрессами и делать все это без наркотиков. И как при любом хроническом заболевании, а наркомания именно хроническое заболевание, у человека может начаться обострение, и он опять вернется к употреблению наркотиков, опустившись сразу на самое дно.

Благоприятный исход в этой ситуации – изначальный отказ от употребления наркотиков.

11. Есть ли что-то общее между вами и героем фильма?

Участники: «нет, мы не такие».

Ведущий:

А какие вы? А какие они те, кто начинают употреблять? Они люди с другой планеты? Они слабые? Глупые? Не знают последствий? Думают, что их это не коснется и зависимость, ВИЧ, тюрьма – это про других?

Выслушиваете ответы участников.

Комментарии: нервной клетке в мозгу каждого из нас, совершенно все равно о том, что человек думает о своей силе воли, о то, что его точно не коснутся проблемы, потому что он во время может остановиться. Нервной клетке все равно, что человек думает о доверии к «друзьям» предложившим наркотики, ей абсолютно неважно какую отмазку человек придумает для того, чтобы оправдать свою глупость, достаточно один раз потребить и психология последует за обычными биохимическими процессами в пораженном мозгу, организм скажет «ДАЙ!».

Все выводы Вы фиксируете на доске или флипчарте, после окончания обсуждения, пожалуйста, зачитайте все выводы, к которым пришли в ходе дискуссии.

12. Скажите, пожалуйста, а как не стать наркоманом?

Выслушайте все ответы.

Комментарий для ведущего: не удовлетворяйтесь ответами: не употреблять! Спросите - как это сделать? Пускай участники предложат все возможные модели поведения.

Придите с участниками к тому, единственный способ не стать наркоманом - не потреблять ни при каких обстоятельствах никакие наркотики и вещества на них похожие. Но главной стратегией является яркая, четко выраженная позиция, озвученная своим сверстникам, что наркотики – это не для вас! Тогда вы не только не окажетесь в ненужном круге общения, но и предлагать вам наркотики никто не будет. Позиция: я вам говорю: я не употреблял, не употребляю, и не буду употреблять и приложу все усилия, чтобы вы думали также.

В конце занятия вы делаете философское заключение:

Нет причин в этой жизни, оправдывающих то, что человек ради пятиминутного кайфа, слил свою жизнь в унитаз и одновременно с этим стал преступником, больным, изгоем и предателем.

Я не могу вас остановить, я не могу держать за руку каждого из вас, и не могу убрать всех негодяев, которые возможно встретятся вам на жизненном пути – это ваша задача, ответственность, жизнь, судьба.

*Спасибо всем, думайте, берегите себя и **будьте хорошими людьми всегда!** Сделайте паузу.*

На этом занятие заканчивается.

2 вариант обсуждения.

Представьте себе, пожалуйста, что вы группа экспертов и вас попросили сделать экспертное заключение на фильм.

Пожалуйста, объединитесь в группы по 4-5 человек и напишите рецензию на только что просмотренный фильм, и затем, когда все группы будут готовы – зачитайте ее. В своих рецензиях вы можете отметить, с какого возраста вы бы рекомендовали смотреть данный фильм, на, чем бы заострили внимание тех, кто будет его смотреть и вообще нужно ли его смотреть? Что в фильме вам показалось самым «цепляющим», важным?

После прочитанных рецензий Вы и участники можете задавать вопросы и давать комментарии.

После выслушанных «экспертных оценок», еще раз спросите у участников: Как вы видите, в чем основная идея фильма?

Выслушиваете ответы участников.

Приложение 1.

Организация и ведение дискуссии

При подготовке данного приложения использованы материалы книги Фонда Фридриха Науманна "Либеральные Клубы, Либеральные Столы Фонда Фридриха Науманна" - М.: Комплекс - Прогресс.

При проведении дискуссии всегда существует опасность ее выхолащивания: бесплодный спор, бесконечная болтовня, множество монологов вместо диалога, потеря темы, скука (смерть дискуссии!) - от этого не застрахован никто. Чтобы избежать подобных недостатков, необходимо предпринять ряд профилактических мер.

Во-первых, нужен ведущий, а в некоторых случаях - двое ведущих. Задача ведущего - направлять ход дискуссии. Ведущий должен: заботиться о соблюдении правил дискуссии, которые оговариваются в начале дискуссии, выстраивать дискуссию и следить за соблюдением темы, задавать дополнительные вопросы, если что-то осталось неясным, чтобы ход дискуссии не нарушался, снимать излишние обострения в ходе дискуссии; повторять или обобщать аргументы, если это представляется ему необходимым; стимулировать живую дискуссию, вызывать участников на выступления, если вдруг наступает тишина («милиционер рождается»); а также многое другое, что невозможно предусмотреть заранее.

Главные качества ведущего - четкое представление обсуждаемой темы, гибкость в поведении и способность адаптироваться к аудитории. Важно быть нейтральным и беспристрастным, чтобы помочь участникам дискуссии достигнуть общей цели. Контролируя процесс, ведущий контролирует результат.

Прежде, чем начать работу, ведущий должен представиться сам и представить своих помощников, если таковые есть, объяснить присутствующим свои и их обязанности, убедившись, что все участники поняли суть этих ролей. Если на дискуссию приглашены эксперты, надо пояснить их функцию.

Во время дискуссии:

Сосредоточьте участников на конкретно обсуждаемом вопросе, вы можете установить очередность выступлений, если появляется сразу много желающих высказаться; сдерживайте участников, не давая говорить всем

одновременно; в случае необходимости предложите еще раз прочитать обсуждаемый вопрос.

Следите за тем, чтобы каждый из присутствующих имел возможность высказаться, чтобы никто не подвергался личным нападкам

Не отвечайте сами на вопросы, касающиеся содержания обсуждения, используйте прием "бумеранга": адресуйте эти вопросы всем дискуссионкам; в случае если задавший вопрос будет настаивать на ответе, напомните ему о своей роли;

Вмешивайтесь и более жестко руководите дискуссией, когда атмосфера накаляется или обсуждение зашло в тупик.

Как вести себя с "трудными" участниками:

Когда поведение «трудного» участника дискуссии начинает мешать общей работе, не игнорируйте этого факта, сделайте замечание, начиная с более мягкого - прямую конфронтацию оставьте на крайний случай;

Всегда и всех критикующего и дающего негативные оценки выступлениям можно остановить, пообещав при подведении итогов дать ему высказаться;

Молчаливого или сидящего с отсутствующим видом человека попробуйте заинтересовать, обратившись к нему с вопросом "А что Вы думаете по этому поводу?"; если он затрудняется ответить, быстро переключитесь на другого участника; в перерыве постарайтесь выяснить у "отсутствующего", почему он не участвует в дискуссии;

Очень трудно сосредоточиться, когда рядом шепчутся или хихикают: попробуйте подойти близко к шептунам. Если это не поможет, попросите их сказать, что они обсуждают.

Постарайтесь отличить творческий конфликт (несовпадение позиций) и личный (неприятность), последний безапелляционно пресекайте.

Завершив обсуждение блока вопросов, обратите внимание участников на "коллективную память", запишите и зачитайте высказывания по этой теме, несколькими словами подведите итог (итог, который можно подвести, расписан в конце каждого вопроса).

После завершения дискуссии в целом не забудьте подвести общие итоги, постоянно обращаясь к записи «коллективной памяти».

В заключение можно предложить каждому участнику высказать свои мысли, озвучивать чувства, переживания, короче говоря, все то, с чем они уходят с дискуссии.

ЭКСПЕРТЫ

Дискуссии по некоторым темам невозможны без привлечения специалистов-экспертов. В особенности, когда необходимы определенные специальные углубленные знания: в этих случаях требуется экспертная оценка специалиста. В начале дискуссии эксперты делают заключения в форме заявления и затем отвечают на дополнительные вопросы. В ходе дискуссии они в ответ на просьбу ведущего дают дополнительные разъяснения. Однако в самой дискуссии - в узком смысле - они участия не принимают.

Методы ведения дискуссии.

- Можно предоставить дискуссию, самой себе и дать волю силам, движущим людьми в их взаимодействии, с целью посмотреть, что из этого выйдет, и лишь потом переходить к ведению дискуссии по определенным правилам. Такой прием можно использовать для того, чтобы ведущий, как и участники, смогли увидеть, насколько «зрелой» в дискуссионных делах является группа собравшихся дискуссионщиков. Однако лучше следует с самого начала вести дискуссию по правилам и с использованием определенных методов. Эти правила и методы в значительной степени зависят от характера темы.
- При обсуждении тем типа "да/нет" среди участников обычно находятся сторонники обоих мнений. В этом случае можно использовать такое средство, как формулирование тезисов. Ведущий просит по одному представителю от каждого лагеря ("да" или "нет"), чтобы они коротко, в тезисной форме, представили свою точку зрения и кратко обосновали ее.
- Использование стендов и больших листов бумаги. Весьма полезно записывать основные пункты дискуссии на стенде или больших листах бумаги, прикрепленных к стене. Излишнее усердие может оказаться здесь неуместным. Записываться должны не все высказывания дискутирующих, а лишь выделенные ведущим самые важные, стержневые пункты, мнения, промежуточные результаты и вопросы.
- Работа дискуссии может быть организована и в виде ролевой игры. В этом случае между участниками распределяются различные роли. Это могут быть, например, роли представителей различных социальных слоев, всевозможных государственных учреждений - милиции, врачей, учителей и т.п. И тогда участники озвучивают мнение по заданному вопросу с точки зрения выпавшей роли.

ПРАВИЛА ДИСКУССИИ

Чтобы дискуссия была успешной, она должна подчиняться определенным правилам.

Во-первых, дискуссия требует строгого распределения времени.

Но каждое выступление в дискуссии отводится не более 3 минут. По истечении этого времени выступающему дается шанс кратко завершить свою мысль и аргументы, после чего он лишается слова. Для изложения мнения эксперта или программного выступления отводится от 5 до 15 минут. Относительно их продолжительности следует заранее условиться с ведущим. Участники могут запросить у ведущего до 5 минут, кратко указав соответствующие причины, ведущий в каждом случае принимает конкретное решение. Ведущему требуется колокольчик, с помощью которого он следит за соблюдением временного регламента, отмечая, когда срок выступления истекает.

ПРАВИЛА ВЕДЕНИЯ ДИСКУССИИ

- Истина не принадлежит Вам, как не принадлежит никому
- Не говорите "Вы не правы", а только - "Я с Вами не согласен"
- Необходимо опираться на надежную фактическую базу
- Желательно в начале выступления уточнить аргумент диспутанта, который вы хотите оспорить
- Обсуждая тему А, не начинайте дискуссию по теме Б
- Формулируйте тезис в начале и/или в конце Вашего выступления
- Нельзя превращать реплику в доклад: если Вы не можете развить аргумент в течение трех минут - с Вашими аргументами что-то не так
- Если Ваш аргумент кажется Вам слишком простым и наивным, не стесняйтесь - как раз наивные аргументы часто оказываются продуктивными
- Не оставляйте без внимания ни одного выступления участников: вдруг именно в нем, даже в "банальном" и "странном" содержится что-то ценное для общего хода дискуссии
- Говорите сейчас, здесь, а не потом, в коридоре
- Каждый имеет право на молчание

Приложение № 2.

Что такое профилактика (Руководство «Смотри по жизни вперед» РОБО «Центр профилактики наркомании»):

Всю нашу работу по профилактике злоупотребления ПАВ (Психоактивные вещества), ВИЧ-инфекции, мы планируем, исходя из определения понятия профилактики как **активного поступательного процесса** создания условий и формирования личных качеств, поддерживающих **благополучие**. То есть цель профилактики – повышение качества жизни. И затрагивает профилактика не только медицинские аспекты здоровья, но и призвана изменять социально-психологический статус личности и обеспечивать условия для закрепления позитивных изменений.

Давайте попробуем разобраться, какие подходы к профилактической работе существуют:

- **предоставление информации.** Этот подход предполагает, что повышение уровня знаний о психоактивных веществах и последствиях их употреблении является эффективным средством для отказа от наркотиков и алкоголя. Среди нескольких вариантов этого подхода наиболее популярными является: предоставление информации о негативном влиянии ПАВ на организм и продолжительность жизни. Еще один способ показать неприглядные стороны употребления наркотиков и алкоголя - описание фактов деградации личности людей, употребляющих наркотики, ситуаций, историй и жизненных трудностей наркоманов и алкоголиков. Это, как правило, стратегия запугивания, сознательного вызывания страха. Чаще всего такие программы не достаточно интенсивны и непродолжительны. Тем ни менее, полностью отказываться от них преждевременно.
- **эмоциональное «обучение».** Этот подход базируется на предположении о том, что зависимость от ПАВ чаще развивается у людей, имеющих трудности в понимании и выражении собственных эмоций. Это люди с низкой самооценкой и неразвитой способностью к сопереживанию (эмпатией), с недостаточно развитой эмоциональной сферой, имеющие в структуре своей личности так называемый «запрет на эмоции». В связи с этим они часто не умеют накапливать опыт переживаний и принятия решений в стрессовых ситуациях. Кроме того, люди с неразвитой способностью открыто проявлять свои эмоции, обычно не достаточно общительны, скованы в проявлении чувств, низко оцениваются сверстниками и поэтому готовы любой ценой включиться в группу ровесников и быть принятыми ею, даже посредством приобщения к наркотикам и алкоголю.

Подростковая наркомания в настоящее время распространилась не только на подростков с проблемами в эмоциональной сфере, поэтому, отдельно взятая эта модель, хотя и является эффективной, не может использоваться изолированно от других.

- **апелляция к ценностям и знаниям.** Подход, основывается на теориях об изменении поведения и использует методы поведенческой терапии. Проблемное поведение подростка рассматривается с точки зрения функциональных проблем. Употребление алкоголя и эксперименты с наркотиками могут быть попыткой демонстрации взрослого поведения, способом уйти от родительского контроля, выражением социального протеста, вызовом по отношению к ценностям среды. Это и стремление получить новый, ранее не познанный опыт, и поиск удовольствия и расслабления, и «открытие двери» в группу сверстников, и возможность приобщиться к определенной субкультуре. Такое поведение можно трактовать как просьбу о помощи в ситуациях конфликта, напряжения, давления со стороны социальной среды, акт отчаянья, ответ на определённые нарушения в психологическом и социальном развитии. Исследователи этого вопроса описывают большое количество таких субъективных мотивов и четко устанавливают факт - употребление алкоголя и наркотиков в таких ситуациях является распространенным и приемлемым в поведении молодых людей. Сторонники этого подхода считают, что подростки с подобными функциональными расстройствами нуждаются в приобретении умений противостоять злоупотреблению ПАВ. На основе такой позиции разрабатываются программы жизненных навыков, которые фокусируются на повышении у подростков устойчивости к различным негативным социальным влияниям и повышении индивидуальной компетентности. Традиционно эти программы охватывают две области: информационную и социальную. Информационный компонент заключается в изложении информации о вреде и социальной недопустимости употребления наркотиков. Социальный – представляет собой разработку планов самосовершенствования, обучение стратегиям принятия решений, устойчивости к влиянию других.

- **воспитание противодействия наркотикам.** Этот подход фокусируется на привитие таких социальных навыков, как, во-первых, умение сопротивляться влиянию сверстников и, во – вторых, умение сказать “нет” в ответ на предложение попробовать наркотики. Первые нацелены на профилактику девиантного поведения, а вторые направлены на освещение типичных ситуаций, в которых подростку могут предложить наркотики и конкретных стратегий, как от них отказаться. Но попытки навязать нормы поведения в подростковой среде имеют такой же небольшой эффект, как и попытки побудить наркозависимых воздерживаться от употребления

наркотиков вообще. Авторы этих программ часто не учитывают, что сами они не являются носителями ценностей и устремлений, которые разделяет молодежь.

- **предоставление альтернативы.** Этот подход предполагает необходимость развития альтернативных социальных программ, в которых молодые люди могли бы реализовать стремление к риску, поиску острых ощущений, повышенную поведенческую активность, столь свойственную молодым.

Подход, основанный на предоставлении альтернативы, может способствовать повышению самооценки и укреплению социальных связей, но взятый изолированно он, скорее всего, окажется неэффективным. Если подростку что-то предлагается «вместо» ПАВ и не учитывается то, что их употребление может быть в молодежной среде приемлемой формой поведения, то можно получить такой результат: с удовольствием получая возможность хорошо проводить время, подростки легко заменяют «вместо» на «вместе» - одно другому не мешает...

- **влияние социальной среды и сверстников** Подход основывается на понимании того, что влияние сверстников и семьи играет важную роль в жизни подростка, способствуя или препятствуя началу употребления алкоголя и наркотиков. С точки зрения этого подхода важнейшим фактором развития человека является социальная среда, как источник обратной связи, поощрений и наказаний. Наиболее популярными среди таких программ являются тренинги устойчивости к социальному давлению сверстников, где подростки получают «прививки» против воздействия средств массовой информации (например, в отношении легальных психоактивных веществ), против влияния родителей, употребляющих алкоголь. Одним из важных подходов в программах такого рода является работа с лидерами - подростками, желающими пройти обучение с целью осуществлять профилактическую работу в среде сверстников.

До сих пор не существует стройной модели социального влияния, объясняющей пути, приводящие к употреблению наркотиков, но есть мнение, что лидеры подростковых групп, так же как учителя и родители влияют на установление более ответственного отношения к употреблению наркотиков и формирование определенного личного отношения к наркомании, а это действительно может снизить вероятность проб. Спорить с такой точкой зрения не приходится. Однако, сама по себе подростковая группа, опять таки за счет наличия у многих подростков лояльного отношения к употреблению наркотиков и алкоголя может легко превратиться в фактор риска.

- **укрепление здоровья** Этот подход основывается на сочетании личного выбора и социальной ответственности за здоровье, где укрепление здоровья

является неким объединяющим понятием и представляет собой процесс «примирения» человека с окружающей средой. С этих позиций здоровье рассматривается как источник благополучной повседневной жизни, а не как цель существования. Это - позитивная концепция, берущая за основу социальные, личностные и физические возможности человека.

Важной составляющей этой концепции является жизненная компетентность. Основной деятельностью в рамках программ укрепления здоровья является развитие здоровой личности, проявляющей здоровый жизненный стиль, влияющий не только на собственное благополучие, но и способствующий позитивным изменениям среды, социальной и культурной ситуации. Группы, в которых проводится обучение здоровому жизненному стилю, обычно охватывают школьников, поскольку именно в контексте школьного обучения возможно регулярное и систематическое образование. Кроме того, работа проводится со средой - семьей, общностью, в которой живет подросток.

Важно понимать, что эффективным будет только комплексный подход, содержащий в себе все выше перечисленные подходы. Отдельно взятый подход, в лучшем случае, не принесет пользы, а в худшем может спровоцировать начало употребления.

Приложение 3.

Таблица психологических особенностей подростков, которые необходимо учитывать при проведении занятий

<i>Психологические особенности подростка</i>	<i>Как они проявляются в поведении подростка</i>	<i>Как учитываю в проведении Занятий</i>
1. Чувствительность к мнению окружающих по поводу внешности, знаний, способностей	Подростки становятся обидчивы. Для них лучше ничего не сказать, чем сказать и ошибиться. Они хотят выглядеть лучше всех и производить выгодное впечатление.	<ul style="list-style-type: none"> • я избегаю оценок, говорю только о себе, своих чувствах; • принимаю подростков такими, какие они есть; • даю возможность высказаться каждому; • поддерживаю инициативу. • поощряю позитивное поведение
2. Реакция эмансипации – стремление высвободиться из-под контроля, опеки взрослых, внешнее бунтарство, демонстративность	В группе проявляется как сопротивление: участники могут демонстративно нарушать правила, громко обсуждать слова или поступки ведущего.	<ul style="list-style-type: none"> • использую демократический стиль руководства; • даю участникам право свободно высказывать свои мысли, говорить о своих чувствах; • занимаю равную позицию по отношению ко всем участникам; • отказываюсь от менторского тона, запретов, нотаций.
3. Потребность в доверительном общении	Хотят, чтобы их мнение уважали. Хотят быть услышанными. Тяжело переживают, когда их перебивают, не дослушав.	<ul style="list-style-type: none"> • общаюсь с участниками на равных, но не допускаю панибратства; • обращаюсь лично к каждому; • придерживаюсь правила конфиденциальности и правил групповой работы.
4. Потребность в общении и дружбе, страх быть отвергнутым.	Часто избегают общения из страха «не понравиться». Поэтому многие не могут сформировать глубокие межличностные отношения.	<ul style="list-style-type: none"> • я не только поощряю, но и способствую неформальному общению между участниками группы; • поддерживаю, подбадриваю неуверенных в себе; • в план тренинга ввожу дискуссии о любви и дружбе.
5. Стремление быть принятым в своей социальной роли и статусе; потребность быть идентифицированным со	Возможно ярко выраженное стремление к эпатажности, приукрашивание своих «подвигов», как социально-приемлемых, так и наоборот. Могут не	<ul style="list-style-type: none"> • я разбиваю «могучие кучки» (например, делю группу на пары так, чтобы в одной паре оказался участник «могучей кучки» и участник, в нее не входящий); • могу дать домашнее задание, которое требует взаимодействия,

сверстниками, обладающими значимыми качествами.	выражать свое мнение, если оно расходится с мнением группы. Болезненно воспринимают потерю авторитета в группе.	возможно даже вне группы (например, прошу провести социологический опрос); <ul style="list-style-type: none"> • если реальные или надуманные различия (социальный статус, статус подростковой культуры, возраст и пр.) начинают мешать работе, обсуждаю этот момент с группой.
6. Склонность к риску, острым ощущениям.	Не умеют адекватно оценивать свои силы. Не думают о своей безопасности.	<ul style="list-style-type: none"> • использую упражнения, направленные на отработку навыков адекватного реагирования в трудных ситуациях общения и в ситуациях снятия стресса; • демонстрирую уверенное, спокойное поведение.
7. Подверженность влиянию со стороны сверстников.	Боязнь твердо выразить свое мнение и оказаться «белой вороной». Могут не иметь своего мнения и не обладать навыками самостоятельного принятия решений.	<ul style="list-style-type: none"> • я использую ролевые игры, направленные на выработку навыков принятия самостоятельных решений и умения сказать «нет»; • поощряю желание участников группы делиться полученной на тренинге информацией со своими сверстниками.
8. Низкая устойчивость к стрессам.	Могут действовать необдуманно, вести себя неадекватно.	<ul style="list-style-type: none"> • провожу дискуссию о способах реагирования в стрессовых ситуациях.

Основные взгляды, характерные для подростков в рассматриваемой нами проблеме:

14 – 16 лет

По отношению к наркотикам формируются 3 группы:

1. «употребляющие и сочувствующие» - интересуют вопросы, связанные со снижением риска, с возможностью и продолжительностью употребления без наличия зависимости. Употребление считается признаком независимости. Среди членов этой группы много лидеров. Активные сторонники употребления наркотиков ведут «работу» по расширению своих рядов за счет ребят, не определивших своего отношения к наркотикам
2. «Радикальные противники» - «сам никогда не буду и не дам гибнуть другим». Многие из членов этой группы считают употребление наркотиков признаком слабости и неполноценности оказываются в подростковой среде «белыми воронами». У них начинает зреть осознанный протест против сложившейся ситуации. Они готовы активно противодействовать распространению наркотиков, прежде

всего в своей среде. Но часто их действия основаны на эмоциях, бессистемны и далеко не всегда безопасны.

3. Группа, не определившая своего отношения к наркотикам. Значительная ее часть может начать употребление под влиянием друзей.

Таким образом, если это отношение не сформирует здоровая, благополучная, защищенная социальная среда, то его вполне возможно сформирует наркогенная субкультура.

Стратегии общения:

- Имеет смысл использовать ролевые игры и упражнения (а не наставления), которые научат, как противостоять давлению сверстников, помогут в выработке необходимых навыков ответственного поведения и покажут необходимость и важность здорового образа жизни и соблюдения моральных норм (дополнительные материалы для проведения занятий в тренинговой форме вы сможете получить на сайте www.vvb.spb.ru)
- Обучать подростков навыкам правильной передачи информации о здоровом образе жизни их сверстникам, друзьям, знакомым.
- Лучше всего построить проведение занятий и обучение по теме профилактики зависимостей так, чтобы оно заинтересовало, вызвало вопросы и активное обсуждение.

Чего не следует допускать, работая в области профилактики зависимости от психоактивных веществ:

- Использование тактики запугивания
- Искажения и преувеличения негативных последствий злоупотребления ПАВ при описании их воздействия
- Ложной информации. Даже после однократной ее подачи вся дальнейшая информация будет отторгаться подростками, которые сегодня достаточно хорошо информированы
- Переизбыток информации о воздействии ПАВ (есть опасность, что данная информация может выступать провоцирующим фактором, нежели, чем защищающим).

Навыки и знания, которыми должен обладать ведущий для эффективной работы с группой по теме: «Профилактика зависимостей»

Итак, что же важно знать:

- Наличие достоверной информации в области профилактики

зависимости от ПАВ.

- Знание особенностей подросткового и юношеского возраста
- Принимать во внимание мнения и точки зрения других людей, даже, если она противоположна Вашей.
- Уметь внимательно выслушать и понять собеседника.
- Уметь задавать вопросы и говорить на понятном языке, давать четкие и понятные инструкции
- Удерживать дискуссии в нужном русле
- Уметь наблюдать за каждым участником и за группой в целом
- Умение активизировать пассивных участников и занять, направить на благо группы слишком активных.

Чтобы подбодрить особо тихих участников:

- Попробуйте задавать им простые вопросы
- Ответ на вопрос спрашивайте по кругу, когда ответить должен каждый
- Поддерживайте инициативу
- Вовлекайте в работу по порам, чтобы им приходилось делиться ответственностью за ответ в группе
- В ролевой группе давайте им доминирующие роли
- Постарайтесь посадить их рядом с активными участниками.

В групповом процессе часто возникают проблемные ситуации, причинами могут быть: нарушение конфиденциальности, образование группировок, привлечение к себе внимания (позерство), сопротивление, споры.

Нарушение конфиденциальности:

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Во время подготовки к групповой работе уделите остаточное внимание вопросам доверия.
2. Обсудите с участниками правило конфиденциальности, расскажите о последствиях, которые могут иметь место в результате его нарушения.
3. Обозначьте пределы конфиденциальности. Теоретическая информация о зависимостях, полученная на занятиях, должна распространяться, а личная информация об участниках является закрытой и за пределы группы не выносится.

Образование группировок:

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Предотвратить появление группировок можно, если проводить с самого начала упражнения с постоянной сменой участников в парах и микрогруппах.
2. Если вы замечаете, что некоторые члены группы начинают противостоять остальной группе, попробуйте разделить их. Рассадите их так, чтобы члены намечающейся группировки сидели порознь. Этот прием хорош в самом начале.
3. Разбейте группу по парам так, чтобы в одной паре оказался участник из группировки и участник, в нее не входящий. Поручите им дело, которое требует взаимодействия, возможно даже вне группы.
4. Если различия (социальный статус, статус подростковой культуры и пр.) начинают мешать работе, обсудите этот момент с группой.

Привлечение внимания к себе (позерство)

Цель манипулирования, или позерства, - постоянно быть в центре внимания всей группы. Подобные подростки остро нуждающиеся во внимании окружающих, поэтому пытаются получить его даже негативными средствами. ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Избегайте позитивного невербального подкрепления (улыбки, одобрительные кивки) когда видите, что подросток работает на публику.
2. Разбейте группу на пары, а сами составьте пару с позером и наедине обсудите с ним его поведение.
3. Установите для каждого лимит времени.
4. Подчеркните, что работа и внимание группы должны быть распределены равномерно между всеми участниками
5. Действуйте в зависимости от ситуации. Например, вы можете остановить позера фразой: «Я вынужден прервать тебя, другим тоже надо высказаться».
6. Обращайтесь к другим участникам, особенно, к застенчивым.

Сопrotивление

Иногда может создаться впечатление, что сопротивляющиеся подростки преднамеренно хотят разозлить нас, но обычно это не так. Наоборот, сопротивление часто является самозащитой, а не попыткой вывести из себя ведущего группы. Сопrotивление может проявляться у нескольких участников одновременно.

ФАЗЫ СОПРОТИВЛЕНИЯ

1. Демонстративное неповиновение. Зачастую проявляется как вызов ведущему, открытое выражение недоверия.

2. Проверка. На этой стадии возможны попытки спровоцировать ведущего на агрессию. Таким образом, участники стремятся выяснить, похоже ли его поведение на поведение остальных взрослых.
3. Молчание. Возникает в том случае, когда ведущий не обращает внимания на выходки сопротивляющихся участников.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Можно встретиться с каждым из участников перед началом групповой работы и попытаться доходчиво объяснить, для чего создается группа.
2. Если в группе всего один сопротивляющийся участник, не тратьте на него слишком много сил в попытке преодолеть сопротивление. Позвольте ему выразить свой гнев по поводу того, что ему приходится участвовать в группе. После этого оставьте его в покое и продолжайте работу дальше.
3. Если подросток проявляет враждебность, молчит или язвительно разговаривает, попросите его рассказать, что заставляет его вести себя подобным образом.
4. Используйте методики и практические задания, которые требуют активных действий. Не ждите, что участники будут сидеть и просто разговаривать, как взрослые. Пусть они делают или создают что-то конкретное, изучая новые модели поведения на практике.

Споры.

Большинство подростков не умеет корректно выражать свое несогласие и не владеет методами разрешения конфликтов.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Переведите споры в дискуссии для того, чтобы обучить подростков конструктивным методам разрешения конфликтов, это ведь тоже одна из задач нашей программы.
2. Используйте возникающие эмоции для: углубления взаимоотношений между участниками, определения собственной позиции и стимулирования попытки разобраться с мыслями и чувствами.
3. Используйте различия во мнениях для целей обучения. Попросите участников открыто высказать свои мысли, а затем предложите остальным поддержать одну из сторон или высказать собственную точку зрения.
4. Возможно, вам придется пересмотреть установленные правила групповой работы.

Приложение № 4.

Развитие зависимости от наркотиков как болезни

и место специалиста и родителя на различных стадиях заболевания

(Использованы материалы «Методическое пособие для специалистов, работающих с родителями наркозависимых» РОБО «Центр профилактики наркомании»)

Знания о существующих стадиях развития заболевания дают возможность не только распознать факт употребления наркотиков, но и правильно определить стиль поведения, объем и направление предоставляемой помощи.

Существуют различные классификации стадий развития наркомании, мы остановимся на той, которая основана на анализе проявления различных форм зависимости - социальной, психической и физической.

О социальной зависимости говорят тогда, когда человек еще не начал употребление наркотика, но вращается в среде употребляющих, принимает их стиль поведения, отношение к наркотикам и внешние атрибуты группы. В такой ситуации “близости” к наркотику, человек, зачастую, сам внутренне готов начать употребление.

Часто к такой группе можно принадлежать, только исповедуя ее принципы и подчиняясь ее правилам. Желание не быть отторгнутым может быть столь сильным, что способно заслонить привычные представления и изменить поведение человека. Неотъемлемое условие этой стадии заболевания - наличие группы, которая может формироваться даже вокруг одного потребителя наркотиков.

Даже после нескольких раз употребления наркотиков у подростков может быстро сформироваться **психическая зависимость**. Она проявляется в том, что человек хочет вновь вернуть состояние, которое он испытывал, находясь в наркотическом опьянении.

Он стремится или получить приятные ощущения от приема наркотиков, которые могут быть очень сильны, или, находясь под воздействием наркотиков, отвлечься от неприятных переживаний и отрицательных эмоций. В первом случае, лишившись возможности принимать наркотики, человек воспринимает действительность “серой”, недостаточно динамичной и живой, во втором - оказывается под давлением проблем, от которых он пытался уйти, прибегая к употреблению наркотиков. Желание избежать психологического и эмоционального дискомфорта столь сильно, что зачастую человек не в силах отказаться от дальнейшего употребления наркотиков.

При более продолжительном употреблении наркотиков у человека формируется **физическая зависимость**, которая появляется вследствие включения наркотика в процесс обмена веществ в организме. В этом случае при прекращении приема наблюдается состояние физического дискомфорта различной степени тяжести: от легкого недомогания до тяжелых проявлений абстинентного синдрома. Конкретные симптомы зависят от вида наркотика и от особенностей организма человека.

Остановимся поподробнее на тех моментах, что можно и должно предпринять как специалисту, так и родителю, на различных стадиях развития заболевания. Мы исходим из того, что наша информация, в первую очередь, рассчитана на специалистов, а те ее аспекты, которые предназначены родителям, будут транслированы им в процессе взаимодействия со специалистами.

На стадии **социальной зависимости** легче всего предотвратить процесс наркотизации подростка. Здесь важно проследить и проконтролировать социальные связи подростка, и этим занимаются такие специалисты, как школьные педагоги, руководители кружков и секций, социальные работники и психологи школ.

Что они могут сделать, чтобы подросток не стал пробовать наркотики?

Во-первых, выявить “неблагополучную” группу, в которой или есть потребитель, или наркотики являются предметом разговоров, обсуждений и т.д., и начать работать с ней.

По существу, социальная приемлемость или антисоциальность группы определяется поведением лидера. Соответственно, лидер является основным объектом воспитательных мероприятий и контроля. Иногда достаточным и эффективным способом изменения поведения группы может быть изоляция лидера от группы. Если это сделать невозможно, то основным способом воздействия на неблагополучную группу будет работа с ее лидером.

Внимание к лидеру – эффективное средство переориентации группы, во-первых, потому, что свойства его личности и его интересы - ключ к пониманию жизни группы как целого, во-вторых, потому, что внимание к лидеру импонирует всей группе и, тем самым, одновременно действует на всех. Если у лидера антисоциальные установки неустойчивы, случайны, воспитательная работа с ним и его переориентация вполне достижимы. А успешная переориентация лидера, учитывая подчиняемость группы, практически без дополнительных воздействий на других членов группы, меняет характер занятий и интересы всей группы. Авторы пособия имеют

неоднократный опыт работы, когда при первоначальном абсолютном негативизме в отношениях с молодежными группами ситуация резко менялась, если удавалось найти контакт с неформальным лидером или его ближайшим окружением, например, через официальное признание его как ведущего звена, через которое регулируется и направляется деятельность всей группы.

Если же контакт с лидером установить не удастся, возможны два менее эффективных и более трудоемких способов воздействия. Один из них - введение нового лидера. Подросток для этой роли не годится: при его бесспорных достоинствах и добрых намерениях появление претендента вызовет борьбу за власть. Стать новым лидером может только более взрослый и интересный человек, у которого есть реальная возможность стать авторитетом в молодежной группе за счет личных качеств и общих интересов, например, за счет увлечения экстремальными видами спорта или популярном в кругах молодежи музыкальным направлением, т.е. тем, что интересно и актуально для подростков.

Другой путь - индивидуальная работа с членами группы. Это сложно, потому что подчиняемость нежелательному лидеру сохраняется, и группа, как правило, ускользает от воздействия. Облегчить это положение может компрометация лидера, например, через использование слабых сторон его личности: эмоциональной неуравновешенности, неадекватного поведения, поверхностных знаний, отсутствие жизненного опыта. Однако следует помнить, что оценка группой своего лидера часто неадекватна. Ближайшей целью индивидуальной работы с подростками неблагополучной группы является привлечение их в другую, социально-приемлемую группу.

Во-вторых, помимо воздействия на отдельную группу или личность, на этом этапе важно учитывать особенности социума, в который входят эти группы, и ориентировать молодежь на здоровый образ жизни. Воздействие на мировоззрение, установки и ценности данной общности молодых людей будет эффективным средством предотвращения зависимости.

Нам представляется важным проведение на этом этапе информационно-образовательных программ для подростков всего класса, подросткового клуба, и т.д., на которых учителя (воспитатели) предоставляли бы объективную информацию о влиянии наркотиков на человеческий организм. Формы таких обучающих занятий могут быть различными: от лекций до игровых (тренинговых) занятий, специально оформленного стенда, проведения акции и т.д.

Особо хотелось бы сказать о таком важном моменте, как формирование отношения подростков к экспериментам с наркотиками. Опыт наших занятий со старшеклассниками показывает, что сам по себе образ наркомана непривлекателен для молодежи, т.е. никто не хотел бы

стать наркоманом, но многие считают возможным и допустимым для себя (и своего ближайшего окружения) попробовать наркотик. На этот счет в подростковой среде бытует масса мифов наркогенного содержания, которые как бы “разрешают” это сделать (сентенции, типа: “марихуана не вызывает привыкания”, “наркотик делает человека свободным”, “в жизни надо попробовать все”, “если контролировать прием наркотика, то зависимость не наступит” и много-много еще). На этапе социальной зависимости, или притягательности, привлекательности наркотика, человека еще можно остановить путем развенчания этих мифов, путем формирования собственной позиции в отношении намерения поэкспериментировать с наркотиком, путем осознания не только вредности, но и опасности подобных экспериментов.

В-третьих, необходимо обучение взрослых, а именно как названных выше специалистов, так и родителей. У взрослого населения также необходимо формировать отношение к потреблению психоактивных веществ (табаку, алкоголю, наркотическим средствам), их нужно информировать о проблеме наркомании, обучать способам взаимодействия с подростками и навыкам быть полезными и авторитетными для своих детей.

Наиболее важными родительскими действиями на этапе социальной зависимости подростка являются:

- Знание круга друзей, с которыми общается их ребенок, и если это возможно - родителей этих детей
- Знание того, как и где их ребенок проводит свое свободное время
- Воспитание в ребенке самостоятельности, ответственности за свои действия и поступки
- Воспитание в ребенке чувства собственного достоинства и самоуважения
- Воспитывать умения праздновать, играть и веселиться без помощи алкоголя/наркотиков
- Обучение ребенка ценностям здорового образа жизни

В любом случае, если ребенок начинал “крутиться” около сомнительной, с точки зрения взрослых, компании, это является сигналом для любой семьи о некоем неблагополучии внутри нее. Мы предлагаем членам семьи найти в себе силы не выяснять степень неблагополучия и не складывать ответственность друг на друга, а попытаться по-новому взглянуть на то что происходит, и предпринять все возможные усилия для сплочения семьи. Если не удастся выполнить эту задачу только силами своей семьи, то показано обращение к специалистам.

На стадии **психологической зависимости** поведение ребенка меняется от эпизодических экспериментов с наркотиком, до регулярного употребления. Как среди родителей, так и среди самих потребителей, зачастую популярно убеждение, что психическая зависимость не наступит, если человек принимает наркотик редко, или в малом количестве, или это “слабый” наркотик. Ответить на вопрос о том, сформировалась психическая зависимость или нет, может только специалист-нарколог.

Для того чтобы предотвратить развитие наркотизации подростка на этой стадии потребуются усилия всех специалистов, которых мы отмечали на предыдущей стадии, а также здесь подключаются специалисты по работе с аддиктивным поведением, психологи ППС-центров, психотерапевты, и другие.

На этой стадии, стадии экспериментирования, можно диагностировать факт употребления подростком наркотиков по следующим поведенческим признакам:

Изменения в поведении:

- Нарастающая скрытность ребенка (возможно, без ухудшения отношений с родителями).
- учащение и увеличение времени “гуляний”, когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше проводил в семье или за уроками.
- Самоизоляция в семье: ребенок избегает родителей, по телефону отвечает уткой, избегает участия в семейных делах, появляется четко выраженное уклонение от домашнего общения, неожиданное пренебрежение домашними правилами. Ребенок перестает участвовать в семейных праздниках, нарастает напряженность в семейных взаимоотношениях.
- Частые просьбы отпустить на ночь из дома, либо отсутствие по ночам без объяснения причин.
- Нарастающая хитрость, изворотливость и лживость.
- Потеря энтузиазма, безразличие к делам, безынициативность - “потухшие глаза”

Высказывания

- Появление высказываний о бессмысленности и тягости жизни
- Серьезное отношение к лозунгам типа “живи быстро, умри молодым”
- Интерес к разговорам о наркотиках
- Убежденное отстаивание “свободы личности употреблять наркотики”, идей о “необходимости наркотиков для человечества” и “бесперспективности борьбы с ними”

Деньги

- Увеличиваются финансовые запросы, и молодой человек активно ищет пути их удовлетворения, выпрашивая деньги во все возрастающих количествах
- Пропажа из дома денег, ценностей, книг, одежды, радиоаппаратуры и т.д.
- Неряшливость. Отказ Наличие значительных денежных сумм без объяснения причины их появления
- Противоправные действия или кражи вне дома

Настроение

- Апатия, сменяющаяся необъяснимой активностью
- Вспышки агрессивности в ответ на обычное обращение
- Резкая смена настроения (без видимого повода)
- Настороженность, подозрительность
- Нервозность, повышенная раздражительность

Внешность

- Внешний вид не здорового человека: бледность, отечность кистей рук. Покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке. Расширение кровеносных сосудов под ноздрями.
 - Частые синяки, порезы, ожоги от сигарет в районе вен на руках, (на вопрос о происхождении подросток отвечает “просто упал ,сам не знаю, откуда”) Прожженная сигаретами одежда.
 - Отказ от утреннего туалета. Отсутствие потребности в смене одежды, “ посторонние” запахи от волос и одежды.
 - Появление на теле татуировок и рисунков, особенно с изображением паутины, черепов, фантастических монстров и холодного оружия.
 - Наконец, вы сможете заметить следы инъекций (т.е. уколов) по ходу вен на руках

Общение

- возможно появление новых подозрительных друзей, или поведение старых приятелей становится подозрительным
- отказ от общения со старыми друзьями или приятелями (на вопрос - почему? - маловразумительный, неубедительный ответ)
- появление нового сленга, в значение которого взрослых намеренно не посвящают

- частые, но короткие и туманные телефонные разговоры с одним и тем же узким кругом приятелей
- разговоры с приятелями ведутся непонятными фразами, часто шепотом или в уединении

Другие признаки

- Появление проблем с дисциплиной (прогулы, опоздания, какие-то происшествия и т.д.)
 - Возможны противоправные поступки
 - Падение интереса к тому, что интересовало ранее
 - Проблемы с успеваемостью

Появление в состоянии наркотического опьянения дома, или в школе, или в клубе и т.д.

Однако следует помнить, что перечисленные выше признаки не обязательно свидетельствуют о том, что подросток употребляет наркотические средства. Психика подростка настолько нестабильна, что незначительный, с точки зрения взрослых, раздражающий фактор может привести к стрессу. Стресс проявляется, в том числе, и в поведении, и в поступках, которые часто кажутся неадекватными. Даже если подозрения взрослых усиливаются с каждым днем, необходимо помнить, **что решающим признаком употребления подростком психоактивных средств является выявление состояния наркотического опьянения, установленное наркологом.** Тактичность и осторожность в работе с несовершеннолетними, имеющими наркологические проблемы, являются обязательными правилами.

Если у специалиста, работающего с подростками, возникли **подозрения** в употреблении наркотических средств, **то наиболее оправданы следующие действия:**

- Предельно тактично сообщить о своих подозрениях родителям или опекунам подростка, приводя только те факты, свидетелем которых этот специалист являлся лично
- При подозрении в групповом употреблении наркотиков необходимо провести беседу с родителями всех членов “наркоманической” группы (можно это сделать в виде собрания с приглашением инспектора ОПН, врача-нарколога)
 - Организовать встречу подростков со специалистом
 - Организовать консультирование родителей

- Дать подросткам и их родителям информацию о возможности анонимного обследования и лечения, указать адреса и телефоны организаций, работающих в таком режиме.

Если у специалиста возникли **подозрения**, что подросток находится в **состоянии алкогольного или наркотического опьянения**, то:

1. Пригласить медицинского работника. В случае если состояние учащегося говорит о наличии угрозы здоровью, необходимо немедленно вызвать врача, так как прием наркотического средства может привести к острой интоксикации. Состояние наркотического опьянения устанавливается наркологической экспертизой, на которую подросток может быть направлен сотрудниками милиции при согласии родителей.
2. Поставить в известность руководителей учреждения, в котором находится ребенок.
3. В случае однозначного определения состояния подростка как состояния опьянения, немедленно поставить в известность о случившемся родителей или опекунов подростка. Необходимо помнить, что при разговоре с родителями следует говорить только о фактах и описывать случившееся предельно четко и кратко. В этом случае необходимо опираться на официальное заключение, сделанное специалистами. Будьте готовы предложить родителям возможные варианты дальнейших совместных действий.
4. Возбраняется проведение немедленного разбирательства о причинах и обстоятельствах употребления алкоголя или наркотиков.
5. При совершении подростком хулиганских действий, необходимо обратиться в отделение милиции с вызовом наряда. При этом надо добиться составления соответствующего протокола. Однако, необходимо представлять себе, что в этом случае при обнаружении у подростка наркотического средства, в отношении него может быть возбуждено уголовное дело.

Помимо этого, мы бы рекомендовали как специалистам, так и родителям на этой стадии наркотизации подростка прояснять свои подозрения, беседуя с самим ребенком.

Если у взрослого человека нарастают подозрения относительно того, что подросток употребляет (или пробует) наркотики, то, высказывая свои подозрения открыто, родитель или специалист имеет возможность:

- проверить свои подозрения, а не обвинять или требовать признания
- проинформировать ребенка о том, что не намерен игнорировать и “покрывать” факты употребления

- предупредить о своих намерениях занять активную позицию, чтобы противостоять употреблению наркотиков
- выразить свое отношение к фактам употребления.

Мы бы хотели отметить, что родителю нетрудно проконтролировать факт приема наркотика, но трудно длительное время контролировать поведение подростка, поэтому мы рекомендуем родителю обратиться за консультацией к специалисту, который поможет разработать стратегию взаимодействия с ребенком, экспериментирующим с наркотиками (или алкоголем).

На стадии формирования **физической зависимости** употребление наркотиков становится систематическим. Здесь, прежде всего, востребована и показана помощь специалиста-нарколога. Социальные педагоги, школьные психологи, учителя, социальные работники и другие специалисты могут предоставить наркозависимому и его семье информацию о специализированных службах, где оказывают квалифицированную помощь по снятию физической и психической зависимости. При этом они должны иметь четкое представление о компетентности и профессионализме таких служб.

На этой стадии невозможно приостановить патологическое влечение к наркотикам путем уговоров, угроз или жестокого обращения с наркозависимым. Такой подросток нуждается в лечении, и специалисты могут лишь разрабатывать стратегию и **формировать у него мотивацию на отказ от наркотиков**. Для реализации этой задачи подойдут все педагогические и психологические приемы, которые позволят зависимому человеку осознать наличие проблемы, почувствовать собственную ответственность за свою болезнь и сделать выбор в сторону избавления от пагубного пристрастия не в одиночку, а опираясь на помощь и получая поддержку со стороны специалистов.

Родители также принимают активное участие в формировании мотивации у своего ребенка на отказ от наркотиков.

Прежде всего, родители должны не впадать в отчаяние (помните, “выйти” из наркомании можно на любой стадии развития болезни!).

Важно не ограждать наркозависимого от негативных последствий злоупотребления им наркотиков, как то: прогулы в школе, кражи, хулиганское поведение, асоциальные поступки и т.д., а настаивать на его активном участии в поиске выхода из этих, обеспечив позитивную поддержку и структуру.

Родители должны разработать и поддерживать в доме четкие и однозначные правила относительно того, какое поведение наркозависимого допустимо, а какое нет. Важно, чтобы эти правила были озвучены,

проговорены и согласованы, а не подразумевались. Прежде всего, от четкости, последовательности и согласованности действий самих родителей зависит их выполнение ребенком. Помимо этого, родители, замечая позитивные изменения в поведении ребенка, должны поддерживать и усиливать их.

Отдельно хотим коснуться вопроса обещаний “пойти лечиться”.

Начать следует с того, что брать такие обещания с ребенка нужно и можно. Однако родителям не следует быть настолько доверчивыми, чтобы ожидать немедленного и безоговорочного претворения в жизнь этих намерений. Родитель должен, отслеживая ситуацию в семье, находить наиболее подходящие моменты, чтобы обсуждать с подростком его намерения, желания и согласие лечиться. Родителю следует быть готовым к тому, что ребенок может манипулировать, поэтому важно разработать критерии проверки этих обещаний, которые будут выражены в конкретных действиях и поведении

В настоящее время известны разные способы лечения наркомании. Для этого используются различные системы кодирования и гипноза, методы хирургические (например, операции на головном мозге, блокирующие центры, отвечающие за формирование зависимости), психотерапевтические, а также медикаментозные. Опыт показывает, что действенным оказывается только то лечение, которое ставит перед собой цель **научить человека жить без наркотиков**, опираясь на его активное участие, и затрагивая все сферы его жизнедеятельности.

Приложение № 5.

Каковы признаки и последствия употребления различных видов наркотиков?

Опиаты

Наркотики, обладающие седативным (затормаживающим) действием.

Виды:

Героин.

Маковая соломка – измельченные и высушенные части стеблей и коробочек мака

Ацелированный опий – готовый к употреблению темно-коричневый раствор с запахом уксуса

Опий-сырец – обработанный сок растений мака, используемый для приготовления раствора ацелированного опия. По виду напоминает пластилин. Цвет – от белого до коричневого.

Метадон – сильный синтетический наркотик в виде белого порошка или готового раствора.

Способ употребления:

Введение водного раствора внутривенно, внутримышечно, подкожно, вдыхание, курение, глотание.

Признаки опьянения:

- бледность кожных покровов
- необычная сонливость в самое разное время
- замедленная, растянутая речь
- задумчивость
- добродушие
- очень узкий зрачок, не реагирующий на изменения освещения
- снижение болевой чувствительности
- рвота

Признаки систематического употребления:

- резкие и частые смены настроения вне зависимости от ситуации
- нарушение режима сна и бодрствования
- неестественно узкие зрачки
- частые недомогания

Последствия употребления:

- риск заражения ВИЧ, гепатитом и ИППП из-за использования общих шприцов
- поражение печени и почек
- сильное снижение иммунитета
- заболевания вен
- разрушение зубов и ногтей

- импотенция
- снижение уровня интеллекта
- велика опасность передозировки с тяжелыми последствиями вплоть до смерти

Каннабоиды

Виды:

Марихуана – светлые, зеленовато-коричневые размолотые листья и цветущие верхушки конопли. Может быть плотно спрессована в комки. Наркотик курят, чаще всего используя пустые гильзы от папирос.

Гашиш – смесь смолы, пыльцы и измельченных верхушек конопли. Чаще всего в виде темно-коричневой плотной субстанции, похожей на пластилин.

Признаки опьянения:

- сильный голод и жажда
- покраснение глаз
- расслабленность, удовлетворенность
- обостренное восприятие цвета, звука
- сильно расширенные зрачки
- безудержная веселость
- при приеме большой дозы – агрессивность, заторможенность, нарушение координации движений, нарушение восприятия размеров предметов и пространственных отношений, галлюцинации, страхи, паника

Последствия употребления:

- развитие психической зависимости. Курение уже не приносит удовлетворения, но становится необходимым. Человек начинает принимать еще и алкоголь или более тяжелые наркотики.

Амфетамины

Наркотики, обладающие психостимулирующим, возбуждающим действием.

Виды:

Эфедрон – готовый к употреблению раствор розоватого или прозрачного цвета с запахом фиалки

Первитин – готовый к употреблению раствор. Маслянистая жидкость, имеющая желтый или прозрачный цвет и запах яблок.

Эфедрин – применяется в лечебных целях и для приготовления эфедрона и первитина.

Speed – кристаллы желтого цвета.

Способ употребления:

Проглатывание капсул, таблеток, инъекции, вдыхание порошка.

Признаки опьянения:

- излишняя двигательная активность, болтливость

- отсутствие чувства голода
- нарушение режима сна и бодрствования
- сильное сексуальное раскрепощение
- раздражительность

Признаки систематического употребления:

- депрессия
- сонливость
- вспыльчивость
- злобность
- тревожность
- подозрительность
- попытки суицида

Последствия употребления:

- нервное истощение
- необратимые изменения головного мозга
- поражение внутренних органов
- огромный риск заражения ВИЧ, гепатитами и ИППП
- поражение печени
- сильное снижение иммунитета
- риск передозировки с тяжелыми последствиями вплоть до смерти
- может развиваться паранойя, амфетаминовый психоз, самоубийства

Кокаин

Способ употребления:

Жевание листьев, курение, вдыхание носом, втирание в слизистые

Признаки опьянения:

- оргазмический всплеск
- тревога
- потеря аппетита и сна
- болтливость
- самоуверенность
- ощущение счастья

Последствия употребления:

- паранойя
- психоз
- галлюцинации
- ослабление сексуального влечения
- нарушение носовых тканей
- риск заражения ВИЧ, гепатитами и ИППП
- смерть от передозировки и комбинаций с героином
- неадекватное поведение

- самоубийства

Экстази

Белые коричневые или желтые таблетки часто с рисунком.

Признаки опьянения:

- повышение тонуса организма
- ускорение всех реакций организма
- способность помногу танцевать несколько часов подряд
- после прекращения действия – апатия, сильная усталость, сонливость

Последствия употребления:

- быстрое возникновение психической зависимости. Без наркотика человек не способен к продуктивной деятельности
- физическое и нервное истощение
- заболевания сердца и печени
- дистрофия внутренних органов
- оказывает влияние на генетический код и будущее потомство
- депрессии, самоубийства
- навязчивые идеи
- резкие перепады настроения
- немотивированный панический страх

Ингалянты

Это летучие вещества наркотического действия (ЛВНД). Содержатся в препаратах бытовой химии: красители, растворители, бензин.

Способ употребления:

Вдыхание газов или паров из баллонов, бумажного или пластмассового пакета, вдыхание паров прямо из контейнера, вдыхание разогретых паров, глотание растворов в смеси с алкоголем, инъекции, впрыскивание аэрозолей в рот.

Признаки опьянения:

- Эйфория
- легкость
- чувствительность к свету
- мышечная слабость
- нарушение речи
- сонливость
- потеря болевой чувствительности
- галлюцинации
- бред
- неадекватное поведение

Последствия употребления:

- депрессия
- боли в груди, мышцах, суставах
- токсические психозы
- токсическое поражение печени через 8 месяцев
- необратимое поражение головного мозга через 10 месяцев
- истощение
- потеря аппетита
- нарушение кровообращения
- носовые кровотечения
- частые и тяжелые пневмонии

Галлюциногены

ЛСД, мескалин, псилоцин, псилоцибин (грибы).

Способ употребления:

Вдыхание, курение, глотание, добавка к пище.

Признаки опьянения:

- непредсказуемые изменения настроения, мыслей, времени
- обострение всех чувств
- повышенная частота пульса
- повышенное давление
- расширение зрачков
- дрожание рук
- сухость кожи
- галлюцинации
- полностью утрачивается самоконтроль

Последствия употребления:

- депрессии
- психозы
- смерть от отравления
- необратимые изменения в структурах головного мозга
- полный распад личности
- даже однократный прием ЛСД может необратимо повредить головной мозг. Наркотик накапливается в клетках мозга. Оставаясь там длительное время, он может и спустя несколько месяцев вызывать те же ощущения, что и непосредственно после приема.

Барбитураты

Формы:

Белые, горькие на вкус порошки или таблетки, растворимые в воде.

Способ употребления:

Проглатывание таблеток, капсул или растворов; внутривенно, внутримышечно или подкожно

Признаки опьянения:

- расслабление
- миролюбие
- приятная сонливость
- снижение активности
- головокружение
- спутанное сознание
- повышенная чувствительность к боли
- тревожность
- депрессия
- раздражительность
- галлюцинации
- повышенная сексуальная возбудимость
- эмоциональность

Последствия употребления:

- ослабление памяти, мыслительных способностей и социальной ответственности
- депрессии
- эмоциональные расстройства
- хроническая бессонница
- нарушение речи, координации движений
- импотенция, снижение сексуального влечения
- нарушение менструального цикла
- смерть от остановки дыхания
- самоубийства

Приложение № 6.

Статьи уголовного кодекса в отношении наркотических веществ.

Статья 228. Незаконное приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов

[Уголовный кодекс РФ] [Глава 25] [Статья 228]

1. Незаконное приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов в крупном размере - наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок от ста восьмидесяти до двухсот сорока часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо **ограничением свободы на срок до трех лет, либо лишением свободы на тот же срок.**

2. Те же деяния, совершенные в особо крупном размере, - наказываются **лишением свободы на срок от трех до десяти лет** со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового.

Примечания. 1. Лицо, совершившее преступление, предусмотренное настоящей статьей, добровольно сдавшее наркотические средства, психотропные вещества или их аналоги и активно способствовавшее раскрытию или пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, изобличению лиц, их совершивших, обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление. Не может признаваться добровольной сдачей наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов изъятие указанных средств, веществ или их аналогов при задержании лица, а также при производстве следственных действий по их обнаружению и изъятию.

2. Крупный и особо крупный размеры наркотических средств и психотропных веществ для целей настоящей статьи, а также статей 228.1 и 229 настоящего Кодекса утверждаются Правительством Российской Федерации.

3. Крупный и особо крупный размеры аналогов наркотических средств и психотропных веществ соответствуют крупному и особо крупному размерам наркотических средств и психотропных веществ, аналогами которых они являются.

Статья 228.1 Уголовного кодекса РФ. Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов

1. Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов - **наказываются лишением свободы на срок от четырех до восьми лет.**

2. Те же деяния, совершенные:

а) группой лиц по предварительному сговору;

б) в крупном размере, - **наказываются лишением свободы на срок от пяти до двенадцати лет** со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные:

а) организованной группой;

б) лицом с использованием своего служебного положения;

в) лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, в отношении несовершеннолетнего;

г) в особо крупном размере, - **наказываются лишением свободы на срок от восьми до двадцати лет** с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до двадцати лет или без такового и со штрафом в размере до одного миллиона рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до пяти лет либо без такового.

Статья 228.2. Нарушение правил оборота наркотических средств или психотропных веществ

[Уголовный кодекс РФ] [Глава 25] [Статья 228.2]

1. Нарушение правил производства, изготовления, переработки, хранения, учета, отпуска, реализации, продажи, распределения, перевозки, пересылки, приобретения, использования, ввоза, вывоза либо уничтожения наркотических средств или психотропных веществ либо веществ, инструментов или оборудования, используемых для изготовления наркотических средств или психотропных веществ, находящихся под специальным контролем, а также культивирования растений, используемых для производства наркотических средств или психотропных веществ, повлекшее их утрату, если это деяние совершено лицом, в обязанности которого входит соблюдение указанных правил, - **наказывается штрафом** в размере до ста двадцати тысяч рублей или в размере заработной платы или

иного дохода осужденного за период до одного года либо обязательными работами на срок от ста двадцати до ста восьмидесяти часов с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

2. То же деяние, совершенное из корыстных побуждений либо повлекшее по неосторожности причинение вреда здоровью человека или иные тяжкие последствия, - наказывается штрафом в размере от ста тысяч до трехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от одного года до двух лет, либо обязательными работами на срок от ста восьмидесяти до двухсот сорока часов, либо лишением свободы на срок до трех лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет.

Статья 229. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ
[Уголовный кодекс РФ] [Глава 25] [Статья 229]

1. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ - **наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет.**

2. Те же деяния, совершенные:

а) группой лиц по предварительному сговору;

б) лицом с использованием своего служебного положения;

в) с применением насилия, не опасного для жизни или здоровья, либо с угрозой применения такого насилия, - **наказываются лишением свободы на срок от шести до десяти лет** со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового и с ограничением свободы на срок до одного года либо без такового.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они совершены:

а) организованной группой;

б) в отношении наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере;

в) с применением насилия, опасного для жизни или здоровья, либо с угрозой применения такого насилия, - **наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет** со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период

до трех лет либо без такового и с ограничением свободы на срок до двух лет либо без такового

Статья 230. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ

[Уголовный кодекс РФ] [Глава 25] [Статья 230]

1. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ - наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо **лишением свободы на срок до пяти лет.**

2. То же деяние, совершенное:

а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;

б) в отношении двух или более лиц;

в) с применением насилия или с угрозой его применения, - **наказывается лишением свободы на срок от трех до восьми лет** с ограничением свободы на срок до двух лет либо без такового.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они:

а) совершены в отношении несовершеннолетнего;

б) повлекли по неосторожности смерть потерпевшего или иные тяжкие последствия, - наказываются лишением свободы на срок от шести до двенадцати лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до двадцати лет или без такового и с ограничением свободы на срок до двух лет либо без такового.

Примечание. Действие настоящей статьи не распространяется на случаи пропаганды применения в целях профилактики ВИЧ-инфекции и других опасных инфекционных заболеваний соответствующих инструментов и оборудования, используемых для потребления наркотических средств и психотропных веществ, если эти деяния осуществлялись по согласованию с органами исполнительной власти в области здравоохранения и органами по контролю за оборотом наркотических средств и психотропных веществ.

Статья 231. Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества

[Уголовный кодекс РФ] [Глава 25] [Статья 231]

1. Посев или выращивание запрещенных к возделыванию растений, а также культивирование сортов конопли, мака или других растений, содержащих наркотические вещества, - наказываются штрафом в размере до трехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода

осужденного за период до двух лет, либо обязательными работами на срок от ста восьмидесяти до двухсот сорока часов, либо ограничением свободы на срок до двух лет, либо лишением свободы на тот же срок.

2. Те же деяния, совершенные:

- а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
- б) в крупном размере, - наказываются лишением свободы на срок от трех до восьми лет с ограничением свободы на срок до двух лет либо без такового.

Примечание. Размеры запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества, для целей настоящей статьи утверждаются Правительством Российской Федерации

Статья 232. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ
[Уголовный кодекс РФ] [Глава 25] [Статья 232]

1. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ - **наказываются лишением свободы на срок до четырех лет** с ограничением свободы на срок до одного года либо без такового.

2. Те же деяния, совершенные организованной группой, - наказываются **лишением свободы на срок от трех до семи лет** с ограничением свободы на срок до двух лет либо без такового.

Статья 233. Незаконная выдача либо подделка рецептов или иных документов, дающих право на получение наркотических средств или психотропных веществ
[Уголовный кодекс РФ] [Глава 25] [Статья 233]

Незаконная выдача либо подделка рецептов или иных документов, дающих право на получение наркотических средств или психотропных веществ, - наказываются штрафом в размере до восьмидесяти тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до шести месяцев, либо обязательными работами на срок до ста восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до одного года, либо ограничением свободы на срок до двух лет, либо лишением свободы на тот же срок с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

Статья 234. Незаконный оборот сильнодействующих или ядовитых веществ в целях сбыта

[Уголовный кодекс РФ] [Глава 25] [Статья 234]

1. Незаконные изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка в целях сбыта, а равно незаконный сбыт сильнодействующих или ядовитых веществ, не являющихся наркотическими средствами или психотропными веществами, либо оборудования для их изготовления или переработки - наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок до ста восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до одного года, либо ограничением свободы на срок до трех лет, либо лишением свободы на тот же срок.

2. Те же деяния, совершенные группой лиц по предварительному сговору, - наказываются штрафом в размере до восьмидесяти тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до шести месяцев, либо обязательными работами на срок от ста двадцати до двухсот сорока часов, либо исправительными работами на срок от одного года до двух лет, либо **лишением свободы на срок до пяти лет.**

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные организованной группой либо в отношении сильнодействующих веществ в крупном размере, - наказываются штрафом в размере до ста двадцати тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до одного года либо **лишением свободы на срок от четырех до восьми лет.**

4. Нарушение правил производства, приобретения, хранения, учета, отпуска, перевозки или пересылки сильнодействующих или ядовитых веществ, если это повлекло по неосторожности их хищение либо причинение иного существенного вреда, - наказывается штрафом в размере до двухсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до восемнадцати месяцев, либо обязательными работами на срок от ста восьмидесяти до двухсот сорока часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо ограничением свободы на срок до двух лет, либо лишением свободы на тот же срок с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

Примечание. Списки сильнодействующих и ядовитых веществ, а также крупный размер сильнодействующих веществ для целей настоящей статьи и других статей настоящего Кодекса утверждаются Правительством Российской Федерации.

Приложение № 7. Номера телефонов, служб помощи для подростков и молодежи.

В данном приложении телефоны Санкт-Петербурга, если Вы живете в другом городе, пожалуйста, найдите необходимые телефоны самостоятельно.

Телефон доверия Центр медицинской профилактики наркологических заболеваний - 714-42-10, 714-45-63 – работает круглосуточно

Межрайонный наркологический диспансер № 1.
528-21-29, 528-21-41
Сайт: www.narkomaniinet.ru

Наркологический реабилитационный центр №1
Серебряков пер. д.11.
т. 430-83-79, 430-20-00
ст.м. Старая деревня, Черная Речка

Наркологический реабилитационный центр №2
Ул. Маршала Говорова д.6/5.
т. 494-47-54, 494-47-66
ст.м. Кировский завод
Наркологический реабилитационный центр №4
Светлановский пр-т58/3.
т. 559-17-70, 559-12-79
ст.м. Гражданский проспект

Наркологический реабилитационный центр №5
Ул. Садовая д.87. т. 710-85-34, 710-85-39
ст.м Сенная /Садовая

Горячая линия Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков по Санкт-Петербургу и Ленинградской области
275-06-51 – круглосуточно, конфиденциально