

## Беседа «Наркотикам – НЕТ!»

*«Независимость защищает  
от зависимости».*

### **Цель:**

воспитание здоровой, гармонично развитой личности, способной самостоятельно ориентироваться в сложных жизненных ситуациях.

### **Задачи:**

1. Формирование установки на ведение здорового образа жизни.
2. Формирование навыков анализа и критической оценки к информации, получаемой о наркотиках.
3. Воспитание ценностного отношения к здоровью, человеческой жизни, свободе выбора.
4. Развитие независимости и личной ответственности.

### **План:**

1. Вступительное слово.
2. Рассказ дворовой девочки.
3. Тренинг «Ассоциации».
4. Обсуждение. Составление мифа о наркомании.
5. «Сказ про Ивана – Наркомана».
6. Памятка для подростка.
7. Тренинг «Жизнь с болезнью».
8. Листовка – призыв «Человек, послушай!»

### **Вступительное слово.**

Добрый день, дорогие ребята! Сегодня мы собрались с вами поговорить о страшной беде. Эта беда – наркомания. Эпиграфом нашей беседы станет высказывание талантливого писателя, нашего современника Чингиза Айтматова: «Люди победили чуму, малярию, тиф... Но пьянство, наркомания, СПИД, словно злые джины, терзают человечество. Эти проблемы в нашем обществе долгое время предавались забвению, но и в эту бездну рано или поздно пришлось бы заглянуть...»

Наркомания, наркотики, дети... За каждым из этих слов бесконечные вереницы судеб, мучительная боль, искалеченная жизнь. Мы не верим, что это может случиться с нами. Не слышим историй, о которых так много говорят все вокруг.

Оберегая себя, прикрываясь рутиной повседневной жизни, мы становимся безразличными, отодвигаем чужие проблемы подальше в коридоры сознания, дабы не накликать беду. Пока эта проблема иллюзорна, призрачна, она не воспринимается всерьёз. И, дай Бог, чтобы она не коснулась вас и ваших близких. Пусть эта страшная беда будет всегда далека от вас. Но молчать об

этом нельзя. Нужно помнить, что черная туча надвигается все ближе и ближе. Нужно научиться быть сильной, свободной личностью, чтобы суметь противостоять дурману.

Вы наверняка слышали о молодых людях, сидящих на корточках у подъездов с тоскливыми пустыми глазами. Они носят одежду с длинными рукавами, чтобы не показывать следы от уколов, они часто прячут глаза, чтобы не видели их зрачков. Почти все время они проводят в поисках денег, чтобы купить очередную дозу. Если поговорить откровенно, они расскажут вам, что их жизнь - это жизнь «зомби», от укола до укола, их жизнь - это кровь, грязь и боль. Некоторые из них могут бравировать своими «улетами», своим знанием жизни, но каждый из них в тайне завидует вам, потому что они рабы своей болезни, а вы свободны.

Порой первую дозу наркотика предлагают "лучшие друзья". Но знайте, что, уколовшись, вы приобретаете веселья на час, а взамен отдаете жизнь. Подумайте, что вам важнее: не потерять лицо перед "друзьями" или ваша жизнь? А ведь вы еще ничего не успели... Как глупо променять семью, свободу, свое будущее на что...?

Многие и не подозревают, во что это может обернуться. Они, подбадриваемые словами "друзей", пробуют, а потом жалеют об этом и молят бога о смерти во время ломок. Ведь подросток, будучи принятым в группу наркоманов, обязан следовать ее правилам, то есть принимать наркотик. Вскоре организм приспособляется к зелью и наступает зависимость. Наркотик уводит человека из реального мира в мир иллюзий. Постепенно наркоман перестает интересоваться всем, что происходит вокруг него. Исчезают интересы, изменяются взгляды. Значимым становится только получение удовольствия.

Многие наркоманы, которые осознают, что они больны, пытаются реабилитироваться но, увы, почти все возвращаются к этому.

Все мы - люди информированные, и знаем о том, что наркотики – зло, это трясина, из которой невозможно выбраться. И все же каждый год число наркоманов растет. Почему же это происходит, почему подростки «уходят» в наркоманию? Есть люди, которые очень хотят сделать вас рабами. Они знают ваши слабые места, они могут сыграть на вашем самолюбии или любопытстве. Они могут оказаться рядом, когда вам будет трудно и предложить помощь. Они могут угрожать вам, шантажировать – у них есть много способов, чтобы склонить вас к наркотикам. Ведь вы им нужны – ваша беда должна стать их прибылью. Ваша болезнь должна обеспечить им красивую жизнь. Наркобизнес – это мощная сеть, доходы которой в десять раз выше, чем в нефтедобывающей отрасли. Это продуманный, отработанный сетевой маркетинг – если наркоман вовлекает пять новичков, то одну дозу он получает бесплатно. Сегодня вы независимы от них, но завтра, если вы отступитесь – они выжмут всё до последней копейки из вас и ваших близких.

Как вы думаете, сколько стоит одна доза «дури»? А сколько необходимо наркоману в день, на неделю? В среднем, около четырёх тысяч в неделю. У кого из вас есть ненужные четыре тысячи? А в месяц – где взять эти 16 – 20 тысяч? Выход один – отобрать или украсть. Милицейская статистика свидетельствует – 40% квартирных краж, 90% карманных – совершаются наркоманами. А это уже прямой конфликт с законом.

Избавиться от наркомании невозможно, просто попросив у нее прощения, как у родителей за плохой поступок. Наркомания не прощает ничего, никогда и никому. Жадные наркоторговцы, стремясь побольше заработать, кое-что добавляют в наркотики. Иногда это бывает мука, сода, а иногда крысиный яд или тальк. Потом, чтобы узнать, не смертельной ли получилась эта смесь, и в какой степени человек от нее дурнеет, они находят мальчиков и девочек (называют их «обезьянками»), уговаривают, обманывают и на них пробуют свои смеси. В случае смерти ребенка трупик уничтожают или продают на органы. Вот почему в стране исчезают до сотни тысяч малолетних детей.

Наркотики безжалостны. Они убивают всех, даже самых сильных, умных и талантливых людей. Вспомните Элвиса Пресли, Курта Кобейна – лидера группы «Nirvana», Владимира Высоцкого. Наркотики убивают мозг, разрушают волю, память, делают людей психическими и физическими инвалидами. А вот лекарства от этой страшной болезни нет. Так что подумайте, стоит ли набрасывать себе петлю на шею.

Запомните! Наркомания не баловство, не приятное времяпровождение, а смертельная болезнь. Неизлечимая, страшная, мучительная, весь ужас которой в том, что поначалу она кажется безобидным занятием. Учтите, что болезнь наркоманов и жажда наживы сбытчиков делает их подлыми людьми. Там, где наркотики, нечего ждать честности и справедливости, там люди способны на всё. Помните, что ваша жизнь в ваших руках, и только вам решать – закончится она через год или три в страданиях и нечеловеческой боли, или вы будете жить долго, счастливо, у вас будут здоровые дети и интересная насыщенная жизнь.

Отказаться от наркотиков можно один раз – первый.

Мы рождены, чтоб жить достойно.

Нам всё для этого дано.

Должны творить, вершить, не быть спокойным,

Не падать вниз, не оседать на жизненное дно.

Есть в жизни много грязного соблазна.

Наркотик – это страшный грех.

Ты должен прокричать, что это грязно,

Да так, чтобы твой крик дошёл до всех.

А если честно, крик твой не поможет,

И не поможет никакой запрет.

Весь мир кричать здесь громко должен:

«Война наркотикам, наркотикам здесь хода нет!»

*Сейчас мы послушаем рассказ девочки. Включается запись.*

*Рассказ дворовой девочки.*

...Я помню, как меня раздражали взрослые, которые бесконечно твердили: курение – вред, алкоголь – яд! Назло мы им кричали: «Курение – яд, яд – это смерть, смерть – это сон, сон – это здоровье!!! Курите на здоровье!!!» И смолили очередную сигаретку. Потом начались беседы о наркотиках и просьбы показать вены. На это мы опять фыркали: «В этой жизни надо всё попробовать!» В моей компании дворовых друзей я была самой маленькой. Наверное, поэтому даже тогда, когда девчонки смеялись над тем, что я не курю, мальчишки не давали мне сигареты. Берегли. Но все их пьянки, накуривания происходили у меня на глазах. Мне тоже было смешно, и я тоже дерзила взрослым. До тех пор, пока мои друзья не стали уходить...

**УХОДИТЬ ИЗ ЖИЗНИ...**

*Терять друзей, близких очень тяжело. Только вчера вы вместе играли, разговаривали, смеялись, шутили. И вдруг, как гром среди ясного неба, слышите весть... Сознание отказывается верить. Лишь сердце предательски сжимается. В горле стоит комок. Ни о чем не можешь ни думать, ни делать...*

***Наркотики, зависимость, наркомания... Прикройте глаза, повторите эти слова про себя. Что вы представили? Какие ассоциации возникли у вас? Напишите, пожалуйста. Свяжите представленное между собой и составьте миф о наркомании.***

### **Тренинг «Ассоциации»**

#### **Цель:**

*определить уровень знаний участников группы создать основу для более глубокого содержания работы.*

#### **Материалы:**

*ручки, листы бумаги на каждого участника.*

В игре обязательно участвует вся группа. В ходе игры определяется исходное отношение группы к данной проблеме.

Дается задание:

«Назовите 4-5 слов, которые приходят вам на ум, когда вы слышите слова **«наркотики»**, **«наркомания»**, **«зависимость»**».

Участники получают по листку бумаги, на котором записывают свои ассоциации к этим словам. Также делают зарисовки. После этого все названные ассоциации обсуждаются, выясняются причины возникновения подобных ассоциаций, и описывается миф о наркомании в нашей культуре, исходя из возникших ассоциаций.

*В детстве все вы любили читать сказки. Сказка – ложь, да в ней намек, добрым молодцам урок. Сейчас мы с вами посмотрим фильм, снятый нашими учащимися - «Сказ про Ивана – наркомана».*

«Сказ про Ивана – наркомана».

Было у отца три сына -  
Старший умный был детина,  
Средний тоже молодец.  
Младший был наркоделец.  
Старший - в университете,  
Средний был в СПТУ,  
Ну а младший на рассвете  
Тихо сеял коноплю.  
А подросшую травицу  
Отправлял в Уфу – столицу.  
Там ту травку продавал,  
Кучу бабок зашибал.  
И с набитою сумой  
Ехал Ванечка домой.  
В долгом времени, аль вскоре  
Приключилося с ним горе –  
Стал он травку сам курить,  
Да шприцы домой носить.  
Было все благополучно,  
И нисколечко не скучно,  
Косяки он забивал,  
Кайф Ванюша получал.  
Но жестокая расправа  
Долго ждать его не стала-  
Стала ломка навещать  
Да покоя не давать.  
Так не думал, не гадал -  
И в зависимость попал.  
Счастье Ванино пропало,  
Дрожь на малого напала.  
Что же делать, как тут быть?  
Как ту ломку победить?  
Надо дозу повышать –  
Героину доставать!  
Только где же денег взять?  
Да и братья замечают –  
Деньги в доме пропадают.  
Но Иван не растерялся  
Да на черта он сослался:

«Это черт сегодня был,  
Он все деньги и стащил!  
Это черт, ей - богу, был,  
С красной рожей дурь курил,  
И стеклянными глазами  
Злобный черт глядел на Ваню.  
Я ж всю ноченьку не спал,  
Вот его и увидел».  
Братья лишь переглянулись,  
Иронично усмехнулись –  
«То не черт, а ты - Иван,  
Себя в зеркало узнал».  
Мужички такой печали  
Отродясь не встречали.  
Стали думать да гадать –  
Как же брата выручать?  
Долго думали, гадали  
И нарколога позвали.  
Пока врач тот собирался –  
Наш Ванюша накачался,  
Когда братья в дом пришли –  
Ваню мертвого нашли.  
Тишина на Ивановском кладбище,  
Мертвецы будут гнить здесь всегда...  
Приходи, ты им тоже понрависься,  
Ведь попасть на тот свет- ерунда!  
Думал Ваня, что жизнь будет вечная,  
А наркотик ей кайфа придаст,  
Оказалась ошибочной версия:  
Наркоман за дурь жизнь отдаст.  
Только здесь Ваня понял, раскаялся,  
Да уж поздно: настигла беда!  
Он теперь будет вечно здесь маяться,  
А ты подумай, коль жизнь дорога!

## ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКА

Ты:

«Представь себе, что ты, именно ты, начинаешь на площади раздеваться, выкрикивать какие-то глупости. Ты понимаешь, что делаешь что-то страшное, не совместимое с твоими понятиями, не совместимое и невозможное с тобой, ты этого не хочешь, но ты это делаешь».

Твой дом:

«В квартире из двух комнат, кухни и ванной могут жить 15–20 человек. На полу лежат рваные ковры и одеяла, ободранные кресла. В ванне – остатки сантехники. На кухне – несколько кастрюль, треснувшие тарелки, консервные банки – все жирное, грязное... Везде остатки еды, пепел, смятые пачки из под сигарет. Мусор никто не выбрасывает, жильцы справляют свою нужду, где попало. Вонь, грязь, клопы...»

*Твои друзья:*

«В комнате неподвижно сидели около десятка человек. Один из них начал что-то громко говорить. Его речь напоминала бред сумасшедшего, которого никто не слушал. Около него сидел другой, изо рта текла слюна. Еще один, похожий на алкоголика, сидел, облокотившись на стену, и бессмысленно улыбался. Все были в полубессознательном состоянии...»

*Твои родители:*

«Маму только жалко. Она ведь меня не ругала и не ругает. Жалеет. Говорит, чтобы я держался, что она в меня верит. Какие ужасы она со мной испытала – это не рассказать».

*Твои будни:*

«Ничего тебе не интересно. Люди вокруг живут, а у тебя одна забота и одна мысль в голове – достать и ширнуться... Весь организм – как придаток. Ноги – чтобы пойти за кайфом, голова – чтобы придумать, где достать деньги, руки – чтобы шприц держать».

*Твое состояние:*

«На стене висел плакат. В нижнем углу была маленькая голубая точка. И вдруг эта точка превратилась в отвратительную физиономию. Потом мне показалось, что я истекаю кровью. Это продолжалось часами. Я не могла ни говорить, ни ходить. Кое-как добралась до клуба и просидела там 5 часов. И все это время мне казалось, что я истекаю кровью...»

«На стену выползло ужасное создание в виде человека-обезьяны. Людская половина лица застыла в предсмертной маске с закрытыми глазами, обезьянья – оскалила клыки в усмешке и моргала красным от крови глазом. Моргала мне, как будто я была лакомым куском для еды...»

*Твое будущее:*

«Да, можно снять физическую зависимость, ломки и прочее. Но психологическую – невозможно. Она уже сидит в мозгу и постоянно подтачивает, она уже овладела человеком. Год можно продержаться, два, а она все равно подловит момент и поймает. Потому что память невозможно стереть. И невозможно все время держать себя в обороне, в готовности к отпору, в постоянном напряге. А чуть-чуть расслабился – и подсознание сработало. У меня все силы уходят только на это. И так жить совсем не интересно, так еще и знаешь, что бесполезно, рано или поздно она возьмет свое...»

*А ведь могло быть все по - другому...*

## Тренинг «Жизнь с болезнью»

**Цель:** осознание участниками проблем, связанных с наркоманией, изменение взглядов на проблему наркопотребителей.

**Материалы:** небольшие листы бумаги, ручки на каждого участника.

Ведущий выдает участнику по 12 листочков бумаги (размером 5x5) и просит написать: на 4 листочках – названия любимых блюд, на 4 – названия любимых занятий, увлечений, на 4 – имена близких и любимых людей. Когда все участники готовы, ведущий говорит: «Давайте поставим себя на место человека, который попал в зависимость от наркотиков, для того чтобы лучше понять, что может происходить в его жизни. Итак, человек выбрал удовольствие, которое получает от наркотика. За любое удовольствие надо платить... и не только деньги. Поэтому я попрошу отдать по 1 карточке с любимым блюдом, занятием, близким человеком». Далее зависимость требует следующих жертв, и участники отдают еще 3 листочка. После этого ведущий сам проходит по кругу и забирает, не глядя, по 1 листку у каждого участника, это символизирует то, что потребитель наркотиков не может контролировать ситуацию. Все, что осталось у участников – это возможный вариант того, что наркомания может сделать с жизнью человека.

Обсуждение:

- Как вы себя чувствовали во время игры?
- Как сейчас себя чувствуете?
- С кем или с чем труднее было расставаться?

После игры проводится эмоциональная разгрузка, чтобы вывести участников из игровой ситуации. Ее текст может быть таким: «То, что произошло сейчас, было только игрой. Я надеюсь, никто из вас не столкнется с такой ситуацией в своей жизни. Все это было только игрой».

### Листовка – призыв «Человек, послушай!»

Человек, послушай!

Если есть у тебя голова на плечах,

Адресуем тогда разговор о серьезных вещах.

Что есть жизнь?

Кто есть ты?

Быть или не быть?

И как же нам жить?

Если всё-таки быть?

Жизнь – это я, это мы с тобою.

Жить и гордиться своей судьбою.

Людям радость приносить.

Жить надо так, чтобы небо не коптить.

Жизни нашей не бывает без проблем.

Будь сильней обстоятельств,

Ведь ты – Человек!

Ты венец эволюции, разума носитель!  
Так не веди себя так,  
Словно ты дьявол - разрушитель!  
Если тебе плохо – не замыкайся!  
Друзьям позвони! Звони и доверяйся!  
Музыку вруби, послушай на досуге!  
Плавай, загорай, спортом занимайся!  
Книжки читай, фотоделом увлекайся!  
Уйди в учебу! Найди свое призвание!  
Как сумасшедший лети на свидание!  
Выращивай цветы, спасай животных!  
Делай, что тебе нравится,  
Что тебе по душе!  
Но наркотики не решение проблем!  
Внутри тебя Добро и Зло.  
Слово за тобой и это слово одно:  
«Да» или «Нет»! Сказать ты должен сам  
И выбрать его сам!  
Если есть, у тебя голова на плечах,  
На досуге подумай о серьёзных вещах...