

Информационный час на тему: «Как грамотно отказаться от предложения попробовать наркотики»

Цель профилактического мероприятия: развить у матерей, получающих социальное обслуживание в социальной гостинице навыки уверенного отказа от предложения употребления психоактивных веществ.

Задачи профилактического мероприятия:

- Как научиться говорить «нет», если предлагают наркотики?
- Познакомить с различными способами уверенного отказа.

Ход мероприятия:

- Вступительное слово специалиста службы «Дети в семье».
- Анкетирование матерей с последующей обработкой анкет.
- Просмотр и обсуждение социального видеоролика.

Как научиться говорить «нет», если предлагают наркотики?

Сказать «нет» – это целая наука, отказывая, важно смотреть собеседнику в глаза, а голос должен быть твёрдым и уверенным.

Приведем примеры или сценарии отказа:

– «Нет, я не употребляю наркотики», «НЕТ (четко и без сомнений)» – это ответ, который не требует объяснения, и может звучать вслед за предложением любого вида наркотиков.

– «Нет, спасибо. Мне надо идти на тренировку», – рациональное обоснование отказа не вызовет удивления у тех людей, которые предлагают попробовать наркотик. Это так же не вызовет у них особых опасений — они убедятся, что вы не их жертва и очень быстро потеряют интерес.

– На вопрос: «Тебе слабо?» можно ответить так: «Мне слабо сидеть на игле всю оставшуюся жизнь», «Спасибо, нет. Это не в моем стиле», «Почему ты продолжаешь давить на меня, если я уже сказала «НЕТ»?», «Наркотики меня не интересуют».

Если собеседник начинает подтрунивать над отказом, нужно поддержать «шутливую» форму разговора: «Я не хочу после употребления наркотиков оказаться в психбольнице»; «У меня и так много вредных привычек, вы же не хотите, чтобы я стал совсем вредным».

– Сказать, что вы не принуждаете никого из них что-либо делать, тогда почему же они так назойливы.

Или «задавить» интеллектом: если они убеждают, что это безвредно, указать на то, где они лгут или просто не знают последствий (для этого нужно знать, чем вредны табак, алкоголь, наркотики) или испугать: описать какие-нибудь страшные последствия, если они будут употреблять (например, случится белая горячка, можно заразиться СПИДом и др.): «Мой знакомый умер от передозировки, я так не хочу».

Если давление будет все настойчивее, нужно помнить, что всегда можно просто уйти.

АНКЕТА

1. Что такое, на Ваш взгляд, «здоровый образ жизни»?

- а) не пить,
- б) не курить,
- в) заниматься спортом,
- г) не употреблять наркотики,
- д) полноценно питаться.

2. Считаете ли Вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?

- а) да,
- б) частично,
- в) эта проблема меня пока не волнует,
- г) нет.

3. Есть ли среди Ваших знакомых люди, употребляющие наркотические вещества?

- а) да,
- б) нет.

4. Если бы вы узнали, что Ваш друг (подруга) употребляет наркотики Вы:

- а) немедленно прекратили с ним (с ней) отношения,
- б) продолжали бы дружить, не обращая внимания;
- в) постарались бы помочь излечиться;
- г) попросили бы дать попробовать.

5. Пробовали ли Вы наркотики? Какие?

6. Хотели бы Вы попробовать наркотическое вещество? Какое?

7. Наркотик стоит попробовать:

- а) чтобы придать себе смелость и уверенность;
- б) чтобы легче общаться с другими людьми;
- в) чтобы испытать чувство эйфории;

г) из любопытства;

д) чтобы не быть «мокрой курицей» в компании друзей;

е) чтобы показать свою независимость родителям и учителям;

ж) не стоит пробовать в любом случае.

8. Талантливые люди принимают наркотики, чтобы получить приток вдохновения:

а) да,

б) нет.

9. Наркотик делает человека свободным:

а) да,

б) нет.

10. Наркотик избавляет от обыденности жизни:

А) да,

б) нет.

11. Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия:

а) да,

б) нет.

12. Наркотики бывают «легкими» и «тяжелыми»?

а) да,

б) нет.

13. Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет?

а) да,

б) нет;

14. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться:

а) да,

б) нет,

в) если есть сила воли, то да.

15. Наркоманами становятся только слабые и безвольные:

А) да,

б) нет.

16. Если бросать, то лучше как:

А) постепенно,

б) сразу,

в) бросить невозможно.

17. В наше время существуют эффективные методы лечения наркомании, которые позволяют человеку снова вернуться к нормальной жизни, стать полноценным членом общества:

а) да,

б) нет.

СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ!

Анализ результатов:

1. Если ответ на вопрос 5 положительный, вероятнее всего имеют опыт употребления наркотических веществ.

2. У выбравших вариант «г» вопроса 4 и вариант «а», «б», «в», «г» вопроса 6 характерно позитивное отношение к употреблению наркотиков.

3. Мамы, ответившие отрицательно на вопрос 6 и вариант «ж» вопроса 7 имеют четко сформированное негативное отношение к употреблению наркотиков, положительные ответы на вопросы 9-17 свидетельствуют о недостаточной информированности по проблеме наркомании. Об этом также говорит и крайне негативная позиция в отношении людей, страдающих наркотической зависимостью (выбор варианта а вопроса 4) недооценка масштабов наркомании, низкая значимость здоровья (выбор варианта «г» , «д» вопроса 2) и отсутствие комплексного подхода к вопросам здоровья и здорового образа жизни в целом.

(Видеоролик на тему «Почему у наркомана нет сил отказаться от употребления наркотиков» прилагается).