

Профилактическое упражнение «Домино»

(Источник: Первичная профилактика аддиктивного поведения среди подростков: методическое руководство / А. А. Кралько [и др.]. — Минск: Колорград, 2018. — 152 с.)

Цель: инвентаризация представлений подростков о последствиях отклоняющегося поведения.

Время: 25–30 минут.

Материалы: 4 треугольника со сторонами 20–25 см, в центре написано стартовое условие, а по сторонам: «здоровье и эмоциональное состояние», «поведение и взаимоотношения», «жизнь в целом» (см. описание упражнения); 100–120 пустых карточек А6.

Проведение:

Ведущий: Вы все знаете игру в домино. Там каждый следующий ход определяется предшествующим шагом. Сейчас нам предстоит сыграть в своеобразное домино. Разделитесь на 4 подгруппы. Каждой подгруппе я вручаю по большому треугольнику. На каждом написано одно из стартовых условий (далее предлагаются варианты в соответствии с видом отклоняющегося поведения).

Например:

Для профилактики злоупотребления психоактивных веществ:

- курение «травки»;
- употребление психотропных таблеток;
- употребление внутривенных наркотиков;
- дружба с наркоманом.

Для профилактики агрессивного поведения: – оскорбления, нецензурная брань в адрес окружающих;

- действия, унижающие достоинство человека, наносящие ему оскорбление (можно перечислить примеры таких действий);
- физическое насилие (избиения, пытки, причинение боли, нанесение ран, травм);
- дружба с человеком, практикующим агрессивное поведение.

Ведущий: Теперь каждая подгруппа возьмет стопку пустых карточек (не менее 30 штук) и проведет карточный штурм: это значит, что каждый участник выскажет не менее 3 - 5 возможных негативных последствий для того человека, который поступает так, как обозначено на вашем треугольнике.

Эти последствия касаются: 1) здоровья и эмоционального состояния; 2) взаимоотношений с людьми и 3) жизни в целом.

Все свои предположения вы запишете на карточках. Конечно, вы будете помогать друг другу.

Затем вам нужно будет разложить карточки по мере нарастания вреда, который приносит поведение, обозначенное на вашей карточке. Рядом со стороной треугольника «здоровье и эмоциональное состояние» — карточки с

негативными последствиями для здоровья, со сторонами «поведение и взаимоотношения», «жизнь в целом» — с последствиями, изменяющими соответствующие стороны жизни. *Можно устроить соревнование: какая подгруппа первая заполнит карточки и выложит их в виде «домино».*

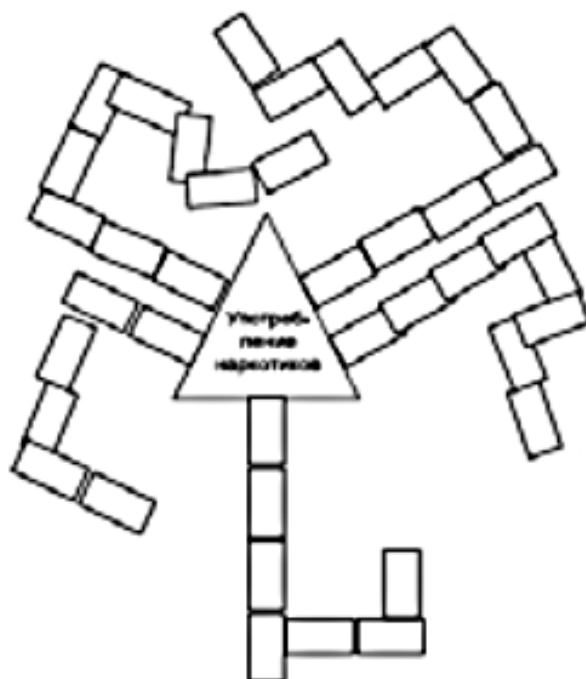
На все у вас есть 15 минут.

Ведущий: (После выполнения задания). Давайте посмотрим, что у вас получилось. Пусть кто-то из каждой подгруппы последовательно прочитает то, что вы написали на карточках. *(В случае необходимости ведущий предлагает дописать последствия, о которых не упомянули участники, на дополнительных карточках и положить их на определенное место по нарастанию вреда).*

Обсуждение: Что вы можете сказать о будущем человека, который выбирает... (определенное отклоняющееся поведение)?

<i>Примеры дополнительных карточек</i>		
Здоровье ■ расстройства сна; ■ потеря аппетита; ■ снижение внимания; ■ ослабление памяти и интеллекта; ■ болезнь печени, почек; ■ нарушение кровообращения; ■ нарушение работы сердца; ■ нарушение работы мозга; ■ судороги (ломка); ■ ВИЧинфицирование; смерть от передозировки, гепатита или СПИДа Эмоции ■ чувство вины; ■ раздражение; ■ обидчивость; ■ агрессивность; ■ депрессия; ■ беспричинные страхи; ■ подозрительность;	Поведение ■ ложь, ■ обман; ■ воровство; ■ грабеж, ■ насилие Взаимоотношения ■ потеря старых друзей, появляются друзья-наркоманы; ■ конфликты в семье; ■ отказ от семьи и любимых людей; ■ вынужден поддерживать отношения с криминальными структурами, чтобы добывать наркотики	Жизнь в целом ■ снижение благосостояния; ■ не может приобрести профессию и построить карьеру; ■ теряет жилье; ■ совершает грабежи или продает наркотики и попадает в тюрьму; ■ могут убить другие наркоманы или преступники, которым он задолжал

■ ненависть к себе; ■ апатия, потеря интереса;		
---	--	--



Пример выстраивания карточек