

ЧТО БЫ ТЫ СКАЗАЛ?

Длительность занятия:	40-60 минут
Материалы и подготовка:	Одна копия «материал для учащихся № 1 – Что бы ты сказал?»
Цель:	Цель этого занятия дать возможность учащимся рассмотреть и обсудить различные материалы, связанные с алкоголем. Это поможет подготовиться и понять заранее, как надо реагировать в похожих ситуациях.
Методы работы:	Групповая работа Презентация

ВВЕДЕНИЕ

Это задание предназначено для работы в группах. Работая в небольших группах, все участники имеют возможность высказаться. Затем группа работает над общим мнением.

Это задание включает в себя ситуации, в которых некая персона постоянно попадает в неприятные ситуации. В основе дискуссии лежат конкретные возможности. Предложите разделить между группами различные ситуации и потом презентовать их всему классу.

ИСПОЛНЕНИЕ

1. Начните с пояснения, что каждая группа будет работать с одной из ситуаций. Ребятам надо обсудить ситуации и решить, как надо было бы поступить главному герою, у которого случилась конкретная проблема.

2. Разделите класс на небольшие группы и предложите проанализировать одну или несколько ситуаций. Объясните, что каждая группа должна будет выбрать одно из предложенных решений. Если у группы появятся дополнительные решения – замечательно! Напомните, что свой выбор надо обосновать и что не существует правильных и неправильных решений.

3. Предложите, чтобы группы презентовали свои ситуации и обосновали принятое решение. Остальные могут комментировать презентацию и предлагать альтернативные решения, обосновывая их.

4. В конце занятия рассмотрите следующие вопросы (запишите ответы):

- **Какие проблемы могут случиться, если молодой человек употребляет алкоголь?** (Пример: тревога, травмы, вандализм, драка, вождение транспортного средства в состоянии алкогольного опьянения)
- **Какие последствия это создаст для самого человека и его близких?** (Пример: травмы, вандализм, проблемы с полицией, потеря денег, штрафы)
- **Какие различия вы находите между привычками употребления алкогольных напитков взрослыми людьми и несовершеннолетними?**
Сравните с ситуациями, описанными в «Материалы для учеников №.1 – Что бы ты сказал?».

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Информация основывается на фактах, взятых из исследования «Привычки и тенденции употребления веществ, вызывающих зависимость в среде учащихся», ESPAD, 2007, Королёва и др..

Представления об употреблении алкоголя

В исследовании «Привычки и тенденции употребления веществ, вызывающих зависимость в среде учащихся», ESPAD, 2007, Королёва и др., сделан вывод, что учащиеся в возрасте до 18 лет алкоголь употребляют реже, чем учащиеся, достигшие возраста 18 лет и старше. Учащиеся до 18 лет видят больше рисков в связи с употреблением алкоголя, отрицая возможное позитивное воздействие. Самые негативные представления об употреблении алкоголя у детей 13-14 лет; 39% из них убеждены, а 27% допускают вероятность того, что употребление алкоголя может негативно сказаться на их здоровье, 26% убеждены и 22% допускают, что после употребления алкоголя они могут себя почувствовать плохо (будет тошнить). С увеличением возраста, представления о последствиях употребления алкоголя становятся более позитивными: всё больше находятся позитивные преимущества употребления алкоголя. С годами, учащиеся рассматривают распивание спиртных напитков как способ расслабиться, стать более дружелюбным, хорошо провести время.

Уменьшается и уровень тревоги о последствиях, особенно о возможных неприятностях с полицией. Только риск возможного «похмелья» рассматривается старшими учениками как больший риск негативных последствий, по сравнению с учащимися более младшего возраста. Возможно, мнение меняется не только в результате собственного опыта, но и под влиянием группы сверстников.

С возрастом падает авторитет родителей, а мнение ровесников становится очень важным. Если среди учащихся употребление алкогольных напитков является нормой, то риск употребления алкоголя очень высок.

Молодые люди пьют потому, что...

- **Алкоголь помогает расслабиться.**
- **Алкоголь делает мероприятия весёлыми.**
- **Улучшается атмосфера мероприятия.**
- **Чтобы отпраздновать особые события.**
- **Употребление алкоголя вызывает особенные ощущения.**
- **Чтобы улучшить настроение.**

Причины мотиваций употребления алкоголя

1. «Веселье, приятные эмоции» или «Гедонизм» характеризует внутреннюю осмеливающую мотивацию (пить для того, чтобы создать приятное настроение).

2. «Желание понравиться другим» или «Социализация» характеризует внешнюю позитивную мотивацию (пить, чтобы влиться в группу и получить какие-либо блага).

3. «Уход от проблем и стресса» или «Решение проблем» характеризует внутреннюю негативную мотивацию (употребить алкоголь для того, чтобы уйти от боли).

4. «Давление сверстников» или «Конформизм» характеризует внешнюю негативную мотивацию (пить, чтобы избежать социального вытеснения и отторжения из группы)

Источник: Королёва и др., 2008., Привычки и тенденции употребления веществ, вызывающих зависимость в среде учащихся

Употребление алкоголя и возраст

Более юные подростки (14-15 лет) пьют из чувства любопытства, чтобы понять, что значит быть пьяным. Для них это как увлекательная игра – распланировать, где взять алкоголь, как его спрятать, прячась выпить и секретно обсудить происходящее.

В 17-18 лет это больше похоже на социальную активность – выйти в свет, участвовать в вечеринке, доказать ровесникам, что ты «свой», набраться смелости, чтобы завести разговор с противоположным полом и т.д..

Алкоголь считается способом снятия нервозности и стресса – если человек выпил, считается, что ему легче общаться с окружающими людьми. Если кто-то стал посмешищем от того, что был пьян, то алкоголь указывается как отговорка для такого поведения. Алкоголь действует на скорость мышления и точность действий, но решение и то, что говорить, решает человек сам (не алкоголь).

В Исследовании 2011 года «Привычки и тенденции употребления веществ, вызывающих зависимость в среде учащихся », установлено, что приблизительно 54% учащихся в возрасте от 15 до 16 лет за последние 30 дней употребляли пиво. Следующая популярная группа алкогольных напитков (употребляли 42% учащихся за последние 30 дней), это крепкие алкогольные напитки. Сидр употребляли 38% молодых людей, вино и готовые коктейли 32% и 26% учащихся в возрасте от 15 до 16 лет.

ДВИЖЕНИЕ ВПЕРЁД

Процесс можно продолжить, предложив учащимся анализировать ситуацию и разработать вопросы и проблемы.

Пусть учащиеся работают в группах, опишут ситуацию, как люди попадают в трудности и как могут оттуда выбраться. Осудите в группе варианты выходов из сложных ситуаций.

МАТЕРИАЛ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ № 1 – ЧТО БЫ ТЫ СКАЗАЛ?

В каждой из описанных ситуаций, люди попали в неприятности. Ваша задача решить, какой способ лучше всего подходит для того, чтобы из этой ситуации выбраться. Для каждого рассказа даны несколько решений. Каждой группе надо выбрать одно решение и обосновать, почему группа считает это решение лучшим. Если группа найдёт своё решение – замечательно! Помните, что не существует правильных или не правильных решений. Каждое решение имеет свои последствия.

ИГОРЬ И АЛЕКСЕЙ

Игорь и его друг Алексей идут в кино. По дороге они встречают трёх своих одноклассников, которые «тусуются» на автобусной остановке. Вместе с одноклассниками находится более взрослый ученик Дима. Игорь понимает, что, похоже, грядут неприятности. Дима пьёт вино из бутылки и предлагает его остальным. Когда Игорь и Алексей подходят ближе, Дима начинает высказывать комментарии: « Спорим, что Игорь ни капли не выпьет!», потом «Игорь слабак! Он рядом не стоит с остальными! Ему становится плохо!». Все эти парни знают, что однажды Игорь выпил, и ему стало плохо и его рвало. Не выглядит так же, что и остальным ребятам очень хочется пить вино, и всё же они пьют, чтобы показать свою принадлежность группе.

Что, по-вашему, должен сделать Игорь?

- **Ничего не говорить, просто продолжать свой путь вместе с Алексеем.**
- **Сказать: «Дима, ты победил в споре, потому, что я действительно не собираюсь пить вино. Я думаю, что ты идиот. Иначе ты бы сейчас тусовался со своими сверстниками».**
- **Пошутить: «Перед выходом из дома я выпил три бутылки, поэтому, спасибо за предложение, но больше не лезет!» и вместе с Алексеем продолжить свой путь.**
- **Взять бутылку и сделать вид, что выпил большой глоток. Потом отдать бутылку и с Алексеем идти дальше.**
- **Сказать: « Спасибо! Но мы с Алексеем бежим в кино. Может, в другой раз!»**

ВЕЧЕРИНКА ПО ПОВОДУ ДНЯ РОЖДЕНИЯ

Во время своего дня рождения, Катя с сестрой, родителями и несколькими подругами поели праздничный ужин. Перед ужином все они выпили немного шампанского. После этого, родители Кати и сестра пошли спать, а Катя осталась ещё с подружками. Они приятно проводили время. Подруга Кати, Рита, предложила ещё выпить шампанского, которое стояло в баре в той же комнате. Катя сказала, что она не хочет пить, но другие подруги стали уговаривать, что надо выпить ещё. Так как на День рождения так принято. И что родители Кати ничего не заметят.

Что, по-вашему, Катя должна сделать?

- **Сказать: «Если кто-то из вас приблизиться к бару, я позову отца!»**
- **Сказать: «Кажется, вам пора домой. Берите свои куртки и до свидания!»**
- **Сказать: «Мой отец точно знает, сколько чего в каждой бутылке. Не получится выпить незаметно».**
- **Сделать вид, что не слышит это предложение и попытаться увлечь подруг чем-то другим.**
- **Сказать: «Если вы действительно мои подруги, прошу вас не ввязывать меня в неприятности!»**

ПАРНИ ПЬЮТ ПИВО

Яна и Таня направляются домой. Когда они идут мимо магазина, то встречают нескольких парней из школы. Парни им не нравятся, но те начинают разговор. Яна и Таня удивлены их уважительным и вежливым отношением, так как обычно эти парни достаточно грубо себя ведут, а с ними так и вообще не разговаривают. Один из парней, Тарас, говорит: «Этот парень, из магазина, не продаёт нам пиво. А вы, девчонки, могли бы ему легко внушить, что я уже совершеннолетний. Или, знаете что! Идите в магазин и купите нам пиво! Если не сделаете этого, расскажем всем, что мы видели, как вы целовались!»

Что, по-вашему, должны сделать Яна и Таня?

- **Сказать: «Это незаконно! Мы не хотим из-за вас попасть в неприятности!»**
- **Сказать: «Мы раньше пробовали купить у него пиво, он нам тоже не продал, поэтому даже пробовать не будем!»**
- **Позвонить в полицию.**
- **Сказать: «О! Сплетни вы уже научились распускать! А вот пиво пить вы ещё зелёные! Подрастите!»**
- **Сказать: «За углом стоит полицейская машина. Сейчас не время рисковать».**
- **Взять деньги, войти в магазин. Выйти из магазина и сказать, что и им отказались продать пиво и отдать деньги».**

ТИМУР И ЕГО НОВАЯ МАШИНА

Эрик со своей подругой Леной только что посмотрели фильм. По дороге на трамвай, они проходят мимо бара. Из бара выходит лучший друг старшего брата Эрика, Тимур. Эрик знает, что Тимур тоже нравится Лена. Тимур приглашает Эрика и Лену зайти в бар, выпить. Молодые люди соглашаются, но в баре пьют безалкогольные напитки. Но Тимур со своими друзьями пьёт пиво. Ясно, что они уже немного пьяны. Бар закрывается, и всем пора домой. Тимур предлагает подвести Эрика и Лену на его новой машине. Лене эта идея нравится, но Эрик точно знает, что Тимур не в состоянии вести машину.

Что, по-вашему, Эрик должен сделать?

- **Ничего не делать, просто рискнуть. Никто не хочет выглядеть дураком.**
- **Сказать: «Тимур, ты ненормален, если думаешь, что в таком состоянии можно водить машину. Сейчас полиция ловит пьяных за рулем, и я не хочу из-за тебя попасть в неприятности с полицией».**
- **Позвать Лену в сторонку и сказать, что не желает ехать вместе с Тимуром, и не желает, чтобы с Тимуром ехала Лена. Предложить, чтобы Лена сказала, что хочет ещё прогуляться с Эриком вдвоём. Тимур должен понять намёк.**
- **Сказать: «Если сядешь в машину, я звоню в полицию!»**
- **Сказать: «Не хочу быть грубым, но не желаю ехать с тобой. Тебе не следует водить машину в таком состоянии. Оставь машину здесь, поедём вместе домой. Завтра её заберёшь».**