

# VAIRĀKUMA METODE

<b>Nodarbības ilgums:</b>	20-40 minūtes
<b>Materiāls un sagatavošanās:</b>	Nokopējiet „Materiālu skolēniem Nr. 1” katram skolēnam.
<b>Mērķis:</b>	Uzdevuma nolūks ir atklāt „vairākuma pārpratumu” (skaidrojums zemāk). Nodarbības laikā skolēni klasē patstāvīgi aizpilda anketu par alkohola lietošanu. Iegūtos rezultātus var izmantot turpmākiem alkohola lietošanas novēršanas centieniem.
<b>Darba metodes:</b>	Individuālais darbs

## IEVADS

Viens no būtiskākajiem faktoriem, kas ietekmē to, kā jaunieši lieto alkoholu, ir jauniešu uztvere par to, cik daudz alkohola izdzer viņu draugi (t.i., „vairākuma pārpratums”). Bieži vien tiek uzskatīts, ka visiem pārējiem ir vairāk pieredzes, piemēram:

- **Visi ballītēs daudz dzer.**
- **Visiem citiem patīk dzert alkoholu.**
- **Visi pārējie paliek vēlu.**
- **Visiem citiem ir seksuāla pieredze.**
- **Visiem citiem vecāki atļauj ilgi ballēties.**
- **Visiem pārējiem vecāki pērk alkoholu ballītēm.**
- **Visi citi nakšņo pie draugiem.**
- **Visi citi apmeklē ballītes bez vecākiem.**

Pildot šo uzdevumu, ir jāaizpilda anketa, lai gūtu priekšstatu par skolēnu individuālajiem uzskatiem par alkohola lietošanu. Savāciet visas atbildes un apkopojiet tās vēlākai diskusijai par iznākumu.

## ĪSTENOŠANA

1. Sāciet uzdevumu, paskaidrojot, ka skolēni anonīmi aizpildīs anketu, lai klasē noteiktu alkohola lietošanas paradumus.
2. Lieciet, lai skolēni individuāli aizpilda „Materiālā skolēniem Nr. 1” esošo anketu. Akcentējiet, ka tas ir patstāvīgi pildāms uzdevums un ka viņi nedrīkst skatīties citu lapās.
3. Kad visi ir beiguši, savāciet anketas un apkopojiet rezultātus.
4. Apspriediet rezultātus ar visu klasi un/vai izmantojiet tos kā materiālu turpmākiem alkohola lietošanas novēršanas centieniem.

## VIRZĪBA UZ PRIEKŠU

Kad šis uzdevums būs pabeigts, būs viegli pielāgot alkohola lietošanas novēršanas programmu skolēnu konkrētai pieredzei. Izvēlieties „Runājot par alkoholu” nodarbības, kas atbilst skolēnu situācijai un brieduma līmenim.

# MATERIĀLS SKOLĒNIEM NR. 1 - VAIRĀKUMA METODE

Kā ir ar alkohola lietošanu Tavā klasē? Nosaki, kurā grupā Tu esi atkarībā no alkohola lietošanas paradumiem klasē, un patstāvīgi aizpildi anketu.

Kreisajā pusē esošajā slejā „Es” atzīmē grupu, kurā tu, tavuprāt, atrodi. Pēc tam mēģini pateikt, cik cilvēku būs katrā grupā, un ieraksti attiecīgos ciparus katrā no lauciņiem labajā pusē esošajā slejā „Pārējie klasē.” Saskaitot visus labajā slejā esošos skaitļus, summai vajadzētu būt vienādei ar skolēnu kopskaitu klasē, ieskaitot tevi pašu. Tavas atbildes, protams, ir anonīmas.

## Alkohola lietošanas paradumi

„ES”		„PĀRĒJIE KLASĒ”.
	Nelieto alkoholu vispār.	
	Dažreiz iemalko alkoholu vai iedzer kādu alkoholisku dzērienu.	
	Dažreiz dzer, bet ne tik daudz, lai piedzertos.	
	Dzer un bieži piedzeras.	
	<b>Skolēnu skaits klasē, ieskaitot mani</b>	

## Cik vēlu tu un tavi klasesbiedri drikstat uzturēties ārpus mājām vakaros?

„ES”		„PĀRĒJIE KLASĒ”.
	līdz 22:00	
	līdz 23:00	
	līdz 00:00	
	Cits.	
	<b>Skolēnu skaits klasē, ieskaitot mani</b>	

Kāpēc tu nedzer/dzer alkoholu?

---



---



---

Kāpēc, tavuprāt, tavi klasesbiedri nedzer/dzer alkoholu?

---



---



---