Практичне заняття 6. **СОЦІАЛЬНІ ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ПРИЧИНИ ВЖИВАННЯ НАРКОТИЧНИХ РЕЧОВИН**

**Мета заняття:** ознайомити студентів з негативним впливом на стан здоров'я людини наркотичних речовин.

*Питання для самопідготовки:*

* 1. Шляхи залучення молоді до вживання наркотиків. Механізм дії наркотичних речовин на організм та формування залежності.
  2. Неефективність лікування наркоманії.

*Завдання:*

* + - 1. Перегляд відео матеріалів та дискусія з проблеми шкідливих звичок.

Мета вправи – розвиток мотивації (ціннісної орієнтації) на здоровий спосіб життя, профілактика шкідливих звичок та розвиток рефлексії (усвідомлення) взаємозв’язку стану здоров’я і способу життя.

Викладач пропонує учасникам перегляд відео матеріалів, в якості яких можуть виступити фрагменти документальних та художніх фільмів, передач по проблемі: алкоголізму, паління, наркоманії, інтернет-залежності, сексуально-розбещеної поведінки. Після цього просить усіх учасників групи висловити свою думку, ставлення, почуття з приводу проблеми шкідливих звичок, їх наслідків для здоров’я та долі молоді.

Викладач пропонує учасникам подумати і написати список негативних наслідків вживання: 1) алкоголю; 2) наркотиків; 3) тютюну; 4) інтернету та сексуально-розбещеної поведінки. Після чого усі зачитують свої списки. Відбувається обговорення.

Далі викладач пропонує учасникам подумати і написати список психологічних причин, які призводять до шкідливих звичок. Наприклад: почуття неповноцінності; відсутність вміння: регулювати емоції, критично мислити, передбачати наслідки своєї поведінки, ефективно спілкуватися, вирішувати конфлікти, долати стреси, відстоювати власну думку, протистояти умовлянням наркогенних «друзів» і т.д. Обговорення. Потім учасники обговорюють питання профілактики та корекції узалежненої поведінки, діляться своїми думками, ідеями, почуттями.

* + - 1. Опрацювання сцен відмов від шкідливих звичок.

Мета вправи – розвиток мотивації, ціннісного ставлення до життя, здоров’я, здорового способу життя; профілактика шкідливих звичок; розвиток інтелектуальної творчої активності та комунікативних навичок.

Викладач об’єднує учасників в кілька підгруп (по 3–5 в кожній),принцип розподілу може бути будь-який.

Кожна група повинна продумати як особа може коректно і обгрунтовано відмовитися від вживання алкоголю (сигарети, наркотику), що пропонує (чи нав’язує) компанія «друзів», а потім інсценувати (розіграти) цю ситуацію відмови.

Кожна група з 3–5 осіб (де одна особа – та, «що відмовляється», а 2–4 особи намовляють головного героя вжити алкоголь)розігрує цю ситуацію, в якій завданням головного героя є відмовитися у будь-який спосіб, а завданням решти «акторів» є умовити його у будь-який спосіб. Усі можуть мінятися ролями. Потім відбувається обговорення цих ситуацій відмов всіма учасниками.