

ГБПОУ «Красноармейское профессиональное училище»

**Методическая разработка классного часа по  
профилактике ПАВ на тему «Концепция болезни. Последствия  
употребления ПАВ»**

**Выполнил:  
Классный руководитель 20 группы  
Ежова Анастасия Юрьевна**

# Методическая разработка классного часа «Концепция болезни. Последствия употребления ПАВ»

**номер группы** 20

**профессия:** Сварщик ручной и (частично механизированной сварки (наплавки))

**место проведения:** ГБПОУ «Красноармейское профессиональное училище»

**возраст обучающихся:** 16-20 лет

**Цель:** формирование у студентов представления о причинах употребления ПАВ, механизмах развития зависимости, развитие у них осознанной мотивации для отказа от употребления ПАВ.

**Задачи:**

- выявить уровень знаний студентов по данной проблеме, выяснить, как участники определяют понятие "зависимость";
- определить понятие зависимости;
- раскрыть психологический и физиологический аспекты зависимости;
- определить характер негативного влияния ПАВ на личность человека и сферы его жизни;

**Тип классного часа:** проблемная лекция с элементами тематической дискуссии  
Вступительное слово педагога-психолога: Все мы знаем насколько остро в настоящее время в нашей стране стоят проблемы употребления алкоголя, наркотиков и табакокурения, а также секретом не является то, какой вред приносят подобные пристрастия. Но некоторые аспекты этой проблемы, такие, например, как причины возникновения патологического влечения к подобным веществам, очень редко освещаются в профилактических беседах. Сегодня мы изучим все детали данного вопроса. Но для начала определим, от чего нам следует отталкиваться в наших знаниях.

Классный руководитель предлагает сделать **упражнение "Ассоциации"** (10 мин.)

**Цель:** определить уровень знаний участников группы. Создать основу для более глубокого содержания работы и дискуссий.

**Материалы:** ручки; листы бумаги на каждого участника.

В игре обязательно участвует вся группа. В ходе игры определяется исходное отношение группы к проблеме. Дается задание: "назовите 1-2 слова, которое приходят вам на ум, когда вы слышите "наркотики", "наркомания", "зависимость". Игра может быть проведена в 2-х вариантах - устно или письменно.

*1 вариант:* участники по кругу высказывают 1-2 ассоциаций, которые вызывают эти слова.

*2 вариант:* участники получают по небольшому листку бумаги, на котором записывают свои ассоциации к этим словам.

После этого все названные ассоциации обсуждаются, выясняются причины возникновения подобных ассоциаций и описывается миф о наркомании в нашей культуре исходя из возникших ассоциаций.

**Текст лекции:**

Самым коварным последствием употребления алкоголя, табака, наркотиков является формирование зависимости. Зависимость поражает не какой то конкретный отдельный

орган. А охватывает всю личность в целом: на психическом, физиологическом, социальном уровне. Многие считают, что проявлением зависимости от алкоголя, табака, наркотиков являются шприцы, колотые вены, «синий нос» у алкоголиков, прокуренный голос, мутные глаза. К сожалению, эти признаки свидетельствуют уже о выраженной степени зависимости. В действительности зависимость начинается с принятия самой идеи о допустимости употребления одурманивающих веществ, с положительных мыслей о ней. И чем раньше это происходит. Тем тяжелее последствия для личности. Наркотическое (лекарственное) вредное пристрастие (drug addiction) или, другими словами, зависимость — это состояние периодической хронической интоксикации в результате повторяющегося употребления наркотического или лекарственного вещества (натурального или синтетического).

Она включает следующие характеристики:

- 1) непреодолимое желание или потребность (понуждение) продолжать употребление наркотического или лекарственного вещества и доставать его любыми способами;
- 2) тенденция к увеличению дозы;
- 3) психическая (психологическая) или общая физическая зависимость от воздействия наркотического или лекарственного вещества;
- 4) пагубные последствия для индивида и общества.

В зарубежной профилактической педагогической англоязычной литературе конца XX столетия используются термины “drug-taking behavior”, “drug-use behavior”, “drug abuse behavior”, которые можно перевести как «наркотическое поведение». Кроме того, там выделяются следующие виды употребления наркотиков: экспериментальное или случайное (1-3 раза), эпизодическое (примерно 1 раз в месяц) и регулярное (для алкоголя 2 раза в месяц — это уже регулярное употребление).7;8

*Обобщая информацию из международных источников, можно сделать следующие выводы:*

- наиболее распространённым термином сегодня является «химическая зависимость». При этом различают алкогольную, никотиновую, наркотическую (опиатную, амфетаминовую и др. зависимости);
- понятие «химическая зависимость» и «наркотическое пристрастие» включают такие основные характеристики, как: а) патологическое немедицинское употребление, сильное влечение, вынужденное употребление, потребность; б) психическая зависимость; в) увеличение дозы, утрата количественного контроля; г) физическая зависимость, толерантность, симптомы абстиненции; ж) пагубные последствия;
- зависимости рассматриваются как психические и поведенческие расстройства, но изучаются в основном медиками и относятся к болезням;
- все симптомы зависимости есть результат поступления в организм наркотического или лекарственного вещества;

*Классный руководитель предлагает выполнить упражнение "Мифы" (15 мин.)*

**Цель:** информировать участников по вопросам употребления ПАВ, развеять мифы.

**Материалы:** таблички с надписями "да" - "нет".

Каждый студент получает табличку с надписью «ДА» и «НЕТ». При зачитывании педагогом-психологом каждого из предложенных мифов в случае согласия с ним – студент поднимает вверх табличку со словом «ДА», в случае несогласия – табличку «НЕТ». Таким образом можно выяснить уровень информированности каждого студента по данному вопросу и провести коррекцию представлений.

Мифы:

Наркомания - вредная привычка.

Достаточно 1 раз уколаться - и станешь наркоманом.

Существуют безопасные наркотики.

Марихуана безвредна.

Наркомания неизлечима.

У каждого есть своя собственная зависимость.

Человек имеет право осознанно употреблять наркотики. Этим он не приносит вреда окружающим.

## **ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ЗАВИСИМОСТИ**

Это физиологическая потребность организма в очередной дозе наркотического вещества. Так как наркотик входит в процесс обмена веществ, то если это вещество перестает поступать в организм, человек переживает тяжелейшее состояние – абстиненцию. И потребность в наркотике и «ломка» в его отсутствие в этом случае никак не зависят от воли человека, от черт его характера или свойств его личности – точно так же, как, например, кашель больного туберкулезом не зависит от его желания. Один из медиаторов, который имеет особенно важное значение для понимания механизмов зависимости – это эндорфины. По своему действию эти вещества очень схожи с производными наркотического вещества – морфия. Например, они, как и морфины, имеют обезболивающий эффект (собственно, название эндорфины и обозначает: морфины, вырабатываемые внутри организма). Определенный уровень этих эндорфинов необходим для нормальной работы нервной системы, а значит и для нормального эмоционального самочувствия человека. При их нехватке настроение и активность человека снижены, человек чувствует себя некомфортно, беспокойно. У человека с химической зависимостью уровень эндорфинов от рождения низкий. И зачастую такой человек впервые ощущает себя “в норме”, лишь попробовав алкоголь или наркотик, потому что любое из наркотических веществ прямо или косвенно “нормализует” уровень эндорфинов. Так как при употреблении ПАВ происходит резкий выброс эндорфинов (эйфория), мозг начинает приспосабливаться к этому за счет разрастания количества принимающих эндорфины рецепторов (нарисовать). Более того, со временем, все органы привыкают функционировать только при наличии этого вещества. Медицина пока не знает, как исправить такие врожденные особенности обмена веществ. То есть мы не можем устранить биологические факторы, вызывавшие зависимость. А это значит, что на сегодняшний день эти заболевания не излечимы, так как вылечить зависимость означает сделать человека способным употреблять ПАВ, не попадая от них в зависимость.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ЗАВИСИМОСТИ**

Современная медицина научилась снимать абстиненцию. Беда, однако, в том, что нередко и самими наркоманами, и их родственниками, а иногда – даже и «специалистами» такое временное облегчение принимается за лечение. За это лечение платят огромные деньги, на него возлагают огромные надежды – но, увы, все это оказывается тщетным.

Благополучно пережив «ломку», наркоман очень скоро снова возвращается к прежнему. Как правило, это происходит потому, что кроме физической, у него сформирована и психическая зависимость от наркотиков, то есть, уже психологическая, душевная потребность в возвращении к состоянию наркотического опьянения. И это тоже проявление болезни. Но это проявление – совсем не то же самое, что дурная привычка. И это очень важно иметь в виду!

Это отнюдь не привычка. В отличие от просто дурной привычки психическую зависимость невозможно преодолеть волевым усилием (так же, как и проявление физической зависимости).

Зависимость отличается от привычки тем, что зависимый человек уже не может без наркотика испытывать положительные эмоции, не может справляться с болезненными ситуациями, общаться «на трезвую голову». Психическую зависимость преодолеть гораздо труднее, чем справиться с физической ломкой. Как и любая болезнь, наркомания имеет свои предпосылки и проявления. От определенных взглядов и убеждений может зависеть станет человек наркоманом или нет.

Некоторые психологические предпосылки к заболеванию:

- Низкая или, наоборот, завышенная самооценка.
- Сложности в общении.
- Психологические комплексы.
- Неумение справляться со своими чувствами.
- Высокий уровень внутреннего напряжения.
- Склонность к рискованным ситуациям.

Даже после снятия ломки проблемы и разрушения на уровне психики остаются, и игнорирование этой сферы неизменно приводит к рецидиву.

## СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ЗАВИСИМОСТИ.

Человек – существо социальное. Все мы неотрывно связаны с социумом. Социум – это наша семья, друзья, коллеги, соседи, общество в целом.

И на социальном уровне есть и предпосылки и проявления наркомании.

Некоторые социальные предпосылки:

- *Употребление химических веществ (алкоголь, табак) – традиционно и легально.*

*Употребление - социальная норма, не нормально не употреблять.*

- *Неполная семья, нездоровая атмосфера в семье (даже в полной).*

- *Частые переезды.*

- *Зависимость в семье.*

- *Доступность веществ.*

- *Мода.*

- *Реклама – не только прямая реклама алкогольных напитков, но и косвенная, например реклама обезболивающих – таблетка от боли.*

- *Отсутствие четких жизненных ориентиров, разорванные поколения.*

- *Нет позитивного взрослого – здоровой модели поведения.*

*Социальные проявления.*

- *Изменение круга общения.*

- *Общество отвергает наркоманов и боится их.*

- *Неинтересно и ненужно общество.*

- *Отношения «ты мне – я тебе», манипуляции, обман*

- *Изоляция.*
- *Потеря социальных навыков.*
- *Окружающий мир воспринимается враждебно.*
- *Потеря друзей, доверия.*
- *Разрушение отношений в семье.*
- *Потеря работы, учебы.*
- *Преступления.*

Все это так же необходимо восстанавливать. А это очень долгий и трудный процесс, пройти который, имея больную психику, но, не имея помощи – практически невозможно. Современной науке хорошо известно, что наркомания – заболевание хроническое, прогрессирующее и – неизлечимое.

*Хроническое* – так как всегда остается возможность рецидива, более того это наиболее рецидивное заболевание (рецидив – срыв).

*Прогрессирующее* – разрушения будут только возрастать. Кроме того, начиная употребление вновь – уже невозможно вернуться в первую стадию контролируемого потребления.

*Педагог-психолог предлагает студентам задать вопросы и резюмировать всю новую информацию, составить основные тезисы. Благодарит всех за работу.*