

Активная работа «Что меня защищает?»

Тема: Употребление психоактивных веществ, причины и воздействие

Подтема: Факторы риска употребления психоактивных веществ и защитные факторы

Результаты обучения. Ученик:

- осознает возможности предупреждения наиболее распространенных видов рискованного поведения на уровне общества*;
- знает о защитных факторах и о факторах, способствующих употреблению психоактивных веществ (т. е. факторах риска);
- знает, что люди отличаются друг от друга как личными качествами, так и тем, как на них воздействуют психоактивные вещества.

Необходимые материалы. Рабочие листы.

Проблематика урока. На протяжении многих десятилетий проводились исследования с целью выявить, откуда и как берет свое начало употребление ПАВ, и как оно развивается. Факторы, которые повышают вероятность употребления психоактивных веществ, называют **факторами риска**. Факторы, снижающие вероятность употребления ПАВ, называются **защитными факторами**. Теоретически как факторы риска, так и защитные факторы подразделяются на динамические (например, домашняя обстановка) и статические (например, наследственные факторы). В повседневной жизни нередко наблюдаются сочетания этих факторов. Чем больше факторов риска сцеплено друг с другом, тем более уязвим человек и тем больше возрастает вероятность того, что он начнет употреблять ПАВ.

Введение. Разъясните ученикам, что люди значительно отличаются друг от друга. Мы отличаемся друг от друга как по физическим, так и личностным качествам; отличается даже воздействие, которое оказывают на наш организм психоактивные вещества. Некоторые люди являются очень восприимчивыми к действию ПАВ. Помимо этого, на человека влияет среда. Если одним посчастливилось воспитываться дома и ходить в школу, что способствует их развитию, то другие окружены такой средой, которая может содействовать употреблению и злоупотреблению ПАВ.

Основная деятельность

1. Попросите учеников назвать причины, по которым некоторые ученики **пробуют психоактивные вещества**, как легальные (алкоголь и табак), так и запрещенные (наркотики). После этого вместе найдите причины, по которым часть учащихся принимает решение не пробовать психоактивные вещества.
2. Попросите учеников перечислить причины, по которым некоторые ученики начинают **регулярно употреблять ПАВ**. Напишите на доске следующие области факторов риска и попросите детей сгруппировать причины (факторы риска) согласно этим областям.

Факторы риска

Индивидуальные	Связанные с семьей	Связанные со школой	Связанные с друзьями	Социально-культурные
----------------	--------------------	---------------------	----------------------	----------------------

Факторы риска можно изобразить на доске также в виде карточек для идей.

3. Дополните со своей стороны то, что скажут ученики (см. подробный обзор факторов риска и защитных факторов в главе III «Причины употребления психоактивных веществ»).

Объясните, что имеются также защитные факторы, которые помогают воздержаться от употребления психоактивных веществ или отсрочить его начало. Приведите некоторые примеры – например, умение принимать решения и разрешать конфликты, навык общения, высокая (адекватная) самооценка, прочные семейные традиции и т. д.

4. Раздайте ученикам рабочие листы и попросите заполнить их в парах. После окончания работы попросите учеников обосновать свой выбор. Можно попросить их указать отдельно те защитные факторы, которые по их мнению являются наиболее существенными
5. Если хватит времени, посмотрите вместе с учениками фильм „Mõtteaine» («Тема для размышлений») (желательно по частям, каждая часть длится пять минут). Проведите обсуждение, воспользовавшись прилагаемым к фильму учебным материалом. Фильм можно посмотреть также на следующем уроке. Тема фильма – воздействие ПАВ на организм. Фильм размещен на странице Института развития здоровья www.terviseinfo.ee.

Основная идея. Подчеркните, что факторы риска могут в определенных ситуациях способствовать употреблению ПАВ, но сами по себе они не заставляют человека это делать. При этом защитные факторы снижают вероятность употребления психоактивных веществ и одновременно ослабляют уязвимость человека по отношению к ПАВ. Мы сами можем способствовать тому, чтобы защитить себя от поведения, наносящего ущерб здоровью.

Возможности интеграции. Работа предлагает возможности интеграции с обществоведением (законодательство, касающееся ПАВ), историей (культурные традиции) и биологией (наследственность).



Использованная литература

1. Alkoholismi ja narkomaania ennetamise käsiraamat (koost Kiipus, M) 2005. Sotsiaalministeerium, MTÜ AIDSi ennetuskeskus.
2. Botvin, G 1999. Adolescent Drug Abuse Prevention: Current Findings and Future Directions. – Drug Abuse. Origins & Intervention (toim Glantz, M, Hartel, C). Washington: APA, lk 285–303.
3. Harro, J 2006. Uimastite ajastu. Tartu Ülikooli kirjastus.
4. Nurk, U 2012. Juhendmaterjal filmi Mõtteaine juurde. Tallinn, Tervise Arengu Instituut.
5. Nõgisto, J E; Kilmi, J 2012. Mõtteaine. Õppefilm. Tallinn, Tervise Arengu Instituut.
6. Preventsiooni käsiraamat. Alkohol, narkootikumid ja tubakas (toim van der Stel, J) 2001. Tallinn.
7. Uimastite tarvitamine koolinoorte seas: 15–16aastaste õpilaste legaalsete ja illegaalsete narkootikumide kasutamise Eestis. Uurigu raport (toim Kobin, M, Vorobjov, S, Abel-Ollo, K, Vals, K) 2012. Tallinna Ülikooli rahvusvaheliste ja sotsiaaluuringute instituut, Tervise Arengu Instituut.

Рабочий лист

Найди защитные факторы против употребления психоактивных веществ и поставь перед ними знак плюс (+). Добавь также от себя те защитные факторы, которые, по твоему мнению, помогают предупредить употребление ПАВ.

+	Факторы риска употребления психоактивных веществ и защитные факторы
	хорошие возможности для занятий спортом поблизости от дома
	хорошие возможности для занятий по интересам поблизости от дома
	напряженные отношения и ссоры в семье
	наследственная предрасположенность к злоупотреблению ПАВ, причиной которой является своеобразие химии мозга и процессов обмена веществ
	законы, позволяющие употребление ПАВ
	хорошая успеваемость в школе
	друзья, которые не употребляют ПАВ
	импульсивное (необдуманное) поведение
	смена места жительства и школы
	знание достоверной информации о ПАВ
	тяжелые несчастья в личной жизни
	хорошее материальное положение семьи
	хорошие отношения и взаимопонимание между членами семьи
	чрезмерное любопытство, излишнее желание рисковать
	сформировавшиеся семейные традиции
	высокая самооценка
	употребление (впервые) психоактивного вещества в раннем возрасте
	законы, строго ограничивающие или запрещающие употребление ПАВ
	члены семьи, не употребляющие ПАВ
	высокая чувствительность организма по отношению к ПАВ
	отсутствие друзей
	самоуважение
	умение справляться со стрессом и негативными чувствами
	хорошие навыки общения
	легкодоступность наркотиков
	члены семьи, употребляющие ПАВ
	общение с употребляющими ПАВ сверстниками
	хорошие навыки решения проблем и улаживания конфликтов
	плохие результаты учебы или уход из школы (прекращение учебы)
	хорошие отношения со сверстниками
	тяжелое материальное положение семьи
	придание большого значения здоровью
	благосклонное отношение к употреблению ПАВ в медиа
	интересные уроки человековедения
	верность самому себе, при необходимости отказ от предложений сверстников

	кроме этого, важными, по моему мнению, защитными факторами, являются также: