

Психологический тренинг «Профилактика подростковой наркозависимости»

1. Цель:

Помочь подростку осознать проблему наркозависимости и выработать у него навыки защитного поведения.

2. Основные этапы тренинга:

- Выработка групповых правил
- Осознание собственного отношения к наркотикам
- Осознание мотивов злоупотребления наркотиками
- Осознание проблемы зависимости
- Тренировка навыков отстаивания своей позиции
- Прояснение предрассудков, связанных с наркотиками
- Осознание личных ценностей
- Выработка навыков помощи другим и себе

3. Сценарий тренинга

День

РАЗМИНКА

1. Упражнение "Снежный ком"

Участники по очереди называют свое имя с каким-нибудь прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Следующий по кругу должен назвать предыдущих, затем себя; Таким образом, каждый следующий должен будет называть все больше имен с прилагательными, это облегчит запоминание и несколько разрядит обстановку.

Например:

1. Сергей строгий - 2. Сергей строгий. Петр прилежный - 3. Сергей строгий. Петр прилежный, Наташа независимая и т.д..

2. Упражнение "Снежинка"

- Раздайте участникам по листу бумаги.
- Объясните, что оценки за это упражнение не ставятся. Подчеркните, чтобы, делая упражнение, никто не смотрел на других. Все должны спокойно выполнять инструкции тренера. Скажите участникам, *что никому не разрешается спрашивать, как делать упражнение.* Если кто-нибудь задаст какой-то вопрос, ответьте: "Делайте так, как считаете нужным."

- Предложите ученикам:

- а) Взять листок бумаги.
- б) Сложить его вдвое.
- в) Оторвать верхний правый угол.
- г) Снова сложить бумагу вдвое.
- д) Оторвать верхний правый угол.
- е) Снова сложить бумагу вдвое.
- ж) Оторвать верхний правый угол.
- з) Снова сложить бумагу вдвое
- и) Если можно, оторвать верхний правый угол.

Если участники утверждают, что рвать бумагу стало слишком трудно. скажите, что это совершенно необязательно делать.

- к) Развернуть листки бумаги.

- Попросите учеников оглядеться, обращая внимание на то, как по-разному выглядят листки бумаги.
- Вопросы для обсуждения:
 Можно ли сказать, что у кого-то бумага надорвана неправильно? Почему?
 Почему листы надорваны так по-разному?
 Если какие-то участники надорвали бумагу не так как вы. значит ли это. что они плохие люди? Почему?
 Бывает ли так, что мы считаем человека хорошим или плохим в зависимости от того. делает ли он что-то точно так же. как и мы? Приведите примеры.
 В каком смысле, по вашему мнению, люди из других стран (других религий, других этнических групп и т.д.) видят мир по-иному? Чем их точка зрения отличается от вашей? Чья точка зрения правильна?
 Каким бы был мир, если бы все видели все совершенно одинаково? Почему мир интереснее, когда существует много различных точек зрения?

- Вывод:

- Хотя и могут существовать разные точки зрения, ни одна точка зрения не может быть единственно верной. Многие вопросы не имеют единственного ответа

3. Упражнение "Социометрия"

Цель: Познакомиться друг с другом, создать доверительную атмосферу.

Все встают в круг, делают шаг вперед, образуют малый круг, пожимают друг другу руки те:

- у кого день рождения (летом, весной...)
- кто по знаку зодиака (рак, лев...)
- кто любит футбол
- у кого есть брат (сестра)
- кто носил (носит) очки
- кто любит танцевать
- у кого дома есть собака
- у кого в семье больше пяти человек
- кто любит смеяться
- у кого дома никто не курит - кто любит помогать другим

4. Упражнение "Молекулы"

5. Упражнение "Взаимопредставление"

Работа в парах — рассказ "Мне в себе нравится...". Затем — взаимопредставление.

6. Упражнение "Формула "Я"

Необходимо вывести формулу своего "Я". Участникам раздаются листы, перегнуты пополам так, что получилось 4 странички. Участников просят на первой странице написать 15 предложений, начинающихся со слова "Я":

Я — хорошая сестра

Я — средняя ученица

Я — романтическая девушка

Я

На второй страничке участников просят написать 15 предложений, начинающихся со слов "Я люблю..." или "Мне нравится..." На третьей страничке — 15 фраз со слов "Я не люблю..." или "Мне не нравится..." И, наконец, на последней страничке 15 фраз со слов "Я боюсь..."

Затем каждый участник читает свою формулу, в некоторых случаях можно допустить прочтение не всего списка, а только по 3 фразы из каждого раздела (допустим 7,13 и 18)

7. Упражнение "Приветствие"

Все участники разбиваются на 3 группы и приветствуют друг друга по-японски (кланяются), по-английски (пожимают руки) и по-африкански (трутятся носами).

8. Упражнение "Круг"

Я- о'кей, все — о'кей, мне хорошо, всем хорошо.

УПРАЖНЕНИЯ ТРЕНИНГА

1. Упражнение "Чувства"

Участникам предлагается: вспомните ситуацию, когда приходилось общаться с человеком, находящимся в алкогольном или наркотическом опьянении. Возможно, это был кто-то из ваших родственников или знакомых или просто человек, встреченный вами на улице. Постарайтесь вспомнить чувства, которые вы испытывали, общаясь с этим человеком. Затем участники общаются в парах и в течение 5 минут рассказывают друг другу о чувствах, которые они тогда испытывали. При этом один в течение этого времени рассказывает, а другой внимательно слушает, затем роли меняются. После этого участники возвращаются в круг и все вместе, под руководством ведущего, описывают те чувства, которые они испытали, когда рассказывали и слушали.

Возможный вариант	
Чувства говорящего	Чувства слушающего
раздражение	сочувствие
возмущение	интерес
жалость	возмущение
обида	отвращение
презрение	понимание
недоверие	сожаление
вина	уважение
ответственность	и т.д.
и т.д.	

Анализ чувств помогает осознать то, насколько мы лично вовлекаемся при столкновении с проблемой зависимости другого человека.

2. Упражнение "Незаконченный рассказ"

Цель: Выявление информированности подростков о наркотических веществах и их отношении к этим веществам.

Каждому участнику дается карточка с описанием начала ситуации, к которой подростку кто-либо предлагает попробовать наркотическое вещество. Окончание ситуации отсутствует — его необходимо дописать самому участнику.

Пример ситуации:

" У нас была своя компания. Мы ежедневно встречались во дворе дома и вместе проводили время. Все ребята, в том числе и я. курили сигареты. Однажды в нашей компании появился новенький. Он употреблял какое-то особое вещество, которое называл "наркотой" и предлагал нам тоже его попробовать. Он так здорово рассказывал, как после дозы "наркоты" "ловит кайф ", и что эти ощущения ни с чем не

сравнить по приятности. Некоторые попробовали сразу. Я отказался. Он пытался убедить меня, что ничего не случится, если я разок попробую... "

Необходимо оценить характер окончания рассказа, а также отношение — отказ или проба наркотика, используемую терминологию.

3. Упражнение "Мозговой штурм. Зачем люди употребляют наркотики и алкоголь."

Предлагается свободно высказаться по поводу причин, побуждающих человека употреблять алкоголь или наркотики. Ведущий фиксирует по мере поступления ответы на листке ватмана, поощряя к активности всех участников. Примерные варианты ответов могут выглядеть так: "Человек употребляет наркотики и алкоголь потому, что эти вещества помогают ему:

снимать барьеры в общении,
удовлетворять свое любопытство,
снимать напряжение и тревожность, стимулировать
активность,
следовать принятой традиции,
приобретать новый опыт".

В конце подводится итог и делается обобщение, задается вопрос о том, каково им сейчас вспоминать эти причины, что было трудно, были ли сделаны какие-то открытия. В ходе обсуждения целесообразно обратить внимание на то, какие человеческие потребности якобы удовлетворяются с помощью алкоголя и наркотиков и есть ли другие способы достичь того же эффекта. Например, человек употребляет алкоголь, чтобы снять психическое напряжение. Этого же можно достичь при помощи физических упражнений, прогулки и т.д.

4. Анкета "Злоупотребление наркотиками — угроза здоровью. Мифы и реальность."

Оцените следующие утверждения как ПРАВИЛЬНЫЕ (П) или НЕПРАВИЛЬНЫЕ (Н)

1. Любой существующие в мире наркотик является потенциальным ядом, опасным для здоровья. (П)

2. Антигистамины можно классифицировать как успокоительные средства, т.к. они используются для расслабления или успокоения нервной системы. (П)

3. Алкоголь и транквилизаторы никогда не следует принимать вместе. (П)

4. Марихуана это новый наркотик. (Н)

5. Вам может стать очень плохо от вдыхания клея, но это не смертельно. (Н)

6. Дым сигареты с марихуаной связывают с повышенным риском возникновения бронхитом, эмфиземы и рака легких. (П)

7. Вдыхание паров из аэрозольного флакона не рассматривается как наркомания. (Н)

___ 8. Марихуана на сегодняшний день является проблемой наркологии номер один. (Н)

___ 9. Одновременное употребление успокоительных средств и алкогольных напитков может вызвать необратимые изменения в головном мозге. (П)

___ 10. Некоторые из успокоительных препаратов это таблетки, которые прописывают как снотворные таблетки, мышечные релаксанты и транквилизаторы. (П)

5. Упражнение "Запретный плод"

Ведущий ставит в центре круга небольшую шкатулку или коробочку, в которой лежит неизвестный предмет. "Там лежит то, что нельзя", — говорит ведущий. Затем он предлагает каждому как-то проявить себя в отношении этого предмета. Участники могут вставать или оставаться на месте, выражать свое отношение мимикой и жестами: они могут подходить к шкатулке, брать ее в руки, заглядывать внутрь — каждый поступает так, как считает нужным. Даже если кто-то останется на месте, ничего не предпринимая, — это тоже будет его способом реагирования на ситуацию. При выполнении упражнения важно помнить, что это упражнение действия, а не объяснений, поэтому, если кто-то будет, пытаться просто рассказать словами о своей позиции, задача ведущего побудить его "показать" свое отношение.

Это упражнение позволяет участникам понять, как они относятся к разного рода запретам и ограничениям, нередко любопытство или желание изведать запретный плод или стремление продемонстрировать свою смелость руководят подростком в его поступках. Хорошо, когда он знает, какие чувства им управляют, это позволяет сделать осознанный выбор.

II- III день

РАЗМИНКА

1. Упражнение "Динамика открытий"

Цель: на опыте великих ученых познавать тягу к неведомому и неизученному.

Работа в индивидуальном порядке или в небольших группах, участники обсуждают жизнь и творчество великих людей, таких как Дарвин, Менделеев, Дашкова, Ломоносов и т.д. Участникам предлагается внимательно проследить путь, по которому каждый из этих ученых шел к своей цели, противопоставляя себя распространенному общественному мнению и мнению других ученых. Затем стоит поговорить о чувстве неудовлетворенности каждого из участников, связанном с их нуждами и, например, в соответствии с теорией человеческих потребностей, разработанной Маслоу (потребности: физиологические, безопасности, любви, уважения, познавательные, эстетические, самореализации). Затем стоит обсудить с участниками ситуации из их жизни, когда они испытывали такие же чувства, как и перечисленные выше.

2. Упражнения на психологическую разминку

Лит. Конфликт и общение. Путеводитель по лабиринту регулирования конфликтов. Изд-во "ARC", Кишинёв, 1997. С. 299-300

УПРАЖНЕНИЯ ТРЕНИНГА

1. Упражнение "Молодежь и взрослые говорят: "Спасибо, нет!"

Цель: участники знакомятся с аргументами, которые можно использовать, отказываясь пить.

Ведущий предлагает участникам провести дискуссию на тему: "Какими аргументами можно пользоваться, отказываясь пить спиртное в ситуациях, когда на Вас оказывается давление?" Представленные аргументы записываются на доске, а потом на листочках, которые сохраняются как документ. Список можно дополнить, предлагая участникам провести ряд интервью среди своих сверстников. Это было бы хорошей подготовкой к следующим интервью, которые будут проводиться со взрослыми. Затем ведущий предлагает участникам, чтобы они провели интервью дома с родителями или другими взрослыми на тему: "Как взрослые в компании отказываются пить спиртное?". Можно организовать проведение группой интервью со случайно встреченными на улице людьми. В такой ситуации был бы полезен магнитофон или диктофон, хотя и при их отсутствии участники успешно могут записать ответы взрослых.

На следующих занятиях участники представляют результаты исследования, используя список аргументов, предложенных взрослыми. Затем они сравнивают составленный ими накануне список аргументов с мотивировками, полученными при проведении интервью.

Ведущий начинает дискуссию по следующим вопросам:

- какие аргументы встречаются в обоих списках;
- что отличает оба списка;
- как молодые люди могут отказаться от распития спиртного в компании;
- какие аргументы представили участвующие в интервью женщины;
- какие аргументы представили участвующие в интервью мужчины;
- какие способы отказа от употребления алкоголя являются "женскими", а какие — "мужскими";
- какие аргументы наиболее эффективны?

Конечно, таких вопросов может быть и больше. Важно, чтобы дискуссия проходила в атмосфере терпимости, свободы и доверия, искренности и непринужденности.

2. Упражнение "Пантомима — "Нет, я не иду с вами"

Всю группу следует поделить на небольшие (по 5 человек) группы. Задачей каждой группы будет подготовка небольшой немой сценки — пантомимы. Необходимо объяснить участникам, что пантомима — представление без слов, в котором актеры выражают действие и чувства с помощью мимики, жестов и движений. Каждая группа должна подготовить, а потом сыграть сценку, в которой собирается группа людей и решает отметить встречу, распив пиво или вино в парке или в ресторане (здесь можно представить участникам множество разных вариантов). Один из членов группы с помощью мимики, жестов и движений показывает, что он отказывается от участия в распитии алкоголя. **Все** остальные оказывают на него давление, уговаривают его пойти с ними. Тут не важно какой будет конец сцены.

3. Упражнение "Ответ: "Нет"." Цель: участники учатся говорить "нет" в различных ситуациях.

1. Следует выбрать несколько ситуаций из представленных ниже или предложить свой сценарий, один ученик будет играть роль человека, на которого оказываются давление, и он должен найти выход из создавшегося положения, говоря "нет", остальные могут играть роль ровесников, которые оказывают давление. Стоит обратить внимание на то, что сценка должна быть представлена в наиболее приближенной к ситуации форме. Важно, чтобы каждый участник мог побывать в такой ситуации и сказать "нет"

Твой друг предлагает тебе:

— украсть несколько конфет:

- прогулять занятия;
- убежать из дому;
- выпить пиво;
- покурить;
- списать контрольную работу;
- сделать кому-нибудь пакость.

Незнакомый взрослый уговаривает тебя:

- пойти прогуляться вместе с ним;
- выгородить его, сказав кому-то неправду;
- купить таблетки или другие лекарства;
- не слушаться родителей;
- рассказать о себе.

Группа друзей хочет, чтобы:

- ты тихо ушел ночью из дома и встретился с ними;
- ты украл для них образец контрольной работы;
- покурил с ними;
- ты попросил своего старшего брата купить им пиво;
- ты с ними выпил.

2. После того, как все представленные ситуации будут сыграны стоит похвалить каждого участника за решимость, с которой он говорил "нет", и спросить, есть ли еще какие-либо способы выйти из похожей ситуации принуждения, не теряя достоинства. и своего "лица". Затем наступает время обсуждения последствий отказа (ответа "нет") и защиты своих точек зрения (*например*, потеря друга, очень плохое самочувствие). Какие могли бы возникнуть в этой ситуации проблемы, если бы ты не сказал "нет"?

4. Упражнение "Ролевая игра"

Два желающих принимают на себя роли подружек, которые встретились как-то вечером на квартире, пока родителей нет дома. Задача одной — уговорить другую выпить вместе с ней спиртное, используя для этого всевозможные аргументы. Другая должна во что бы то ни стало отказаться. Продолжительность такого взаимодействия 15 минут. По окончании остальные участники дают "обратную связь" той подружке, которая отказывается, с целью выявить моменты, наиболее удачные в плане отстаивания своей позиции, и то, что было неубедительно.

В другом варианте этого же упражнения уговаривающей стороной может быть парень, а отказывается девушка;

предполагается, что между ними имеется взаимная симпатия.

Во время общего обсуждения участникам предлагается ответить на два вопроса:

- Какие варианты отказа были для вас наиболее убедительными?
- Что внутри вас помогало вам отказаться?

5. Упражнение "Зависимость (незаконченные предложения)"

Участникам предлагается дописать предложения:

1. Когда я общаюсь с человеком, зависимым от наркотиков или алкоголя, тогда я
2. В общении с зависимыми людьми труднее всего мне бывает ...
3. Свое сочувствие к зависимому человеку я проявляю через ...
4. Когда я наблюдаю поведение зависимого человека, я понимаю, что ...
5. Ситуация, в которой я бы мог стать зависимым от наркотика, это ...
6. Когда я замечаю, что становлюсь зависимым от кого-то или чего-то, я осознаю, что ...
7. Быть независимым для меня означает...
8. Как я понимаю, зависимость это ...

Можно эти предложения заготовить в виде распечаток и раздать для самостоятельной работы.

6. Упражнение "Скульптура зависимости"

Участникам группы предлагается разбиться на тройки и разойтись по комнате в подгруппах так, чтобы не мешать друг другу. Затем каждой из подгрупп предлагается построить "скульптуру зависимости" так, как они ее себе представляют. Ведущий объясняет, что "материалом" для скульптуры будут сами участники, кроме того, они могут использовать любые подручные средства. Дается некоторое время на обдумывание и репетицию, и затем каждая из подгрупп представляет свою скульптуру с необходимыми комментариями. После выступления всех подгрупп проводится групповое обсуждение, во время которого каждому участнику предоставляется возможность поделиться своими чувствами и ощущениями.

Смысл этого упражнения в том, чтобы дать участникам глубоко, вплоть до мышечного уровня, прочувствовать и осознать, что же такое зависимость и что происходит с человеком, находящимся в зависимом положении.

7. Упражнение "Тихая дискуссия"

Цель: побудить участников на основании их информированности и опыта составить свое мнение и выразить его сначала письменно.

Провокационное утверждение пишется в центре большого листа и предлагается в группе. Каждый член группы должен сначала, не обсуждая с остальными, записать на бумаге свое мнение или замечания по данному высказыванию. Затем каждый может письменно высказать свою точку зрения по замечаниям, записанным остальными участниками. В завершение этой тихой дискуссии можно обсудить впечатления участников в ходе дискуссии и ее результаты, провокационные тезисы:

— Проблему наркомании решить нельзя, так как нет общества, свободного от наркотиков.

— Только у людей, живущих вне общества, возникают проблемы с наркотиками.

— Наркоманам и тем, кто подвержен опасности стать наркоманом, нельзя помочь.

— Милиции следовало бы принимать более решительные меры в отношении наркоманов,

— Молодежь слишком мало информируют о наркотиках.

— Тому, кто стал наркоманом, не повезло.

8. Упражнение "Слепой - поводырь"

• Упражнение проводится в парах. В каждой паре выбирается "слепой" и "поводырь". Инструкция "поводырям": "Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром". Участники в парах расходятся по комнате (возможен выход за пределы помещения). "Поводырь" ведет "слепого" за собой (или поддерживает его сзади), знакомит его с предметами окружающего мира, людьми, интерьером. Через 10 минут участники меняются ролями. После завершения упражнения проводится обсуждение. Участники рассказывают, как они чувствовали себя в роли "поводыря" и "слепого", было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру.

9. Упражнение «Ответственность (незаконченные предложения)»

Участники заканчивают предложения:

— Быть ответственным для меня это значит ...

— Некоторые люди более ответственные, чем другие, - это люди, которые ...

— Безответственные люди - это ..

— Свою ответственность по отношению к другим людям я проявляю через ...

- Вид ответственности, который, как я чувствую, более для меня тяжел — это
- Ответственного человека я узнаю по ...
- Чем сильнее моя ответственность, тем больше я ...
- Я побоялся бы нести ответственность за ...
- Быть ответственным по отношению к самому себе — это .
- Я несу ответственность за ...

Проводится обсуждение в парах и в кругу. При проведении обсуждения можно дать участникам почувствовать достоинства и недостатки двух позиций: "ответственности за других" и "ответственного отношения к другим".

10. Упражнение "Шприц"

У каждого подростка существует естественный психологический барьер по отношению к наркотикам, особенно внутривенным. Не так-то просто в первый раз решиться на то, чтобы проколоть себе вену или ввести в организм вещество, действие которого непредсказуемо. Именно на этом этапе, до того как подросток прошел "посвящение": сделал первую инъекцию или выкурил первую сигарету, необходимо выработать у него навыки самозащиты.

Упражнение делается по кругу. Инструкция: тот, у кого в руках находится шприц, должен предложить соседу справа уколиться якобы имеющимся в шприце наркотиком: задача второго отказаться:

делается 3 попытки, после чего шприц передается тому, кто отказывается, и так по кругу. В конце проводится короткое обсуждение, отмечаются те варианты отказа, которые были наиболее убедительными, и те случаи, когда у "искусителя" сохранялось настойчивое желание продолжать уговоры.

11. Упражнение "За кругом"

Нечетное количество участников. Сначала происходит беспорядочное движение по комнате: по команде участникам нужно сцепиться в пары. Все, у кого нашлась пара, объединяются в круг; один оказывается за кругом. Инструкция: участникам в кругу нужно не пустить внутрь того, кто за кругом соответственно, последнему нужно любым способом проникнуть внутрь; тот, кто пропустит, будет выдворен за круг. Продолжительность игры 10-20 минут. По окончании участники делятся своими чувствами, и разговор плавно переводится на тему дискриминации. Далее предлагается вспомнить ситуации, когда участники подвергались каким-либо притеснениям.

12. Упражнение "Обсуждение истории"

Володя и Катя дружат уже больше года. Последнее время Катя стала замечать, что Володя сильно изменился, он часто стал пропускать уроки, у него появились "подозрительные" друзья. Однажды во время школьной дискотеки Володя позвал Катю в пустой класс и признался, что уже несколько месяцев "балует" "ханкой"; ему это нравится, но он не считает себя наркоманом. Потом он ей предложил попробовать уколиться вместе. Катя была сильно встревожена, от предложения отказалась и в тот же вечер рассказала о случившемся своей подруге Тане; та ее внимательно выслушала, но вмешиваться не стала, сказав, что это не ее проблема.

После бессонной ночи Катя наутро решила рассказать обо всем еще одной своей однокласснице — Свете. Она знала, что в прошлом году у Светы от наркотиков погиб родной брат. Света тут же взяла инициативу в свои руки, заверив Катю, что все уладит. Она сообщила о случившемся классному руководителю. Был собран экстренный педагогический совет и поставлены в известность родители Володи. В результате от юноши отвернулось большинство сверстников, только Дима, его друг с третьего класса, оставался всегда рядом и уверял, что все это можно пережить. Володя больше наркотиков не употребляет, но с Катей отношения испортились."

Этот рассказ зачитывается один раз, затем участникам необходимо определить рейтинг персонажей рассказа по двум критериям:

1. Кто вызывает большую симпатию?
2. Чьи действия были наиболее правильными?

13. Упражнение "Ценности"

Участникам группы

раздаются списки возможных человеческих ценностей:

- интересная работа
- хорошая обстановка в стране
- общественное признание..
- материальный достаток
- любовь
- семья
- удовольствия, развлечения
- самосовершенствование
- свобода
- справедливость
- доброта
- честность
- искренность
- вера
- целеустремленность

Затем каждому предлагается выбрать из списка 5 самых главных для него ценностей и две ценности, которые не очень значимы в данный момент. После этапа индивидуальной работы участники объединяются в малые подгруппы (по 3-4 человека) и обсуждают свои варианты. Затем происходит общегрупповое обсуждение, во время которого участники делятся своими впечатлениями.

14. Упражнение Телевизионный ролик"

Группа разбивается на подгруппы по 4-6 человек, затем ведущий объясняет задание: "Представьте, что вы работаете на телевидении, ваша задача на ближайшие 20 минут — придумать и поставить телевизионный ролик о вреде наркотиков. Вы можете работать в любых жанрах: социальная реклама, постановка, мультипликация. Вы можете использовать музыкальное сопровождение, танцы, переодевания — все, что подскажет вам воображение".

После обдумывания и репетиций каждая подгруппа представляет свой ролик. Затем участники делятся впечатлениями.

15. Упражнение "Письмо в редакцию"

Участникам предлагается разделить на две подгруппы, каждая из которых будет временно исполнять функции редакции молодежной газеты. "Представьте, что к вам в редакцию пришло письмо, — объявляет ведущий, — Постарайтесь за 15-20 минут совместными усилиями написать ответ." Затем ведущий раздает письма.

Примерный вариант письма:

"Дорогая редакция.

Я была в компании и меня уговорили попробовать уколоться. Мне стало интересно. А теперь я все время думаю, а вдруг я уже наркоманка. Что мне делать? К врачу идти я боюсь. Ответьте мне, пожалуйста.

Маша П.. 14 лет"

После того как ответы написаны, подгруппы меняются письмами и своими вариантами ответов. Теперь каждой из подгрупп предлагается оценить качество ответа их коллег по следующим критериям:

1. Доступна ли форма ответа на письмо?
2. Понятен ли смысл ответа?
3. Не вызывал ли у вас чувство смущения или неприязни этот ответ?
4. Насколько интересен для вас этот ответ?
5. Достаточно ли он информативен?

По каждому из критериев выставляется от 1 до 10 баллов, затем подсчитывается общий результат. В заключение проводится общегрупповое обсуждение, в процессе которого участники обмениваются впечатлениями и эмоциями.

16. Упражнение "Болезнь"

Участникам предлагается разделить по ролям: ребенок и другие члены семьи (мать, отец, сестра и т.д.). Все встают в круг, ребенок встает в центр круга, берет за руки кого-то из членов "семьи", остальные просто прикасаются к нему и круг начинает тихо вращаться. По хлопку ведущего круг резко останавливается, а ребенок неожиданно для окружающих приседает (эта инструкция должна быть дана ему заранее). Ведущий спрашивает у "членов семьи" какие чувства они испытали в этот момент, проводя параллели с внезапностью болезни ребенка

17. Чтение рассказа М.Булгакова "Морфий"

Взгляд на наркомана его глазами.