**Комитет по здравоохранению Правительства Санкт-Петербурга**

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение**

**«Медицинский колледж им. В.М. Бехтерева»**

**Методическая разработка классного часа**

**на тему: «Всегда есть выбор»**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  | Листратова Виктория Владимировна |
|  | Социальный педагог |

Санкт- Петербург

2021 год

Методическая разработка составлена для проведения тематического классного часа в форме беседы-диалога с обучающимися профессиональных курсов по программам среднего профессионального образования. Классный час направлен на расширение представлений студентов о причинах, формах зависимого поведения, а также на формирование навыков критической оценки информации и умения принимать правильные решения

Данная методическая разработка может быть использована на занятиях социальными педагогами, педагогами-психологами, кураторами и преподавателями.

**Цель:** расширить представления студентов о причинах, формах зависимого поведения, сформировать навыки критической оценки информации и умение принимать правильные решения.

**Задачи:**

**1. Образовательные:**

* расширить представления о причинах, формах возникновения зависимого поведения
* познакомить с особенностями формирования зависимого поведения

**2. Развивающие:**

* содействовать формированию у студентов способности самостоятельно осуществлять социально-значимый и правильный выбор
* содействовать развитию умения отстаивать свои интересы, определять и нести ответственность за себя, свои действия и свой выбор,
* развивать умение понимать свои чувства и эмоции

**3. Воспитательные:**

* содействовать воспитанию критического осмысления последствий своих поступков

**Оборудование**: компьютер, проектор, экран, колонки.

**Форма проведения:** беседа-диалог.

**План классного часа:**

1. Вступительное слово
2. Просмотр отрывка фильма
3. Обсуждение просмотренного эпизода фильма
4. Показ презентации
5. Подведение итогов

**Ход классного часа**

1. **Вступительное слово**

Понятия «зависимость», «зависимое поведение» знакомы каждому из нас. Под зависимым поведением понимают привязанность к чему-либо или к кому-либо. У каждого из нас есть привязанности к чему и каждого их множество, но каждому из нас известны виды привязанностей, которые недопустимы с точки зрения общественных норм, которые угрожают здоровью или жизни человека, которые наносят вред самому человеку и его окружению.

Проблемами зависимости занимаются многие специалисты, и эта проблема является актуальной в настоящее время. Зависимость делает человека рабом, он страдает от своего пристрастия, и даже осознавая всю пагубность, отказаться от нее самостоятельно зачастую не в силах. Любая из зависимостей приводит нарушает обычную жизнь человека, появляются проблемы с учебой, работой и в семье, ограничивает развитие человека, приводит к психологическим, психическим и соматическим заболеваниям.

К сожалению, зависимым может стать человек любой профессии, с любым уровнем образования, разного финансового достатка. Проблема зависимости касается каждого из нас: либо в семье, либо среди знакомых есть люди с зависимым поведением.

Зависимое поведение позволяет убежать от проблем в мир иллюзий, при этом реальность остается прежней, а личность человека неуклонно разрушается, порождая дополнительные проблемы.

Ежегодно от злоупотребления алкоголем, никотиновой и наркотической зависимости умирают или становятся недееспособными сотни тысяч людей, причём многими из них являются подростки и молодёжь до 30 лет. Мировая статистика по наркотикам говорит, что каждый двадцатый человек пробовал наркотические препараты. Средний возраст наркозависимых находится в диапазоне 15-19 лет.

Количество взрослых наркоманов достаточно низкое, поскольку большая часть зависимых, начавших употреблять в 15 – 20 лет, просто не доживает до своего тридцатилетия.

В современном мире пополняется список новых форм зависимостей. В настоящее время добавились и другие проблемы современного общества: интернет - зависимость, игровая зависимость, пищевая зависимость.

Эти проблемы настолько масштабны, что представляют реальную угрозу развитию нации и всей будущей цивилизации. К проблеме зависимостей направлен интерес разнообразных специалистов: психологов и психотерапевтов, медиков, наркологов, психиатров, социологов и юристов.

Американская ассоциация психиатров определяет зависимость как постоянное, хроническое и интенсивное использование конкретного паттерна поведения, выходящего (или уже вышедшего) из-под контроля индивида.

Наличие зависимости, по их мнению, можно определить по набору общих симптомов, которые сопровождают любой вид зависимости:

* постоянные, систематически возникающие в течение дня мысли об этом виде деятельности;
* значительная взаимосвязь с неспособностью получать удовольствие от других сторон жизни;
* неспособность контролировать, останавливать или прекращать конкретное поведение, даже осознавая его разрушительность;
* беспокойство и раздражительность при попытках со стороны пресечь это поведение;
* чувство тревоги и волнения при прекращении этого поведения на время;
* использование зависимости с целью избежать ответственности;
* ложь и преувеличения при рассказе о проявлениях этого поведения, уменьшение значимости проблемы для себя и для других;
* поведение характеризуется высокой степенью риска и угрожает физическому и психическому здоровью;
* интенсивные перепады настроения, связанные с данной деятельностью, в диапазоне от эйфории до стыда, вины и депрессии.

Важно отметить, что такой вид зависимости как наркомания законодательством РФ определен как заболевание и устанавливает запрет на потребление наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача. Ответственность за нарушение данной нормы предусмотрена Кодексом об административных правонарушениях РФ. Необходимо помнить, что в настоящее время с помощью современных лабораторных методов возможна точная диагностика состояния наркотического опьянения, предусматривающая определение конкретного наркотического вещества.

Кроме того, КОАП РФ устанавливает административную ответственность в виде штрафа либо административного ареста за совершение таких правонарушений как:

* незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов;
* предусматривает ответственность за вовлечение несовершеннолетнего в употребление одурманивающих веществ
* потребление наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах
* появление в состоянии опьянения несовершеннолетних, потребление ими наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах.

Уголовный кодекс Российской Федерации предусматривает уголовную ответственность за ряд преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков.

Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов

Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов

Нарушение правил оборота наркотических средств или психотропных веществ.

Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ.

Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества.

Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ.

Сегодня мы должны расширить представление о причинах, формах зависимого поведения, сформировать навыки критической оценки информации и умение принимать правильные решения.

1. **Просмотр отрывка фильма**

Для просмотра используется отрывок фильма Валерия Кремнева «Последние каникулы», 1970 года, с 58 минуты.

Основная цель просмотра – разобрать вариант манипуляции в отношении главного героя Бориса со стороны подростков, показать студентам как меняется наше мнение в зависимости от ситуации, и как окружающие могут оказывать влияние на наш выбор.

1. **Обсуждение просмотренного эпизода фильма**

Со студентами проводится обсуждение просмотренного эпизода фильма. Примерные вопросы:

* Был ли выбор у молодого человека?
* Стоило ли идти на поводу девушки?
* Каким опасностям подвергался герой?
* Стоит ли в дальнейшем продолжать общение с девушкой?
* Как Вы бы повели себя в данной ситуации?
* Возможно ли указанной манипуляцией привлечь к употреблению наркотиков или алкоголя?
* Приходилось ли студентам оказываться в сложных ситуациях выбора?
* Всегда ли у нас есть выбор?
* Что человеку помогает сделать правильный выбор?
1. **Показ презентации**

Студентам раскрывается понятие, что такое зависимое поведение и как оно формируется.

Зависимость (аддикция) – пристрастие, привязанность, увлечение, болезнь желания.

Зависимое поведение – патологическое поведение, связанное с патологическим желанием человека снизить психоэмоциональное напряжение с помощью ПАВ (и нехимических средств) от людей, ситуаций, предметов.

Зависимость:

* химическая (алкоголь, наркотики и др.);
* нехимическая (азартные, компьютерные игры и др.),
* промежуточная (нарушения пищевого поведения и др.).

Факторы, способствующие возникновению и развитию зависимости, можно разделить на три большие группы:

1) биологические,

2) социальные,

3) личностные (психологические).

1. **Подведение итогов**

Куда обращаться за помощью?

Студентам предлагается обсудить куда и к кому человек может обратиться за помощью. Затем предлагается полный список служб, которые оказывают помощь людям, имеющим зависимость, в том числе представляются контакты телефонов доверия.

**Литература**

1. Дереча В.А. Психология зависимостей : учебное пособие для вузов / В.А. Дереча. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 159 с.
2. Кутбиддинова Р.А. Психология зависимости : учебно-методическое пособие / Р.А. Кутбиддинова. – Южно-Сахалинск : СахГУ, 2017. – 128 с.
3. Мехтиханова Н.Н. Психология зависимого поведения : учебное пособие / Н.Н. Мехтиханова. – Ярославль : ЯрГУ, 2005. – 122 с.
4. Руководство по аддиктологии / Под ред. проф. В. Д. Менделевича. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 768 с.
5. Симатова О.Б. Психология зависимости / О.Б. Симатов. – Чита: Изд-во ЗабГГПУ, 2006. – 308 с.