

Умей сказать «нет»

В конце марта сотрудники детской библиотеки в рамках областной антинаркотической акции «Сурский край без наркотиков» провели для учащихся 8-х классов школы №6 тренинг «Умей сказать «нет».

Цель тренинга – учиться говорить «нет», т. е. противостоять чужому давлению, выражать отказ оптимальными способами, учиться уверенному поведению при отстаивании своей позиции.

Чтобы настроиться на доброжелательные отношения, ребятам предложили начать встречу со знакомства, придумав эпитет на одну из букв своего имени. Были определены правила общения.

С помощью таких упражнений, как «Ассоциации», «Мозговой штурм» и «Спорные утверждения», школьники высказывались о том, что такое наркотики, наркомания, зависимость. Почему люди употребляют наркотики? Как не поддаваться на уговоры попробовать наркотики? Как узнать человека, употребляющего наркотики? На эти и другие вопросы участники встречи давали свои ответы.

Ребятам было предложено проверить и оценить самим, как они смогут противостоять групповому давлению, в уп-

ражнении «Сумей отказаться».

Восьмиклассники попробовали себя в роли кукол и кукловодов в игре «Марионетки». В ходе игры кукловоды полностью управляли всеми движениями куклы-марионетки. И сделано это было для того, чтобы понять, как наркотик может управлять подвластными ему людьми. Как оказалось, роль кукол школьникам пришлась не по душе, ощущение зависимости их угнетало.

В заключение тренинга школьники нарисовали на листах бумаги «портрет наркомана». Быть похожими на портрет желающих не нашлось. Поэтому участники тренинга заклеили портрет ромашками со словами «Я никогда не буду таким, потому что...». И каждый приводил свой аргумент в пользу здорового образа жизни, исключая вредные привычки. И портрет наркомана скрылся под ромашками, которые и символизируют жизнь!

Ольга КОНДАКОВА.