

Портфель психолога

ИГРА НА МЕСТНОСТИ, или о курении – без нотаций!

А. Кравцова, Е. Лепешова,
психологи гимназии № 42, г. Кемерово

Число курильщиков с каждым днём растёт, а возраст курильщика снижается. Первые курильщики среди детей появляются уже в 4–5 классах. Дети в таком возрасте руководят любопытство и элементарная неосведомлённость о вредных последствиях курения. Предлагаем игру-марафон «Здоровый образ жизни», и рекомендуем проводить её с ребятами 4–5 классов.

В условиях летнего оздоровительного лагеря эта игра будет восприниматься с восторгом, поскольку проводить её надо на улице — прямо в лагере или в лесу, и движение между «сайтами» (этапами) может оказаться продолжением утренней зарядки. «Сайты» важно разместить на известном расстоянии друг от друга, а оборудование дополнить яркими схемами, плакатами, которые украсят антураж летней смены.

...В одном детском лагере вожатый старшего отряда за чем-то зашёл в радиорубку, где увидел... своих ребят, которые невозмутимо прикуривали от сигарет двух вожатых — третьего и пятого отрядов. Мальчишки, увидев наставника, не смутились:

— Ну и что? Мы под присмотром взрослых!

Стёб не прошёл — оставшись наедине с коллегами, вожатый старшего отряда заметил:

— А они правы. Вам можно — и им можно. А, кстати, зачем вы их сюда позвали?

Парни-вожатые опустили головы. Один, впрочем, нашёлся:

— Давайте завтра проведём игру о курении? Прикольно, а главное — увидишь: после этого — бросят! Я уже десятый год смолю, а они мелкие. Вышло, как он и говорил. Провели игру — больше курильщиков в первом отряде не было. Вожатый ошибся только в одном: теперь он и сам курить не мог, несмотря на десять лет...

Игра захватывает неожиданностью формы, хоть тема её скучная, на первый взгляд, — курение. Ребята о последствиях курения рассказывает не какой-то «умный взрослый», а они сами восстанавливают информацию, могут свободно обсудить свои представления. Ребята говорят словно не о себе, а о «каком-то мальчике».

Перед началом готовят: путевые листы для каждой группы участников, 8 листов бумаги в клетку или линейку (для письма и стихотворений), 2 ручки, 4 листа бумаги формата А3 (для рисунков), цветные карандаши, текст «письма в редакцию». Ещё для проведения игры требуется 4 помещения (для работы каждого сайта).

На роль инструкторов приглашают четырёх ребят, которым предстоит давать задание, контролировать время его выполнения. Особое внимание нужно уделить назначению инструктора на сайт «Утверждения», потому что это должен быть человек, с которым ребята смогут обсуждать свои истинные представления о курении (желательно — психолог).

Участники делятся на 4 группы, и каждая получает путевой лист, в котором описан её маршрут прохождения игры. Группам необходимо посетить 4 этапа игры («сайта»). Это «Утверждения», «Письмо в редакцию», «Портрет курильщика», «Буриме». На каждом сайте участники работают в течение 15 минут.

«Утверждения»

Участникам предлагают выслушать утверждения и согласиться или опровергнуть их. После этого психолог сообщает верные ответы.

Утверждения и верные ответы в скобках для ведущего:

- Табак — это не наркотик. (*Неверно*, так как в табаке содержится никотин, а он официально признан наркотическим веществом.)
- Курение — вредно для здоровья. (*Верно*, в сигаретах (любых, что бы там ни утверждалось в рекламе!) содержится много веществ, не-

Воспитательная ТЕХНОЛОГИЯ

гативно влияющих на самые разные системы организма — прежде всего на дыхательную и сердечно-сосудистую.)

- Курение влияет на состояние кожи, ногтей и зубов. (*Верно*, так как у курящего человека сохнет и шелушится кожа, слоятся и ломаются ногти, желтеют зубы.)

Каждая тонна окурков делает брешь в национальной безопасности страны.

Г. Александров

- Многие известные люди курят — значит, курение не влияет на умственные способности. (*Неверно*: курение влияет на умственные способности. И ещё неизвестно, на каком уровне был бы интеллект этих людей, если бы они при этом ещё и не курили...)

- Курение снимает стресс. (*Неверно*: курение замедляет процессы в организме, снижает чувствительность к переживаниям, временное спокойствие человек часто воспринимает как «стресс прошёл». Но когда действие табака заканчивается, переживания возвращаются с большей силой, и, чтобы вернуться в «спокойное состояние», требуется больше и больше курить. Табак, как и любой наркотик, проблему не решает, а лишь даёт временное «обезболивание», цена которому — зависимость.)

В нашей игре этот сайт вызвал наибольший интерес у ребят. Выяснилось, что многие из них заблуждаются относительно последствий курения. *Этому способствует «образ курильщика», навязанный рекламой и кино. Именно на этом сайте многие сделали для себя настоящие открытия.*

«Письмо в газету»

Ребята на какое-то время становятся редакцией газеты для детей и подростков, в которую приходит письмо от читателя. Задача участников — составить ответ, чтобы опубликовать в газете.

А. Кравцова, Е. Лепешова. **Игра на местности, или о курении — без нотаций!**

«Уважаемая редакция! Меня зовут Андрей, мне 11 лет. Мой лучший друг летом отдыхал на даче и познакомился с компанией ребят, которые курят. Они научили и его курить. А он теперь хочет научить меня, уверяет, что это прикольно. А я знаю, что это вредно. Не хочу портить своё здоровье, но боюсь потерять друга, если откажусь курить. Как мне быть? Подскажите...»

Курение позволяет верить, что ты что-то делаешь, когда ты ничего не делаешь.

Р.У. Эмерсон

добными проблемами в реальной жизни, смогли придумать много вариантов поведения в этой ситуации. Одним из лучших результатов работы на этом сайте стали следующие ответные слова читателю: «Дорогой Андрей, наша редакция очень хочет тебе помочь в решении твоей проблемы. Мы предлагаем тебе несколько версий (попробуй всё!):

— *Найди ему более интересное занятие (к примеру, спорт, шахматы, музыка и др.).*

— *Расскажи, насколько это вредно.*

— *Своди его в больницу, в сосудистую хирургию (пусть посмотрит на последствия курения).*

— *Поговори с его родителями: их не обрадует эта новость. Если боишься потерять друга, попроси родителей не сообщать о вашем разговоре.*

Р.С.: Если вышеперечисленное не поможет предьяви ему ультиматум: «Либо я, либо курение!»

Ребята активно включались в обсуждение, некоторые говорили, что сталкивались с по-

«Буриме»
Участникам предлагают придумать и записать стихотворение, в котором будут присутствовать такие рифмы: курение — озарение, выходил — победил. Слова можно менять местами, но обязательно нужно использовать всё.

Приведём одно из стихотворений, придуманных ребятами в ходе игры.

*На дорожку выходил
И медведя победил.
Шкуру я его продал,
На сигару я набрал.
Тут случилось озарение
И забросил я курение.*

Не говорим о достоинствах и недостатках стихотворения: в условиях игры важно соответствие теме, которой посвящено всё.

«Портрет курильщика»

Участникам предлагают нарисовать портрет курильщика. Их задача — отразить как можно больше последствий влияния курения на человека. Они могут дописывать на портрете комментарии (напомним о чистоте языка!).

*В процессе рисования совместными усилиями ребята не один раз вспомнили и показали влияние курения не только на все системы организма, но и на отношения с людьми. Одна из групп вспомнила и о том, что человек в ответе не только за своё здоровье, но и за здоровье своих детей. **В.Ш***