

## Поговорим о наркотиках

*Настоящее упражнение взято из книги: Stover, H., Trautmann, F. (2001). Risk reduction for drug users in prisons. Trimbo Institute, The Netherlands.*

Большинство работников тюрем и заключенных курят табак. Является ли табак наркотиком?

### Задачи:

1. Повысить уровень осведомленности участников относительно широкой распространенности наркотиков и их употребления;
2. Повысить уровень осведомленности участников относительно того, что табак является наркотиком, вызывающим привыкание, который можно сравнить с такими запрещенными наркотиками как опиаты
3. Обсудить тему табака как обычного и широко распространенного наркотика

**Продолжительность:** 45-60 минут

**Количество участников:** Минимум 4, максимум 20

**Необходимые материалы:** Копии карточек (см. следующую страницу)

### Приблизительная схема упражнения:

- Спросите, кто из участников курит
- Коротко обсудите некоторые факты, касающиеся табакокурения (используя материал глав 2, п. 2.1)
- Разбейте участников на небольшие подгруппы по четыре человека (двое работников тюрьмы, двое заключенных). Половина подгруппы получает карточку «А» («Моя первая сигарета»), вторая половина – карточку «Б» («Кончились сигареты/бросаю курить»)
- Пары с карточками «А» просят вспомнить их «первую сигарету», пары с карточками «Б» просят вспомнить, как у них однажды кончились сигареты, или как они бросали курить.
- Через 20 минут участники обсуждают результаты: их объявляет один представитель каждой подгруппы
- Обсуждая результаты, сравните их с рассказами об аналогичных ситуациях, связанных с употреблением запрещенных наркотиков. Используйте термины и понятия, употребляемые по отношению к потребителям запрещенных наркотиков (резко завязать, склоняться к употреблению наркотиков под воздействием лиц своего круга, просто сказать «нет», наркозависимость, рецидив, моральная слабость и т.д.). Задавайте вопросы, которые обычно задаются в беседе по поводу употребления запрещенных наркотиков («Неужели вы такой слабый, что не можете бросить?», «Неужели у вас было недостаточно мотивов?»).



## КАРТОЧКИ А

### «Моя первая сигарета» и как я начал курить

Какие причины заставили вас закурить свою первую сигарету?

Кто предложил вам закурить первую сигарету – товарищи или кто-то еще?

Как вы себя чувствовали после того, как выкурили свою первую сигарету?

Почему вы продолжаете курить?

Когда вы почувствовали, что не можете бросить?

Считаете ли вы, что в последнее время становится все больше и больше мест, где курение запрещено?

Принимается ли решение бросить курить самостоятельно? Что значит для вас курение?



## КАРТОЧКИ Б

### «Кончились сигареты/бросаю курить»

Что вы думаете или делаете, когда поздно вечером находитесь дома (или в отпуске за границей) и у вас нет сигарет, потому что все магазины закрыты?

Вы когда-нибудь пытались бросить? Была ли попытка успешной?

Как вы себя чувствовали, когда бросили курить?

Начали ли вы курить снова?

Что заставило вас снова закурить?

