

Моделирование стрессовой ситуации: «представьте, что...»

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

В данном упражнении посредством ролевой игры моделируется стрессовая ситуация с использованием различного инъекционного оборудования. Ситуация должна быть как можно более реалистичной. Стрессовая ситуация так или иначе возникает всегда, независимо от того, обучены ли работники тюрьмы и знают ли потребители наркотиков о риске, связанном с употреблением наркотиков.

Задачи:

1. Испытать и прочувствовать стрессовую ситуацию, которая вполне реалистична – получить представление о собственной готовности пойти на больший риск.
2. Раскрыть творческие способности участников в выборе наиболее безопасных вариантов решения.
3. Предотвратить выполнение инъекций в подобных ситуациях, несмотря на длительный срок употребления наркотиков – построить модели поведения, снижающие риск, связанный с употреблением наркотиков.

Продолжительность: 45-60 минут

Количество участников: Минимум 4, максимум 20, разбиваются на подгруппы по 4 человека

Необходимые материалы: Проектор, плакат и ручки, инъекционное оборудование и растворимый порошок, похожий на героин (например, сахар)

Если инъекционного оборудования нет или его использование запрещено, можно использовать материалы, которые могут заменить эти инструменты (например, авторучка вместо шприца и т.п.)

Приблизительная схема упражнения:

Участников просят представить следующую ситуацию:



Представьте, что...

Вы в тюрьме. У вас есть свеженький первосортный наркотик – 1 грамм на четверых. Трое из вас уже довольно долго не кололи героин. Один из вас слишком уж педантичный. Но это он достал наркотик. У вас совсем мало времени, потому что уже вот-вот всех начнут разгонять по камерам. Вы собираетесь употребить наркотик, но как можно более безопасным способом.

Вот все имеющиеся у вас инструменты для употребления героина:

- 1 неиспользованный шприц
- 1 использованный шприц
- 3 использованные иглы
- 1 маленькая бутылка воды
- 1 зажигалка
- 1 лимон, не слишком свежий

А теперь нужно как можно быстрее употребить наркотик, потому что, как я уже говорил, время поджидает. Продумайте реальные, но обоснованные способы наиболее безопасного употребления наркотика при данных обстоятельствах, и проверьте их на практике, т.е. приготовьте инъекции с помощью имеющихся инструментов.

Один из участников подгруппы будет записывать все предлагаемые варианты – и принятые, и отклоненные; эти записи мы потом обсудим всей группой.

- Разбейте группу на подгруппы по 4-5 человек
- Отведите 30 минут на то, чтобы все могли представить и обсудить ситуацию
- Отведите 20-30 минут на короткие презентации результатов работы подгрупп и их обсуждение

