Государственное казенное образовательное учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей Детский дом «Юность»

**Групповое занятие**

**Последствия употребления токсических веществ и вейпинга.**

Программа проведения занятия.

Социальный педагог

Красилова А.Ю.

педагог-психолог

Власова В.Е.

Гурьевск

2025

**Групповой тренинг**

**«Все мы родом из детства»**

**Цель:**

донести до детей мысль о вреде употребления токсичных веществ и химических соединений.

**Задачи:**

1.Дать понимание детям о вреде токсикомании и вейпинга;

-Привлечь детей к здоровому образу жизни и полезному времяпровождению.

**План тренинга:**

1.Беседа с подростками: «Вопрос-ответ»

2.Рассказ о вреде токсических веществ и их влиянии на организм человека.

3.Просмотр фильма о вреде и последствиях употребления токсических веществ.

4.Беседа о том, что такое вейпинг и его негативные последствия.

5.Задание «Я против токсикомании!»

**1.Беседа с подростками: «Вопрос-ответ»**

Ведущий занятия : «Здравствуйте, ребята!» Сегодня мы с вами поговорим о зависимости человека от психоактивных и токсических веществ.

Ведущий занятия задаёт вопросы и обсуждает с подростками их ответы:

1.Как вы понимаете, что такое зависимость?

Зависимость – это заболевание, связанное с удовлетворением патологической потребности.

Потребность – это нужда, необходимость в чем-либо.

Патологической – значит болезненной, неестественной, не свойственной человеку от природы.

2.Человек с рождения имеет множество различных потребностей.

Какие потребности вы знаете?

Человек испытывает потребность в воздухе, воде и пище, это так называемые физиологические потребности. Кроме этого, человек нуждается в любви и понимании, в безопасности, в признании его значимости, в самореализации его как личности.

Реализация этих потребностей позволяет комфортно жить и развиваться.

Но иногда у человека появляется желание употребления психоактивных и токсических веществ.

3.Откуда же это желание берётся у людей?

Сейчас среди молодёжи часто встречается токсикомания и вейпинг, знакомы ли вам эти понятия?

4.Как вы думаете, что же такое токсикомания?

Токсикомания – это болезненное пристрастие к вдыханию летучих веществ. Вдыхание паров химических веществ, прием лечебных, биологических препаратов с целью получения одурманивающего состояния организма.

Пары психоактивных веществ воздействуют на организм в 2 этапа. Вначале человек начинает пошатываться и невнятно говорить, у него учащается пульс, расширяются зрачки. После этого приходит эйфория, переходящая в психическое расстройство: появляются галлюцинации и бред.

5.Как вы думаете какой эффект от принятия токсических веществ возникает у человека?

У человека возникают красочные галлюцинации, изменение реальности, человек чувствует себя умиротворённым, спокойным и довольным. Усиливается восприятие цветов, звуков и света. Человек находится в состоянии эйфории. Некоторым, кажется, что они сидят на мягком белом облаке, откуда можно наблюдать разные забавные сценки, другие думают, что друзья, вокруг них – это маленькие сказочные фигурки, которыми они могут управлять. У иных нарушается зрительное восприятие, и им кажется, что маленькие насекомые превращаются в гигантов. Эти феномены являются примерами галлюцинаций, то есть таких состояний, когда восприятие искажается, а мечты и фантазии смешиваются с реальностью. У всех психически нормальных людей существует защитный барьер, разделяющий реальность (то, что происходит в действительности) и выдумку (фантазии и мечты). У токсикоманов этот барьер отсутствует.

6.Как вы думаете, для чего употребляют токсичные препараты?

-любопытство;

-не быть «слабаком»;

-за компанию;

-уход от реальности;

-безделье.

Ребята, как правило, на различные вещества подсаживаются ведомые люди со слабой силой воли и те, кому нечем заняться.

7.Как вы думаете, как можно себя оградить от попадание в такую зависимость?

-Выбирать хорошую компанию для общения

-Заниматься полезным делом, посещать кружки и секции

Ребята, конечно нужно не попадать в то окружение, где вам предлагают токсичные вещества, потому что их употребление ведёт к неизгладимым последствиям для вашего организма.

8.Как вы думаете, что это за последствия?

**2.Рассказ о вреде токсических веществ и их влиянии на организм человека.**

Сначала привычка вдыхать вредные пары кажется безвредной, постепенно перерастает в привычку, становится зависимостью, быстро вызывает перемены личности, сказывается на психическом, физическом здоровье токсикомана. Последствия токсикомании весьма коварны. Сложно возвратиться к нормальной жизни, начав злоупотреблять психотропными препаратами.

Итак, употребление токсичных препаратов оказывает влияние:

1. На головной мозг. Наблюдается снижение интеллекта, нарушение памяти на текущие события, неспособность контролировать свои чувства. Частая головная боль и усталость.

2.Может возникнуть синдром внезапной рефлекторной остановки дыхания. Когда при вдыхании в кровь выделяется очень много адреналина и других стрессовых гормонов, что в свою очередь вызывает перегрузку сердца и может закончится летальным исходом.

3.Во время приёма веществ можно получить ожоги и удушье, отёк лёгких.

4.Во время употребления, могут случится приступы паники и галлюцинаций, которые могут привести к внезапной смерти (выход в окно от испуга, попадание в колодцы и под машины из-за искажение реальности)

Поэтому так важно не пробовать эти вещества. Те, кто регулярно испытывает на себе их действия, лишает себя будущего.

**3.Просмотр фильма о вреде и последствиях употребления токсических веществ.**

Ведущий занятия обращается к ребятам: «А сейчас предлагаем вам посмотреть фильм о вреде данных веществ».

**4.Беседа о том, что такое вейпинг и его негативные последствия.**

Ведущий занятия задаёт вопросы и обсуждает с подростками их ответы:

1.Что такое электронная сигарета?

Электронные системы доставки никотина (ЭСДН), электронная сигарета или VEIP — это гаджет, позволяющий удовлетворять тягу к курению, посредство парения специальной жидкости (или «жижки», «жижи», «сока»).

2.Как думаете, что толкает людей (подростков) на употребление данных гаджетов?

Ведущий занятия:

Вейперами становятся:

-Бывшие курильщики обычных сигарет

-Новые «электронные» курильщики Цели курильщиков электронных сигарет:

-Бросить курить обычные сигареты

-Избавиться от запаха табака;

-«Здоровое» расслабление;

-Психологическая привычка;

-Ради интересной беседы;

-Ради     зрелища      (вейперы     выпускают большие клубы дыма, некоторые способны сделать из этого шоу).

Курильщики считают курение электронных устройств абсолютно безопасной имитацией курения, но все чаще в различных источниках публикуются материалы, в которых говорится о том, что вред от курения электронных сигарет сравним с вредом от курения обычных.

3.Как устроен вейп?

Вейп можно сравнить с ингалятором, в котором при закипании жидкости образуется пар, который вдыхает курильщик.

4.Из чего состоит жидкость для парения?

Глицерин, пропиленгликоль (Е1520), ароматические добавки, никотин (не всегда)

5.Почему вейперы продолжают использовать вейп?

Большинство ошибочно считают, что курение электронных сигарет не несет вред здоровью, курение электронных сигарет не опасно, т.к. при курении не выделяются смолы. Но не будем забывать, что отсутствие канцерогенных смол не может сделать устройство для парения абсолютно безопасным.

6.Что мы имеем на самом деле?

Специалисты из Национальной лаборатории имени Лоренса в Беркли определили, какие токсичные вещества образуются при курении электронных сигарет.

В некоторых случаях жидкость для электронных сигарет готовят вручную, такая жидкость стоит в разы дешевле и доступна каждому. На таком товаре нет информации о составе.

В выделяющемся паре при курении электронных сигарет содержится 31 опасное вещество

При нагревании аккумулятора устройства для парения концентрация выделяемых канцерогенных веществ значительно увеличивается.

7.Как вы думаете какое воздействие вейпы могут оказать на организм?

Вейперы подвергают себя риску развития смертельной «попкорновой болезни». Такой вывод сделали ученые, обнаружив токсичный химикат диацетил в 75 % ароматизаторов для курения.

-Диацетил используется во многих ароматизаторах (фруктовый ароматизатор, запах кондитерских изделий, конфет) Диацетил, химическое вещество, используемое в качестве аромата масла в продуктах питания, стало причиной развития облитерирующего бронхиолита. Это заболевание было обнаружено у сотрудников компании-производителя попкорна. Данное вещество употреблять в пищу можно, но при вдыхании на протяжении долгого времени оно становится опасным. Диацетил вызывает воспаления, образование рубцов, сужение бронхиол (крошечных дыхательных путей в легких)

-Пропиленгликоль имеет свойство накапливаться в организме, вызывая аллергические реакции, раздражение и способствует появлению гнойников, вызывает нарушение работы печени и почек.

Термическое разложение пропиленгликоля и глицерина, содержащихся в составе жидкости для заправки устройства, приводит к образованию акролеина и формальдегида, которые обладают токсичными свойствами.

-Акролеин раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение, а также проявляет мутагенные свойства. Формальдегид, помимо перечисленных свойств, оказывает воздействие на центральную нервную систему.

-Ароматизаторы,      содержащиеся      в        жидкости    для    курения, вызывают аллергические заболевания верхних дыхательных путей вплоть до развития бронхиальной астмы

-Никотин, содержащийся в жидкостях вызывает зависимость, а также приводит к развитию раковых заболеваний.

-Вдыхаемый дым вызывает сухость во рту. Бесконтрольное вдыхание пара, содержащего никотин, может привести к передозировке никотина с соответствующими симптомами: головокружением, тошнотой, головной болью, повышенным слюноотделением, болью в животе, диареей, общей слабостью.

Ученые Кореи провели исследование жидкости для электронных сигарет и выявили как минимум 10 токсинов и несоответствие между заявленным содержанием никотина и фактическим. Замена курения обычных сигарет электронными может продлевать период полного отказа от курения. Известно о некоторых случаях, взорвавшихся около лица электронных сигаретах в связи с перегревом аккумулятора. Общее использование одного вейпа может привести к передачи инфекционных заболеваний таких как гепатит и туберкулез. Используя устройство для парения в общественных местах, среди детей и молодежи вероятен большой риск подать заразительный пример, и, возможно те, кто не курил вообще, начнут курить именно с этого испаряющего устройства. Курение вейпов вызывает психологическую зависимость.

Каждый курильщик электронных устройств обязан знать, что:Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.

-Курение электронных устройств может вызвать рак, заболевания легких и сердца.

-Курение электронных устройств не исключает никотиновую зависимость.

-Общее использование одним устройством может привести к заражению гепатитом и туберкулезом.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) относит электронные сигареты к электронным системам доставки никотина и отмечает, что их применение недостаточно исследовано в отношении безопасности и эффективности в качестве средства лечения никотиновой зависимости.

Курение вредит здоровью, последствия курения проявляются позже.

8. Приведите примеры полезных и здоровых привычек. Существует множество здоровых способов получить удовольствие от жизни. И их гораздо больше, чем плохих. Самый простой и доступный из них — общение с близкими нам людьми.

Огромную пользу может принести нам спорт, он не только доставляет удовольствие, но и помогает расслабиться и снять напряжение. Бывает достаточно легкой пробежки, чтобы избавиться от дурных мыслей, которые лезут к нам в голову. Можно и просто прогуляться (это доступно каждому) или пойти в поход.

Можно посетить музей, театр или кинотеатр, причем лучше всего сделать это, вместе с родственниками или друзьями. Или просто почитать книгу.

И, конечно же, огромные возможности предоставляет нам творчество. Существует множество видов творческой деятельности — музыка, живопись, скульптура, резьба по дереву, вышивание, литературная деятельность и многие другие. И каждый из них помогает нам реализовать себя, расслабиться, снять напряжение и получить от этого огромное удовольствие.

Будьте здоровы, берегите себя!

**5.Задание «Я против токсикомании!»**

Ребятам предлагается нарисовать рисунок «Я против токсикомании!» и рассказать, что они изобразили.





