

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Цель.** Профилактика употребления психоактивных веществ (ПАВ), отработка навыков отказа и осознание реальных последствий рискованного поведения.

### Задачи игры:

Способствовать формированию отработке конкретных сценариев отказа в типичных подростковых ситуациях, объективной информации о мифах и фактах относительно ПАВ;

Содействовать развитию навыка критического анализа группового давления и манипуляций;

Продолжить воспитание осознанного отношения к риску через погружение в последствия.

**Целевая аудитория:** Подростки 12–16 лет (7–10 классы).

**Предполагаемое время проведения:** 45–60 минут (включая подготовку, игру и рефлекссию).

### Описание ролей и легенды.

Игроки — обычные подростки. Вокруг их разные локации: школа, двор, парк, дом, подъезд, интернет. Каждый день они сталкиваются с выборами. Иногда предложения звучат безобидно: «это просто витамины», «все так делают», «это легально». Но за каждым выбором — последствия.

Нужно пройти путь, сохранив как можно больше жетонов «Защита» — символов безопасности и здоровья».

**Роли:** игроки (2–6 человек) — принимают решения в ситуациях. Ведущий — модератор, объясняет правила, не даёт прямых оценок, направляет рефлекссию.

### Состав игры (ПРИЛОЖЕНИЕ):

#### Правила игры;



Игровое поле;



Кубик локаций;



Карточки ситуаций;



Карточки мифов;



Жетоны «Защита»;



Фишки игроков;



Карты последствий (медицинские, юридические, социальные, финансовые);



Сертификаты участников.



## ХОД ИГРЫ

### Сценарий.

#### Подготовка.

Разложить игровое поле в центре стола. Выложить жетоны «Защита» в центр поля. Перемешать карточки ситуаций и разложить «рубашкой» вверх по локациям. Каждый игрок получает фишку, размещает в «Безопасной зоне».



#### Игровой процесс.

Игрок бросает кубик – попадает в локацию (школа, двор, парк, подъезд, чат, дом).

#### Описание локаций:

Локация	Описание
Дом	Стартовая зона, безопасное пространство
Школа	Учебные классы, коридоры, столовая
Двор	Детская площадка, спортивная площадка
Подъезд	Лестничная клетка, подвал
Парк	Скамейки, кусты, вечерние прогулки
Кибер-клуб	Компьютеры, соцсети, мессенджеры

Тянет карточку ситуации из соответствующей стопки. Читает вслух ситуацию и варианты ответа (А, В, С). Игрок выбирает вариант без подсказок. Ведущий проверяет правильность.



Особое правило — «Банк мифов». Если в ситуации присутствует миф (отмечено на карте), игрок тянет карту из «Банка мифов» — развенчивание конкретного заблуждения.



Верный ответ – получает жетон «Защита», возвращается в безопасную зону.



Неверный ответ – попадает в «Зону последствий», тянет карту последствия, зачитывает результат (медицинский, юридический, социальный, психологический).



*Завершение игры.*

Игра заканчивается, когда: Все ситуации разыграны.

Победителем считается игрок с наибольшим количеством жетонов «Защита». Все получают сертификаты участника.



## Описание проблемных ситуаций.

### Локации и типичные сценарии

Локация	Тип ситуаций	Примеры манипуляций
Школа	Предложение ПАВ под видом витаминов, дизайнерских штучек	«Это для спортсменов», «сестра из спортшколы привезла»
Двор	Знакомство через «друга друга», передача пакетов	«Я друг твоего брата», «всего 50 рублей»
Парк	Творческие «вдохновения», спортивное питание	«Открывают творческие способности», «прогресс в 2 раза быстрее»
Подъезд	Анонимные предложения, скрытая угроза	«Не смотри содержимое», «если откажешься — узнаем»
Чат в игре	Онлайн-заказы, криптовалюта, спонсорство	«Анонимно, 1000+ отзывов», «500\$ за рекламу»
Дом	Семейные конфликты, «взрослые» эксперименты	«Папа сам так делал», «в нашем доме это не будет»

*Ключевые манипулятивные техники, отрабатываемые в игре.*

Нормализация: «все так делают», «все пробуют»;

Легализация: «это легально», «продаётся в магазине»;

Безопасность: «не наркотик», «просто трава», «без кайфа»;

Социальное доказательство: «в секции все пользуются», «100к просмотров»;

Эмоциональное вымогательство: «ты же не трус», «ты же не боишься»;

Пошаговое вовлечение: «просто понюхай», «только посмотри»;

## МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ВЕДУЩЕГО

### Инструкции.

Цель игры — не проверка знаний, а создание безопасного пространства для отработки навыков. Неправильный ответ — это не провал, а возможность для обучения.

*Принципы проведения:*

Создавать атмосферу доверия, а не допроса;

Хвалить за честные ошибки («Отлично, что подумал об этом»);

Использовать терминологию возраста;

Связывать с реальностью;

Нельзя запугивать («Ты станешь наркоманом!»);

Нельзя использовать шокирующие фото;

Нельзя стыдить за «неправильный» ответ;

Нельзя игру превращать в лекцию.

*Язык ведущего, словарь замен.*

Вместо	Использовать
Ты должен был	Можно было бы
Почему ты не...	Что помешало...
Это ошибка	Это привело к...
Ты не понял	Давай разберём вместе
Глупый выбор	Выбор с высоким риском

*Алгоритм при неверном ответе:*

Не прерывайте немедленно — пусть зачитает последствие. После карты последствия задайте вопрос: «Что бы вы сделали иначе, зная результат?». Используйте «Банк мифов» для дополнительного развенчивания конкретного заблуждения.

Нейтральное принятие: «Ты выбрал вариант Б. Давай посмотрим, что из этого получится».

Зачитывание карты последствий: Дайте игроку самому прочесть вслух — это усилит эффект.

Вопрос для осмысления: «Как ты думаешь, что можно было сделать иначе?», «Что помешало выбрать отказ?»

*Алгоритм при сомнении игрока:* «Что кажется более безопасным? Что беспокоит в другом варианте?»

*Игрок защищает неверный ответ:* «Ты прав, что думаешь о такой возможности. А как можно проверить, не рискуя».

Отсылайте к карте последствия — она описывает реальные медицинские, юридические факты. При необходимости используйте справочные данные (можно дополнить материалы игры).

*Игрок выбирает «компромиссный» вариант:* «Это кажется разумным компромиссом. А теперь представь: человек настаивает, обстановка накаляется. Легко ли будет уйти?»

*Групповое давление в игре:*

Если другие игроки кричат «Не правильно!», «Ты чего?!» прерываем давление. «В игре, как и в жизни, иногда давят, чтобы согласился. Ты сейчас чувствуешь это давление. Давай разберём твой выбор спокойно».

Помните, игрок, который ошибся в безопасной игре, меньше рискует ошибиться в реальной жизни. Ваша задача — чтобы он захотел применить опыт игры, а не скрыл от вас свои реальные ситуации из страха осуждения.

### **Подсказки.**

*Правильные ответы (ключ):*

Карта	Локация	Правильный ответ
1	Школа	Б
2	Школа	Б
3	Школа	С
4	Школа	С
5	Школа	Б
6	Двор	А
7	Двор	А
8	Двор	С
9	Двор	А
10	Двор	С
11	Двор	А
12	Подъезд	А
13	Подъезд	А
14	Подъезд	С
15	Парк	А
16	Парк	А
17	Чат	А
18	Чат	А
19	Чат	А
20	Дом	С

### **Варианты развития событий.**

Игроки начинают в «Зоне последствий» и возвращаются к безопасной жизни через принятие решений.

*Коллективная версия.*

Командная борьба с «эпидемией» — общий ресурс вместо индивидуальных жетонов.

Карты ситуации открываются коллективно, решение принимается голосованием или консенсусом.

## БЛОК РЕФЛЕКСИИ

### Подведение итогов.

В этой игре нет задачи «сдать на отлично». Она необходима, потому что в жизни эти ситуации действительно сложны — давление реально, манипуляции работают. Если кто-то выбрал рискованный вариант — это не значит, что он «плохой». Это значит, что он все ещё учимся. Главное — после игры знать, на что обращать внимание.

### Вопросы для обсуждения после игры.

Вопросы для обсуждения

Осознание манипуляций:

- Какие фразы из игры вы уже слышали в реальной жизни?
- Почему «это легально» или «продаётся в магазине» — не аргумент безопасности?
- Как отличить настоящего друга от человека, который использует «дружбу» для манипуляции?

Анализ собственного поведения:

- Были ли ситуации, где вы соглашались, чтобы «не испортить момент» или «не выглядеть лохом»?
- Что мешает сказать твёрдое «нет» без объяснений?

Планирование безопасного поведения:

- Кому из взрослых вы можете обратиться, если столкнётесь с подобной ситуацией?
- Какие конкретные фразы-отказы вы возьмёте на вооружение?

*Финальное упражнение «Моё твёрдое слово»*

Каждый игрок формулирует свою фразу для отказа, которую может использовать в реальной ситуации.

*Лист самопроверки (для каждого игрока)*

Имя: \_\_\_\_\_

1. Три мифа, которые я развенчал сегодня

\_\_\_\_\_

2. Две техники отказа, которые запомнил

\_\_\_\_\_

3. Два человека, к которым обращусь за помощью

\_\_\_\_\_

4. Если друг предложит «попробовать», я скажу

\_\_\_\_\_

5. Самое важное, что я узнал сегодня

\_\_\_\_\_

### Критерии эффективности игры.

Игра считается успешной, если подросток после неё:

Назовёт 3 мифа о «лёгких» наркотиках и опровергнет их;

Продемонстрирует 2 техники отказа в ролевой постановке;

Назовёт 2 последствия употребления ПАВ;

Назовёт 2 взрослых, к которым обратится за помощью.

### Разбор типичных ошибок.

Ошибка	Почему опасна	Правильная стратегия
«Посмотрю, но не буду пробовать»	Пошаговое вовлечение, эффект «ножа в двери»	Категоричный отказ без входа в ситуацию
«Попробую немного, чтобы знать»	Нет безопасной дозы для психоактивных веществ	Полный отказ, обращение к специалистам
«Не скажу никому, это тайна»	Изоляция от поддержки, рост риска	Немедленное обращение к доверенному взрослому
«Это не наркотик, это легально»	Легальность не безопасность; многие ПАВ легальны, но вредны	Проверка фактов через надёжные источники
«Я справлюсь сама»	Зависимость развивается независимо от силы воли	Раннее обращение за профессиональной помощью

QR-код для скачивания материалов игры

