**Занятие «Риск. Рискованное поведение»**

*Ведущий:* «Добрый день! Мы продолжаем наши занятия. Я предлагаю сегодня поздороваться друг с другом необычным способом.

***Упражнение «Приветствие»***

Сейчас мы с вами будем здороваться, но не просто за руку, а необычным способом. Задача – поздороваться теми частями тела, которые я вам буду называть. Ведущий называет разные части тела, которыми участники должны здороваться (коленями, локтем, головой, запястьем, пятками, спиной и др.) и дает время на выполнение задания. Желательно начинать с более простых задач, постепенно усложняя.

В зависимости от желания ведущего, может быть использована любая другая игра на приветствие.

***Упражнение «Ассоциация»***

Ведущий спрашивает у участников, с какими словами у них ассоциируются понятия «риск и рискованное поведение». ↑ ↑ ↑ ↑ ← РИСК → ↓ ↓ ↓ ↓ (опасность, страх, недоверие, неожиданность, загадка).

Какой заряд – позитивный или негативный – носят эти слова? (Ответы)

*Ведущий:* «Обратимся к толковому словарю Ожегова. Риск – отвага, смелость, решимость, действие на авось, наудачу. Рисковое дело – неверное, сомнительное, опасное. Рисковать – пускаться на удачу, делать что-либо без верного расчета, подвергаться случайности, известной опасности. (оформить наглядно на доске или флип-чате). Информационное сообщение: Пик проявления рискованного поведения наступает в подростковом возрасте, уверены английские учёные Университетского колледжа Лондона. В эксперименте участникам в возрасте от 9 до 35 лет предлагалось выбрать между рискованными и безопасными вариантами в азартной компьютерной игре, чтобы набрать очки. После каждой игры неврологи измеряли эмоциональную реакцию участников. Оказалось, что именно подростки чаще других возрастных групп склонялись к чрезвычайно рискованным решениям, особенно тинейджеры в возрасте 14 лет. Результаты наблюдений показали, что подростки, хорошо взвесив все плюсы и минусы решения, в отличие от детей и взрослых людей, намеренно шли на риск, потому что получали от такой ситуации больше удовольствия, чем участники других возрастных групп, особенно если, в конечном счёте, им повезло избежать неудачи. Предполагается, что именно поэтому переходный возраст школьников - наиболее привлекательный период, чтобы попробовать наркотики или сигареты, экспериментировать с алкогольными напитками, водить машину не имея прав и т.д. Как ни парадоксально, подростковый возраст сопровождается высокими показателями смертности и заболеваемости. Психологи полагают, что это во многом связано с осознанным рискованным поведением несовершеннолетних».

***Упражнение «Рискованное поведение» по методу «4 угла»***

Это упражнение начинается с озвучивания проблемной ситуации. Готовые варианты ответа («Есть риск», «Риска нет», «50:50 %») располагаются в трёх углах комнаты, а четвёртый угол должен быть свободным –для тех у кого имеется свой вариант ответа. Тренер зачитывает ситуации, участникам необходимо оценить степень риска и пройти в тот угол, который содержит ответ, отражающий его мнение. Участникам нужно дать понять, что время ограничено, однако им разрешается менять свое мнение и переходить из угла в угол после того, как они выслушали чьи-то аргументы.

Ситуации:

1. Взрывать пиротехнические средства, следуя инструкции.

2. Прыгать с парашютом.

3. Курить электронные сигареты.

4. Нырять в прозрачную воду с высоты.

5. Ночью идти одному по парку.

6. Улыбаться на улице человеку, которого не знаешь.

7. Выходить гулять поздно вечером, когда уже темно.

8. Догонять автобус, который отошел от остановки.

9. Давать по просьбе незнакомого человека свой мобильный телефон для срочного звонка.

После того как ситуация зачитана, участники выбрали подходящий вариант ответа и разошлись по углам, попросите каждую группу ответить на соответствующие выбранному варианту вопросы:

Почему ситуация не/рискованная?

Что делает ситуацию рискованной?

Что делает ситуацию нерискованной?

Что нужно знать, чтобы снизить риск в ситуации?

Что можно сделать, чтобы снизить риск в ситуации?

Почему некоторые люди готовы рисковать?

Можно ли любую ситуацию считать рискованной? Продолжайте задавать вопросы до тех пор, пока не убедитесь, что участники поняли связь понятия «риск» с поведением включенных в ситуацию людей.

***Упражнение «Воля –разум - любопытство»***

Ведущий приглашает трёх участников добровольцев на роль Воли, Разума и Любопытства. Даёт участникам инструкцию: «Когда нам приходится принимать непростое решение, в нас борются двое –любопытство и воля». Любопытство говорит: «Попробуй», а воля шепчет: «Не стоит!». Но решение принимает разум. Сейчас представьте себе, что вы трое –это один человек – подросток, который пытается принять верное решение. И всё будет зависеть от того, кто сможет больше подобрать аргументов для убеждения – любопытство или воля. Итак, послушайте ситуацию…» Ведущий зачитывает участникам ситуацию: «Твой лучший друг пригласил тебя на вечеринку. Там все знакомые, но среди них есть и те, кто балуется ПАВами (пиво, алкоголь, спайс). Ты уверен, что и тебе будут тоже предлагать. Ты понимаешь, что там, в гостях уже будет сложно и практически невозможно отказаться. Не пойти –обидишь друга. Но отказаться нужно сейчас». Затем ведущий предлагает группе разделиться и выбрать позицию в пользу любопытства и воли. Каждая из сформировавшихся групп теперь сможет помочь своему «герою» (любопытству или воле) аргументами, при условии, что те обратятся к ним за помощью. Задача любопытства – убедить пойти на вечеринку. Задача воли –убедить не участвовать в вечеринке. Задача Разума – выслушать аргументы обеих сторон и принять решение. На выполнение этого задания участникам даётся ограниченное время.

Обсуждение:

Чьи аргументы были более весомыми –воли или любопытства?

В чью пользу было легче подобрать аргументы?

Кому из трёх героев было труднее всего в данной ситуации?

Случалось ли подобное в вашей жизни? Вспомните ситуации из своего опыта, когда приходилось выбирать между любопытством и волей.

Какой вывод вы сделали из этого упражнения?

***Упражнение «за» и «против»***

Поделите участников на две малые группы. Сейчас я вам буду зачитывать ситуации. Перед вами стоит проблема выбора. Задача первой группы обсудить и записать аргументы «За», а второй – аргументы «Против». Потом обсудим.

Итак, ситуация:

1. Ты в новой компании, попасть в которую ты стремился очень долго. Вы собрались вместе и прекрасно проводите время. Вдруг одному из ваших новых приятелей приходит идея развлечься. Его сосед по дому уехал в командировку, а его новый автомобиль стоит под окнами, и было бы просто здорово на нем покататься. Все загорелись этой идеей. Естественно, тебя тоже приглашают поучаствовать.

2. У тебя сложная финансовая ситуация. Твой знакомый предлагает тебе подзаработать. Задача несложная: доставить небольшой пакет до адресата. Ты точно не знаешь, что в пакете, но догадываешься о том, что речь идет о чем-то противозаконном.

3. Ты на дне рождении своего друга. Все веселятся, а тебя накануне бросила девушка и тебе грустно. Один из приятелей замечает твое настроение и говорит: «Да забей, смотри, что у меня есть. Пара глотков и как рукой снимет». И протягивает тебе бутылку без этикетки.

В зависимости от работоспособности группы ведущие могут разобрать либо одну, либо все три ситуации, либо дополнительно использовать еще какие-либо ситуации, в которых есть проблема выбора.

Такой диалог «За» и «Против» происходит у любого человека, когда он сталкивается с проблемой выбора. И к этим «За» и «Против» надо прислушиваться очень внимательно. Особенно, если возникает страх и дискомфорт.

Вывести участников к правилам. При взаимодействии с людьми следует:

1. Обязательно спрогнозировать дальнейшее развитие событий.

2. Взвесить собственные возможности.

3. Оценить «За» и «Против» выбора.

4. Обязательно разобраться: выбираете вы или выбирают за вас.

Рефлексия. В заключении я хотел (а) бы вас спросить, что было интересно на нашем занятии, что полезно? Что понравилось? (Участники высказываются по кругу) С какими самочувствием, настроением, мыслями вы завершаете занятие