**КЛАССНЫЕ ЧАС ПО ТЕМЕ «ЗДОРОВЬЕ»**

**ПОДСЕВШИЕ НА ИГРУ**

**Учитель химии Бобина О.А.**

***Из казино выходят двое мужчин. Один в плавках, другой совсем раздет.***

***- Тебе хорошо, - обращается голый игрок к товарищу, - умеешь вовремя остановиться!***

***Юмор***

***Не будучи в состоянии обмениваться мыслями, люди перебрасываются картами.***

***А. Шопенгауэр***

Классный час, посвященный проблеме игромании, пропаганде здорового образа жизни.

По словам медиков, среди пациентов психиатрических и наркологических центров становится все больше людей, одержимых страстью к игре. О губительных последствиях игромании уже говорят и ученые, и политики, и простые люди. Результаты недавних исследований показывают, что в некоторых школах страны до 80% учеников всерьез «подсели» на азартные игры». Информацию о разных аспектов игрома- нии участникам ток-шоу представляют «эксперты». Ведущий проводит обсуждение.

**Цели:** расширить представление детей о вредном воздействии азартных игр на психику человека; развивать у учащихся осознанное понимание существующей проблемы; формировать отрицательное отношение к азартным играм; воспитывать позитивное отношение к здоровому образу жизни; побуждать к самопознанию, саморазвитию, к повышению самооценки, самовоспитанию.

**Форма проведения: ток-шоу**

Подготовительная работа: выбрать ведущего, экспертов (историк, журналист, врач), предоставить им тексты выступлений.

**План классного часа**

I. Вступительное слово.

II. Ток-шоу «Подсевшие на игру».

. Жертвы азарта вчера и сегодня.

. Игромания - это диагноз.

. Опасность игромании.

. Лекарство от однорукой заразы.

III. Заключение.

IV. Подведение итогов (рефлексия).

**Ход классного часа Вступительное слово**

Классный руководитель. Сегодняшний классный час я бы хотела начать со стихотворных строчек (читает): Живем мы что-то без азарта, Однообразно, как в строю, Не бойтесь бросить все на карту И жизнь переломить свою... ! Это слова песни из советского фильма «Вокзал для двоих». В советские времена эти строки звучали как призыв вырваться из скучной повседневности, поверить в удачу, в возможность счастья. А в наше время эти слова звучат как страшная насмешка. Все больше и больше людей отчаянно бросают все на карту, в прямом смысле ломая жизни себе и близким, становятся рабами азарта.

Статистики утверждают, что каждый третий гражданин России уже имеет знакомого или близкого родственника, который крепко подсел на игру. Сегодняшнее ток-шоу мы посвящаем проблеме игромании. Информацию для обсуждения нам будут подбрасывать сегодня эксперты: историк (имя, фамилия), журналист (имя, фамилия), врач (имя, фамилия), социолог (имя, фамилия), приглашаем всех принять участие в обсуждении. Ведь эта проблема может коснуться каждого из нас.

В начале короткое досье: «Жертвы азарта вчера и сегодня» - информация от историка и журналиста

Ток-шоу «Подсевшие на игру»

1. Жертвы азарта вчера и сегодня

Историк. Все люди бывают азартными, только у каждого азарт Появляется по-своему. Один азартно трудятся на даче, другой азартно смотрит футбол, третий азартно читает книги, а некоторые

[1] Источник: Новые известия. 7.06.2006.

азартно играют в азартные игры. Азарт - в переводе с французского - «увлечение, задор, запальчивость, излишняя горячность горячая увлеченность какой-либо деятельностью, воодушевление энтузиазм». Азарт просто необходим в спорте, в творчестве, но он может быть и разрушительным, приводить к трагедии.

Страсть к игре - это древний человеческий порок. Говорят, чт0 первые игральные карты появились в древнем Китае на рубеже второго тысячелетия нашей эры. Через 400 лет карты и азартные игры пришли в Европу. Появились первые игорные дома, потом рулетка и иные нововведения. В России азартными играми увлекалась элита, склонная к богемному образу жизни: великий баснописец И.А. Крылов сколотил с помощью карт состояние в 110 тыс. руб., десятки тысяч рублей за вечер проигрывал А.С. Пушкин, не случайно он написал «Пиковую даму». И М.Ю. Лермонтов отдал дань карточному увлечению - драму «Штос» сочинил. Был страстным игроком Н.А. Некрасов. Ф.М. Достоевский страдал из-за пагубной страсти, которую он описал в повести «Игрок». Люди проигрывали состояния, умирали в нищете или накладывали на себя руки, совершали самые невероятные поступки, преступления.

Первое казино в России появилось в 1989 г. в Москве, а сейчас в нашей стране уже сотни тысяч игровых автоматов. Например, в Москве 1 автомат на 150 жителей. Миллионы людей становятся завсегдатаями игровых заведений, попадают в зависимость от игры. Предприниматели очень умело используют этот человеческий порок - страсть к риску, желание испытать себя.

Журналист. Жертвы азарта - самые разные люди: мужчины и женщины, старики и дети, богачи и бедняки. В сети игровой зависимости попадают люди самых разных возрастов и профессий, разного культурного и социального уровня, но финал у этих историй, как правило, один и тот же.

Обычный инженер: проиграл крупную сумму денег, занял у друзей, чтоб отыграться и вновь проиграл, занял у знакомых, но и эта сумма осталась в казино, начались смертельные угрозы, пришлось продать квартиру, сейчас он живет в подвале, собирая бутылки.

Учительница, 45 лет. Проиграла в автоматах 200 тыс. руб., которые семья собирала в течение 5 лет на строительство дома. Теперь нет ни дома, ни денег, и все равно она продолжает играть. Проигрывает, осознает свою проблему, на какое-то время перестает играть, а потом все начинается снова.

37-летний бизнесмен: солидное дело, собственный офис в центре города, шикарный особняк, несколько машин,

молодая красавица-жена. Однажды партнер по бизнесу пригласил его в казино, и он сразу выиграл довольно большую сумму денег. После этого начал регулярно играть. Сейчас у него нет ни машин, ни особняка. Свой бизнес он продал, жена ушла от него, а сам он живет, подворовывая, на вокзале с одной только мыслью - найти немного денег и отыграться.

Исследования Национальной ассоциации США по проблемам азартных игр гласят, что у среднестатистического горожанина в любой стране мира:

6% шансов стать уголовным преступником;

34% шансов стать алкоголиком;

32% шансов стать наркоманом;

48% шансов стать игроманом (Журнал практической психологии и психоанализа. 2005. № 1).

Получается, что угроза игромании очень высока для каждого из нас.

Ведущий. Предлагаю обсудить полученную информацию. (Обращается кучастникам ток-шоу.) Приходилось ли вам бывать в казино? Делали вы ставки?

Кто имеет опыт общения с игровыми автоматами?

Приходилось ли выигрывать? Сколько проиграли?

Есть ли у вас знакомые, страстно увлеченные игрой?

Приходилось ли вам сдерживать свою страсть к игре?

(Идет обсуждение.)

2. Игромания - это диагноз (Большая медицинская энциклопедия. М.: Эксмо, 2007).

Ведущий. Чем же манит людей игра? Почему попадают в зависимость? Как становятся игроманами? Что такое игромания с медицинской точки зрения?

Врач. Патологическое влечение к азартным играм - игромания, или лудомания (от латинского слова ludus - игра), - внесено в Международную классификацию болезней в разделе психических заболеваний. Игромания - это нехимическая зависимость, при которой изменение сознания происходит без приема психоактивных веществ. Игромания - это болезнь сродни наркомании или алкоголизму. Биологическая природа игромании связана с «гормонами счастья», эндорфинами, которые вырабатываются в головном мозге. От концентрации эндорфинов зависит наше настроение и наши эмоции. Эндорфины вызывают состояние удовлетворения, радости. Любой азарт (спорт, игры, споры и т. д.) способствует выбросу эндорфинов. Возникновение зависимости происходит от того, что человек старается продлить состояние счастья, для чего снова и снова повторяет действия, приводящие к нему.

Ведущий. Что толкает человека на поиски азарта?

Врач. «Паранойя желаний» - так называют сотрудники Минздрава то состояние, которое толкает игрока на поиски казино или игровых автоматов.

Ведущий. По каким признакам человек может судить о том, что он попал в зависимость от игры?

Врач. Чаще всего игроман некритичен к своей болезни, думает, что может бросить в любой момент (как алкоголик или наркоман), поэтому к специалистам в основном обращаются его близкие. Есть типичные признаки игромании.

Поглощенность, озабоченность игрой (воспоминание о прошлых играх, планирование будущих ставок, поиски денег на следующую игру).

Сильное возбуждение во время игры, постоянное повышение ставки.

Неспособность контролировать или прервать игру.

Чувство тревоги и раздражения при необходимости прервать игру.

Игра как способ убежать от своих проблем или поднять настроение (уйти от чувства вины, тревоги, депрессии).

Попытки отыграться на следующий день после проигрыша.

Обман близких с целью скрыть истинную степень своей вовлеченности в игру.

Готовность пойти на преступление для финансирования игры.

Пренебрежение учебой, карьерой, семьей, друзьями ради игры.

10. Долговая яма - стремление занять деньги, чтобы расплатиться

с долгами, вызванными игрой.

Если вы нашли у себя хотя бы 4 симптома, вы уже серьезно больны.

Ведущий. Каковы стадии развития болезни?

Врач. По мнению врачей, эта страсть тяжелее наркомании, ей подвержен каждый двадцатый житель России. А для того, чтобы попасть в зависимость, достаточно 8-12 ч. Принцип возникновения зависимости от игры, такой же, как у алкоголизма и наркомании. Одержимый игрок обычно проходит через 4 стадии:

стадия выигрышей - игра от случая к случаю, мечты о выигрышах, возрастающие ставки, большие выигрыши;

стадия проигрышей - игра в одиночку, уходы с работы, крупные займы, неоплаченные долги, перезаклады, ложь

Возникновение зависимости происходит от того, что человек старается продлить состояние счастья, для чего снова и снова повторяет действия, приводящие к нему.

Ведущий. Что толкает человека на поиски азарта?

Врач. «Паранойя желаний» - так называют сотрудники Минздрава то состояние, которое толкает игрока на поиски казино или игровых автоматов.

Ведущий. По каким признакам человек может судить о том, что он попал в зависимость от игры?

Врач. Чаще всего игроман некритичен к своей болезни, думает, что может бросить в любой момент (как алкоголик или наркоман), поэтому к специалистам в основном обращаются его близкие. Есть типичные признаки игромании.

Поглощенность, озабоченность игрой (воспоминание о прошлых играх, планирование будущих ставок, поиски денег на следующую игру).

Сильное возбуждение во время игры, постоянное повышение ставки.

Неспособность контролировать или прервать игру.

Чувство тревоги и раздражения при необходимости прервать игру.

Игра как способ убежать от своих проблем или поднять настроение (уйти от чувства вины, тревоги, депрессии).

Попытки отыграться на следующий день после проигрыша.

Обман близких с целью скрыть истинную степень своей вовлеченности в игру.

Готовность пойти на преступление для финансирования игры.

Пренебрежение учебой, карьерой, семьей, друзьями ради игры.

10. Долговая яма - стремление занять деньги, чтобы расплатиться с долгами, вызванными игрой.

Если вы нашли у себя хотя бы 4 симптома, вы уже серьезно больны.

Ведущий. Каковы стадии развития болезни?

Врач. По мнению врачей, эта страсть тяжелее наркомании, ей подвержен каждый двадцатый житель России. А для того, чтобы попасть в зависимость, достаточно 8-12 ч. Принцип возникновения зависимости от игры, такой же, как у алкоголизма и наркомании. Одержимый игрок обычно проходит через 4 стадии:

стадия выигрышей - игра от случая к случаю, мечты о выигрышах, возрастающие ставки, большие выигрыши;

стадия проигрышей - игра в одиночку, уходы с работы, крупные займы, неоплаченные долги, перезаклады, ложь;

стадия отчаяния - испорченная репутация, разрыв с семьей, друзьями, раскаяние, перекладывание вины на других, паника, потеря работы, незаконные действия;

стадия безнадежности: чувство безысходности, мысли о самоубийстве и возможные попытки, аресты, алкоголь, эмоциональное крушение и симптомы безумия.

Ведущий (обращается к участникам ток-шоу). Приходилось ли кому-то из вас чувствовать зависимость от игры? Какие признаки игровой зависимости вы уже у себя обнаружили?

Согласны ли вы, что игромания сродни наркомании?

Где еще могут пощекотать нервы любители адреналина? (Экстремальный спорт, гонки, фильмы ужасов и т. п.) Могут ли эти занятия вызвать зависимость?

(Идет обсуждение.)

3. Опасность игромании

Ведущий. Казалось бы, играть или не играть - это личное дело человека, каждый имеет право распоряжаться своей жизнью, как хочет. В чем же общественная опасность игромании? Слово юристу.

Юрист. Зависимость от игры очень опасна для общества. Не в силах победить свою страсть и расплатиться с долгами, люди часто сводят счеты с жизнью. Жертвами игромании часто становятся подростки. По данным милиции, десятки тысяч российских ребят проводят все свободное время в залах игровых автоматов, добывая деньги на игру кражами и ограблениями. Игровой бизнес очень прибыльный - дневная выручка доходит до 10ОО долларов в день. Значительная часть выручки укрывается от налогов, уходит в тень. Игровой бизнес страшно криминализирован. По данным МВД, где-то 60-65% всех игорных заведений страны находится под контролем преступных группировок. Только за последний год были совершены десятки нападений на владельцев и посетителей игорных залов и казино. Сотрудники правоохранительных органов постоянно уличают эти заведения в подделке финансовых документов, в использовании незарегистрированных автоматов. Игровой бизнес толкает на мошенничество. Чтобы увеличить прибыль, некоторые ловкачи таким образом настраивают автоматы, что незначительный выигрыш выпадает лишь одному из 500-600 играющих.

Ведущий (обращается к участникам ток-шоу). Согласны ли вы с тем, что игромания опасна для общества? В чем еще можно Увидеть общественную опасность игромании? Можно ли сравнить деятельность игорных заведений с мошенничеством? Согласны ли вы, что корни подростковой преступности лежат в игромании?

(Идет обсуждение.)

4. Лекарство от однорукой заразы

Ведущий. Как же решить проблему игромании? Решение проблемы от врачей.

Врач. Человек может вылечиться только тогда, когда сам этого захочет, но для этого нужно дойти до самого дна, осознать, ужаснуться и добровольно отказаться от игры. Очень важна при этом поддержка семьи. Хорошо уехать куда-нибудь, например, в тайгу, где на сотни километров кругом нет ни одного игрового автомата. Психотерапевты уже «кодируют» игроков от пристрастия к азартным играм.

При лечении от игромании советуют использовать такие приемы.

«Копилка». Нужно представить себе какую-нибудь шикарную вещицу, о которой давно мечтал. Каждый раз, проходя мимо автомата и уговаривая себя проиграть всего лишь «маленьких 500 руб.», нужно срочно бежать домой и класть мысленно проигранные деньги в копилку.

«Кризисный менеджер». Нужно найти близкого человека, со строгим характером, которому отдавать на хранение все заработанные деньги. Вместе с ним составляется план раздачи долгов.

«Личный психолог». Довольно необычный способ, который используется только на Западе: психолог сам сопровождает больного в казино и «включается», когда его состояние начинает таять.

Ведущий. Какие методы кажутся вам наиболее эффективными?

(Дети отвечают.)

Ведущий. А что предлагают юристы?

Юрист. Игровым бизнесом уже занимается Госдума. Предлагается внести поправки в Налоговый кодекс, увеличить налоги на игорный бизнес. Но нужно принять законы, запрещающие азартные игры лицам до 18 лет, как это делается в западных странах. Нужно ввести ограничение на время пребывания в игровых заведениях. Необходимо принять закон, по которому игроман, как утративший здоровье, смог бы получить компенсацию от игорного заведения. А еще лучше - вообще запретить игорный бизнес. И за это выступает сегодня до 95% наших сограждан.

Ведущий. Какие юридические меры по борьбе с игроманией кажутся вам наиболее эффективными?

Какие меры предложили бы вы?

(Дети отвечают.)

А что предлагают журналисты?

Журналист. Нужно заниматься просвещением, предупреждать людей об опасности игромании. Ведь на каждой пачке сигарет обязательно ставится надпись: «Минздрав предупреждает: курение опасно для вашего здоровья». Нужно, чтобы на каждом игровом автомате, у входа в казино была подобная надпись.

Еще одно решение проблемы - в приобщении детей к физкультуре, спорту, художественному и техническому творчеству. Ведь корни игромании - в детстве. Как правило, игроманами становятся те ребята, которым родители не создали зону интересов, где бы ребенок чувствовал себя успешным, где он смог бы добиться положительных результатов. Поэтому нужно строить стадионы, открывать клубы, кружки, где дети смогли бы реализовать себя.

Ведущий (обращается к участникам ток-шоу). Как вы относитесь к этим мерам? Что вы можете предложить для решения проблемы игромании?

(Дети отвечают.)

III. Заключение

Ведущий. Наше обсуждение подходит к концу. И закончить наш разговор я хотел бы одной абхазской притчей (Лакербай М.А. Тот, кто убил лань // Алашара. Сухуми. 1982).

...Старый Джесиб долго уговаривал внука бросить воровать и картежничать. Но все напрасно. И перед смертью старик сделал внуку такое завещание: найти самого умелого вора и самого искусного картежника и попросить их научить его своему ремеслу.

Выполняя последнюю волю деда, внук нашел короля воров, но то, что он увидел, очень удивило его.

В маленькой комнате «короля» воров даже не было мебели. Хозяин лежал на старой продавленной тахте. На полу валялся треснувший горшок, из которого, видно, давно не ели. Нищета и грязь говорили сами за себя. Вот оно, воровское «счастье»!

После старого вора юноша разыскал «короля» картежников. Тот произвел на него еще более тяжкое впечатление: картежник с взлохмаченными волосами стоял на коленях и лихорадочно метал на пол карту за картой.

Юноша выждал удобный момент и рассказал о цели своего прихода.

-О, ты не ошибся! - гордо заявил картежник. - Я играю уже больше тридцати лет. - На мгновение он оторвался от карт и оглядел парня воспаленными глазами. Затем снова принялся азартно метать карты и тут же предложил гостю сыграть с ним.

Но юноша поблагодарил старого картежника и поспешил удалиться.

Он понял, что и старый картежник прожил свою жизнь впустую.

Так мудрый Джесиб спас своего внука. Старик знал, что жизнь учит куда лучше, чем любые нравоучения.

Как вы считаете, актуальна ли эта притча для нашего времени? По одному предложению от экспертов.

(Эксперты высказываются.)

И мнения участников нашего ток-шоу.

(Дети высказываются.)

Мы пришли к выводу, что лучший способ избежать игромании - не играть в азартные игры. Наше ток-шоу подошло к концу. Благодарю всех за участие.

**IV. Подведение итогов (рефлексия)**

Классный руководитель. С каким настроением уходите после классного часа? Есть ли у вас иммунитет против игромании?

Дополнительный материал

Точка зрения психолога (По кн.: Фенько Л.Б. Люди и деньги: очерки психологии потребления. М.: Класс, 2005).

По мнению венгерского психиатра Ш. Ференци, каждому, кто когда- либо играл в казино или на бирже, знакомо чувство абсолютной уверенности в успехе, которое является отзвуком инфантильного всемогущества. Ференци считал, что младенцы воспринимают себя не как слабых и беспомощных, а как властных и могущественных созданий, чьи потребности удовлетворяются полностью подчиняющимися им взрослыми, не имеющими самостоятельного значения в мире. Столь нереалистическая самооценка складывается у них потому, что у них нет способа заметить свою подлинную слабость, зависимость и беспомощность. Со временем они сталкиваются с реальностью; отрицательные переживания открывают перед ними правду жизни.

Зрелость означает понимание не только своих возможностей, но и их ограниченности.

Большинство из нас теряет чувство всемогущества к детсадовскому возрасту, но время от времени оно вновь оживает, особенно если нам чего- то очень хочется и мы убеждены, что можем это получить. В этом и состоит страсть игрока: он вводит себя в состояние иллюзорного знания, как будто он действительно видит номера, которые должны выпасть. За этой упорной, вопреки всякой вероятности, надеждой на успех скрывается стремление к проигрышу.

Разумеется, не все игроки - невротики. Миллионы людей регулярно посещают бега, участвуют в лотереях, проводят время за карточным столом или у игровых автоматов. Это позволяет им испытать волнующие чувства риска и азарта и ненадолго создает у них иллюзию, что они могут достичь в жизни чего-то большего, чем имеют. Хотя существует огромное число работ по психопатологии игроков, очень немногие авторы интересовались психологией нормальных игроков, не одержимых страстью к игре.

Впервые случай патологической страсти к игре был рассмотрен Фрейдом в эссе о Достоевском. Он связывал страсть к игре, как и другие навязчивые симптомы, с Эдиповым комплексом. Основой психоаналитического толкования одержимости игрой является идея о том, что игроком движет бессознательное желание проиграть, почувствовать себя жертвой несправедливости и пережить раскаяние и угрызения совести. Истоки такого поведения лежат в детстве: в нарушении взаимоотношений ребенка с родителями. Игра может быть способом вернуть материнскую любовь, средством наказать себя за недозволенные чувства по отношению к матери или средством тестирования действительности.