

VIII. OSZTÁLYOS

TANANYAG



*Előtted a küzdés, előtted a pálya,
Az erőtlen csügged, az erős megállja.
És tudod: az erő micsoda? – Akarat,
Mely előbb vagy utóbb, de borostyánt arat.”
(Arany János)*

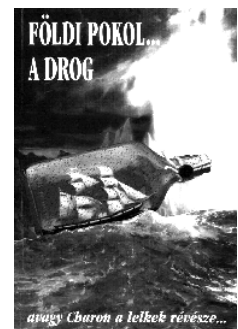
1. Foglalkozás

Szenvedélybetegségek I. - Az élvezeti cikkek -

Nevelési cél: a szenvedélybetegségek fajtáinak, szervezetre gyakorolt hatásainak megismertetése a tanulókkal

Kulcsfogalmak:

Szenvedély
Függőség
Gyógykezelés



Mottó: „Minden szenvedély – mint a név is mutatja – abból származik, amit az ember elszenved, ahelyett hogy uralkodnék rajta!”
(ALAIN)

A téma indokolása, háttere:

Hazánkban a szenvedélybetegségek különböző formában történő megjelenése és rohamos terjedése figyelhető meg. Az ún. „klasszikus” drogok (alkohol, dohányzás, kávé) mellé megjelentek a technika gyors fejlődésének köszönhetően a televízió, a videó, a nyerő automaták és a számítógép függőséget okozó káros hatásai is.

Módszertani javaslatok

A foglalkozás levezetésekor figyelmet kell fordítani arra, hogy a különböző technikai vívmányok a gyermekek és a fiatalok körében igen népszerűek. Az egyes eszközök említésénél mindig érveljünk a „függőség” kialakulásával, illetőleg az iskolában, a családokban kialakult problémákkal, gondokkal és a valóságban is megtörtént esetekkel. Különös tekintettel legyünk hitelességünk megőrzésére!

Előzetes tanári feladatok:

A óra megtartásához a „Földi pokol ...a drog”, avagy Charon a lelkek révése” szakjegyzet (9-30.oldal) megismerése szükséges.

Eszközök: tábla, kréta, ceruza, füzet, toll, írásvetítő, transzparenszek.

Gyakorlatok:

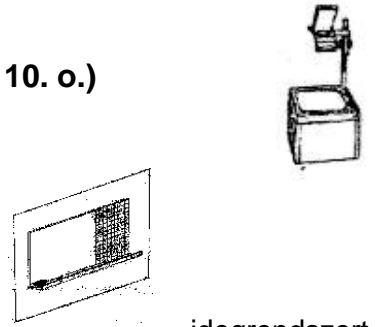
1. A bevezető gondolatok után, néhány percben beszéljünk **e témakör társadalmi indokoltságáról, az egyre növekvő gondokról.** Említsünk meg néhány statisztikai adatot is!

2. **Határozzuk meg a szenvedélybetegség fogalmát! (Jegyzet 10. o.)**

- A meghatározást írásvetítő fólián is megjelenítjük.
- Értelmezzük a fogalmat!

3. **Készítsünk vázlatot a szenvedélybetegségek fajtáiról!**

- A felsorolandó szerek mindegyike elsősorban a központi befolyásolják valamilyen módon, ezért ezeket közös néven



idegrendszert

„Az emberi pszichikumra ható szerek”-nek nevezzük.
(Szenvedélybetegségek)

Élvezeti cikkek



1. A szervezetbe **nem épül be** közvetlenül károsító szer:
 - Automata játékok,
 - Kockajátékok, rulett, kártya,
 - Evés szenv.: bulémia, anorexia.
 - Televízió,- videó-nézés.
 - Számítógépes játékok.
2. **Károsító szer épül be:**
 - Cigaretta (nikotin)
 - Alkohol (alkohol)
 - Kávé (coffein)
 - Tea (teofill, coffein)

Gyógyszerek



Trankvillánsok. pl. elenium
Sedatívumok: pl. seduxem
Barbituráok: pl. sevenal
Dormicumok: pl. eunocin.

Kábítószer



Ópiátok (heroin, morfin)
Amphetamin(Extasy, speed)
Kokain, crach, chat.
LSD
Kannabisz származékok:

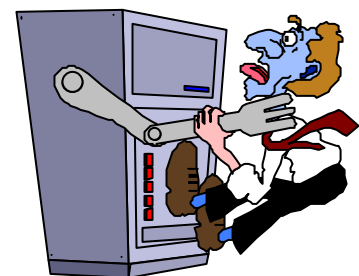
- marihuána, hasis.
- hasisolaj.

Szerves oldószerek: lakkok, festékek)
Gyógyszer+ alkohol
Szabálytalan gyógyszer fogyasztás.

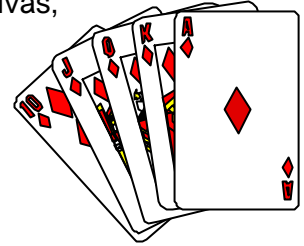
4. **Beszéljünk a vázlat segítségével a szenvedélybetegségekről!**

❖ **Automata játékok, nyerőautomaták:**

- ☞ személyiség befolyásoló szerepe,
- ☞ anyagi vonzata,
- ☞ függőség
- ☞ gyógykezelés
- ☞ Esetpéldák



- ❖ **Szerencsejátékok:** Kocka, rulett, kártyajátékok, lovagi tornák, bajnívás, lottózás. (jegyzet 10. o.)
 - ☞ Történelmi példák, művek, megtörtént mai esetek.
 - ☞ Függőség (pszichikai).
 - ☞ Gyógykezelés.



- ❖ **Evés szenvedélye: bulémia, anorexia.** (Jegyzet 11. o.)

- ☞ Kialakulásának okai
- ☞ Hírességek említése, esetek.

Pihentető játék!

➤ **Futárposta**

Kiolvasunk egy „postást”. A tanulók ülve maradnak, míg a postás az egyik diák fülébe belesúg egy mondatot, majd végül azt mondja: „add tovább!” Az első, eredeti mondatot jegyezze le és tegye zsebre. Majd az a tanuló akinek a fülébe súgott, az üzenetet egy másik osztálytársának továbbítja. Így megyünk sorban, míg el nem fogynak a tanulók. Ezután az utolsó mondatot hasonlítsuk össze az eredeti mondattal. Hogyan változott meg a mondat?

❖ **Televízió-, videó-nézés:**

(A feldolgozáshoz használjuk a Jegyzet 72. oldalán található, „Korunk szenvedélybetegsége” (Dr. Velkei László) című tanulmányt, az alsó tagozat 4. osztálya számára készült média tananyagot, illetőleg a 29. sz. mellékletben lévő tanulmányt.)

➤ **Beszélgessünk a televízió pozitív és negatív hatásairól!**

- ☞ Egészségkárosító hatások, (pszichés és fizikai)
- ☞ a reklámok üzenete, tartalma,
- ☞ a rajzfilmek vonzásáról (Dragon Balls),
- ☞ agresszivitás a képernyőn (akciófilmek, pszichothrillerek, bűnügyi filmek, horrorok személyiségkárosító hatásai, félelem a megtekintés után, bűncselekményekhez tippadás),
- ☞ videó szerepe: ismétlőjelleg, „akkor nézem, amikor csak akarom”,
- ☞ függőség kialakulása,
- ☞ agresszív magatartás, erőszak az iskolában,
- ☞ TV-diéta (elvonás, kikapcsolás, korlátozás),
- ☞ szülők szerepe, „V” chip korlátozó funkciója.

❖ **Számítógépes játékok:**

- ☞ hatásai a kisgyermekekre és a fiatalokra,
- ☞ a harci játékok szerepe, Doom - „győzelem” minden áron,
- ☞ függőség kialakulása,
- ☞ személyiség torzulása, iskolai agresszió, verekedés, fogások megjelenítése,
- ☞ a játékidő korlátozása – szülők szabályozó szerepe,
- ☞ gyógykezelése.

5. Beszéljünk a helyes szabadidő eltöltéséről!

- Olvasás,
- hobby gyakorlása,
- sporttevékenység.



6. Tetszés szerint oldjunk meg élethelyzeteket!

Játsszunk!

7. Foglaljuk össze a tanultakat!

Összefoglalás

8. Előzetes tanulói feladatok:

Házi feladat

- A dohányzás káros hatásai – fogalmazás készítése.

Feladatlap

9. Töltsük ki a Szenvedélybetegségek I. - Az élvezeti cikkek - c. tesztlapot!
(24. sz. melléklet)

10. Rögzítsük tanári észrevételeinket!

„Az embernek mérsékelnie kell önmagát,
ez minden élvezet legfontosabb feltétele.”
(Kierregard)

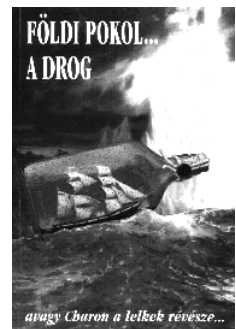
2. Foglalkozás

Szenvedélybetegségek I.

- Évezeti cikkek I/A. -

- Gyógyszerek I/B. -

Nevelési cél: a drogok emberi szervezetre történő pusztító hatásának bemutatása, a fogyasztás csökkentése



Kulcsfogalmak:

Alkohol; alkoholizmus
Dohányzás-dohányfüst
Kávé
Tea
Függőség
Gyógykezelés
Gyógyszerek

Mottó: „Az alkohol öl, butít, nyomorba dönt”
„A dohányzás lassú öngyilkosság” (WHO, 1994.)

A téma indokolása, háttere:

Az alkoholfogyasztás egyre növekvő terjedése hazánknak rendkívül súlyos gondot jelent. A nyilvántartások szerint mintegy 800.000 alkoholbeteget tartanak számon. A fiatalok közül is egyre többen válnak az alkohol rabjaivá.

A cigarettázó egyén nemcsak az önmaga egészségét, de a passzív dohányosokét is jelentős mértékben károsítja. A közelmúltban a dohányzásról megjelent törvényi szabályozás e súlyos károsító hatások csökkentését szolgálja.

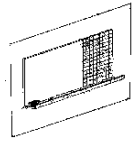
Az élvezeti cikkek egyéb formáinak (kávé, tea) túlzott mértékű, szenvedélyszerű fogyasztása károsító hatással vannak az emberi szervezetre.

Módszertani javaslatok

A fiatalokat meg kell tanítanunk szembe nézni az élet adta nehézségekkel. Beszéljünk a tanulókkal arról, hogy a különböző „pótszerek” nem segítenek az élet dolgainak megoldásában, a feszültségek csökkentésében. Hívjuk fel a diákok figyelmét az élvezeti cikkek egészségkárosító hatásaira. Statisztikai adatokkal támasszuk alá érveléseinket. Igyekezzünk megőrizni hitelességünket (kongruencia elve).

Előzetes tanári feladatok:

A foglalkozás megtartásához használjunk oktatófilmet, amelyek ezen káros szerek szervezetre gyakorolt hatásait mutatja be.



Eszközök: Ceruza, radír, füzet, tábla, kréta, írásvetítő, videó, televízió.

Gyakorlatok:

Élvezeti cikkek I/A., az alkohol

1. Beszéljünk az alkoholról!

- Történelmi kialakulása,
- az alkohol társadalmi megítélése,
- készítsünk vázlatot a táblára az alkoholfogyasztás négy fokozatáról!



- ☞ **1. Kipróbálás, 2. Rendszeres fogyasztás, 3. Szenvédélyszerű fogyasztás,**
- ☞ **4. Vegyi függőség.**

(Értelmezzük a fogalmakat!)

- Az alkoholizmus kialakulása.
- Az alkoholista személyiségtípus.
- A férfiak és a nők alkoholizmusa.

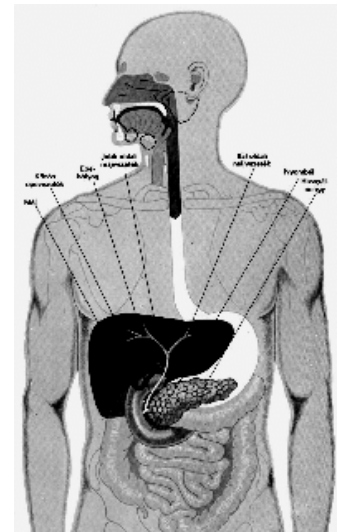
Alkoholizmus kialakulása



2. Ismertessük az alkohol szervezetre gyakorolt károsító hatásait!

➤ használjunk írásvetítőt!

- ☞ Májbetegségek,
- ☞ idegrendszeri károsodás,
- ☞ hasnyálmirigy rák,
- ☞ gyomorfekély,
- ☞ vérszegénység,
- ☞ elmebetegség,
- ☞ nemi élet zavarai,
- ☞ magas vérnyomás,
- ☞ vitaminhiány.



3. Vitassuk meg a különböző gyógyítási lehetőségeket!

- ☞ elvonókezelés → gyógyszeres kezelés, (intézmények bemutatása),
- ☞ pszichiátriai kezelés,
- ☞ családterápia,
- ☞ szociális gondozás,
- ☞ erős akarat.

Gyógyítási lehetőségek

(A témakör feldolgozásához a Földi pokol...a drog. c. szakjegyzet 13-19. oldala nyújt segítséget.)

4. Miért dohányoznak az emberek?

Dohányzás

- Vitassuk meg röviden a diákokkal a dohányzás okait!
- Családi, baráti, iskolai okok, magánéleti problémák.
- Dohányzási szokások kialakulása.

5. Beszéljünk a dohányzásról!

- Történelmi áttekintése,
- az alkotóelemek károsító hatásai,
- a központi idegrendszerre és a belső szervekre gyakorolt hatásai,
- a nikotin = drog megítélése,
- a dohányfüst alkotóelemei (a passzív dohányzás),
- a nikotin rákkeltő hatása,
- a függőség kialakulása,
- a leszokás módszerei,
- a dohányzás következtében előforduló betegségek.

(Lásd szakjegyzet 20-25. oldal, valamint módszertani kézikönyv 35. sz. melléklet!)



A dohányzás ártalmai

6. A „fekete leves” (kávé) világhódító útjának ismertetése

Kávéfogyasztás

- A kávé kalandos történelme,
- a kávé alkotó elemei,
- a kávéfogyasztás károsító hatása a szervezetre,
- a rákkeltő hatásával végzett kutatási eredményeik bemutatása,
- a szenvedélybetegség kialakulása,
- függőség kialakulása.



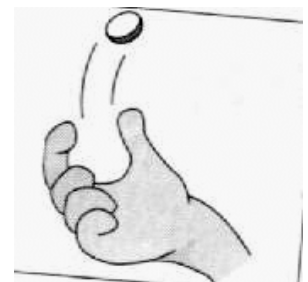
7. Teafogyasztás

Teafogyasztás

- Története, fogyasztási kultúrák,
- teafélék, gyógyteák,
- a tea alkotórészei ⇒ coffein, teophillin, ásványi anyagok, csersav, boheasav,
- túlzott fogyasztásának hatása a szervezetre,
- szenvedélybetegség kialakulása,
- függőség kialakulása.

8. Gyógyszerek I/B.

- A gyógyszerek szerepe⇒gyógyítás.
- Az adagolással kapcsolatos szigorú szabályok⇒orvos előírása szerint.
- Ki adhat gyógyszert? ⇒ orvos, ápolónő, gyógyszerész, felnőttek (egyes gyógyszerek esetében, orvosi ellenőrzés mellett: fájdalomcsillapítók, lázcsillapítók).
- Az önhatalmú gyógyszeresedés lehetséges következményei.
- Alkohollal való keverése kábítószer-fogyasztásnak számít!
- Függőség kialakulása.
- Gyógykezelése.
- Túladagolás-halál.



Játsszunk!

9. Szituációs játékok:

➤ Játék neve: **Szimat.**

Válasszunk ki négy tanulót az osztályból, majd küldjük ki a teremből.

A tanári asztalon helyezünk el különféle, jellegzetes illatú dolgot, (tusfürdő, alma, csokoládé, citrom, kávé...stb., amelyet letakarunk egy terítővel, hogy ne legyen látható. A tárgyakat egymástól megfelelő távolságban helyezünk el. Hívjuk be az első kiválasztott tanulót, majd kössük be a szemét. Emeljük le a terítőt a tárgyról és kérjük meg a diákot, hogy szaglás alapján ismerje fel a tárgyat.

Az osztály többi tanulóit kérjük meg, hogy helyezkedjenek el az asztal körül, majd figyeljenek, hogy megfelelő volt-e kiválasztás. Ezt ismétljük meg a többi kiválasztott tanulóval is. Az nyer, aki a legtöbbet ismeri fel a dolgok közül.



➤ **Alakítsuk ki a gyermekekben a visszautasítást a károsító szerek iránt!**

Játék neve: „Mondj Nemet!” A tanulók oldjanak meg élethelyzeteket! Kínáljanak egymásnak alkoholt, cigarettát, kávé, gyógyszereket! Feladat: különböző indokokkal vissza kell utasítani ezeket a szereket.

10. Foglaljuk össze a szenvedélybetegségekről tanultakat!

Összefoglalás

11. Előzetes tanulói feladatok:

Előzetes feladat

➤ „Mit tudsz a kábítószerekről?” címmel fogalmazás készítése.

Feladatlap

12. Töltsük ki a **Szenvedélybetegségek I. - Élvezeti cikkek I/A., Gyógyszerek I/B. – című feladatlapot!** (25. sz. melléklet)

13. Rögzítsük észrevételeinket!

„Aki másokat ismer: okos,
Aki önmagát ismeri: bölcs.
Aki másokat legyőz: bátor.
Aki önmagát legyőzi: hős.”
(Lao ce)

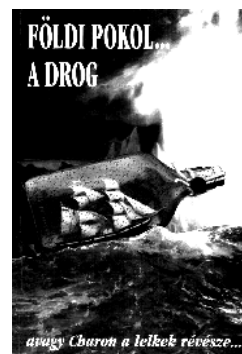
3. Foglalkozás

Szenvedélybetegségek II. - A kábítószeresek -

Nevelési cél: a kábítószer fogyasztás súlyos következményeinek megismertetése

Kulcsfogalmak:

Kábítószeresek
Fogyasztás
Függőség
Gyógykezelés
Túladagolás
Halál



Mottó: Bármit teszel, tedd megfontoltan, és számolj a végeredménnyel!”
(Cicero)

A téma indokolása, háttere:

A XXI. sz. küszöbén a pusztító káros szenvedélyek között kiemelkedő helyet foglal a kábítószer-élvezet, amelynek terjedése világviszonylatban is hatalmas méreteket öltött. A kábítószer-fogyasztás társadalmunk széles csoportjait érinti, elsősorban azonban a jövő nemzedékét, a 14-20 éves korosztályt veszélyezteti, akik fiatal koruk és tapasztalatlanságuk miatt nem számolnak a függőség kialakulásával és a következményekkel. A fogyasztó a szertől problémáinak megoldását, megnyugvást, szorongásának, félelmének oldását várja.

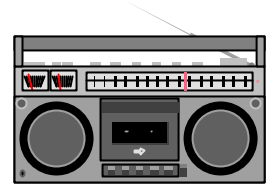
Módszertani javaslatok

Azok a tanulók, akik esetleg már átélői voltak a fogyasztásnak, vagy környezetükben már láthattak olyan embert, aki rabja lett valamilyen drognak az órán visszahúzódó magatartást fognak tanúsítani. Teremtsünk támogató légkört az osztályban, (pl. hallgathatunk halk zenét) és készüljünk fel a váratlan fordulatokra is.

Előzetes tanári feladatok:

A fontosabb fogalmak és a kábítószer-fogyasztás felismerésére vonatkozó ismeretanyag írásvetítő fóliára történő feldolgozása.

Eszközök: Tábla, kréta, írásvetítő, transzparenszek, magnó, ceruza, füzet, toll.



Gyakorlatok:

1. Keltsük fel a gyermekek érdeklődését a téma iránt, és említsünk néhány **kutatási eredményt, médiahírt, adatot a kábítószer-fogyasztással kapcsolatban!**
2. **Vázzuk fel röviden a kábítószeres történetét napjainkig!** Ismertessük az emberiséggel egyidős kultúráknak, társadalmaknak fogyasztási módjait! (Görög mitológia, Antik Róma...stb.)

3. Tekintsük át röviden hazánkban a kábítószeres terjedését!

➤ Vitassuk meg:

- ☞ Miért jelent nagy gondot a szenvedély a társadalmunk számára?
- ☞ Kiket veszélyeztet a legjobban?



4. Vitassuk meg, hogy miért fogyasztanak a fiatalok különböző pótszereket?

- ☞ Fogyasztás okai: kíváncsiság, baráti befolyásolás, feszültségoldás, probléma elől való menekülés, családi-, és iskolai problémák...stb.

5. Mit kell tudni a kábítószeresekről?

Kábítószeres hatásai

- Főbb szervezet károsító hatások, függőség, elvonási tünetek, túladagolás, halál.
- Kábítószer, drog, dózis, legális és illegális eredet, pszichotróp anyagok fogalma.
- Függőség: fizikai, pszichikai.

➤ Fokozatai:

- ☞ Kipróbálás ⇒ kíváncsiság, presztízs, kényszer, (baráti befolyásolás).
- ☞ Megszokás – még függőség nélkül.
- ☞ Tolerancia – túrés, a szervezet ellenálló képessége.
- ☞ Függőség – ellenállhatatlan kényszer: pszichikai, fizikai.
- ☞ Elvonási tünetek.
- ☞ Túladagolás, halál.

Fokozatai:

➤ **Beszélgük meg a fogalmak jelentését!**



6. Ismertessük a kábítószer-fogyasztásra utaló vészjeleket!

- Pszichés tünetek,
- testi tünetek,
- magatartásbeli változások,
- gyanút keltő használati tárgyak.

Következmények

7. A fogyasztás következményei:

- társadalmi
- családi
- egészségügyi.



8. Ellenőrizzük le a tanultak alapján a „Mit tudsz kábítószerekről” című fogalmazás tartalmi helyességeit. Javítsák ki a diákok a hibákat!

9. Szituációs játékok:

Feszültségoldás

- Játsszunk „Szójátékot”! (Eszköz: sál vagy kislabda.)

A foglalkozást vezető mondjon egy szót az órán tanult kábítószer-fogyasztással kapcsolatban!

Ezután dobja oda a sálát vagy a kislabdát egy tanulónak, akinek a megadott témával kapcsolatban, egy újabb szót kell mondania. Ezután Ő is továbbadja valakinek a kezében tartott tárgyat, akinek ismételten egy új szót kell monda. Pl.: tanár: függőség ;(dobás) diák: pszichikai; (dobás) osztálytárs: testi; (dobás)...A játékot addig játsszuk, amíg mindenki sorra nem kerül.

- Oldjunk meg élethelyzeteket!

Játsszunk!

- Péter tanulmányi eredménye rohamosan csökken, kimarad az iskolából...
- Tamás táskája a szünetben véletlenül kiborul és különféle tárgyak esnek ki belőle...
- Beszéljük meg mit kell tenni ezekben a helyzetekben?

10. Foglaljuk össze a kábítószerekről tanultakat!

Összefoglalás

11. Előzetes tanulói feladatok:

Előzetes feladat

- Rajzoljanak a diákok drogellenes plakátot!

Feladatlap

12. Töltsük ki a Szenvedélybetegségek II. - A kábítószer c. - feladatlapot! (26. sz. melléklet)

13. Tanári észrevételek, tapasztalatok rögzítése.

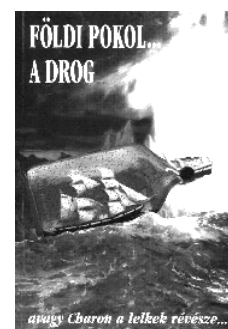
„...Az embernek érzelmekre is szüksége van,
mert gyengédség és szeretet nélkül az élet csupán
afféle lélektelen ...gépezet”

(Viktor Hugo)

4. Foglalkozás

Szenvedélybetegségek II. - A Kábítószeres fajtái, káros hatásai az emberi szervezetre -

Nevelési cél: a kábítószer-fogyasztás visszaszorítása érdekében ismeretbővítés a kábítószerfajtákról, az emberi szervezetre történő káros hatásairól, a fogyasztás egyéni, családi és társadalmi következményeiről



Kulcsfogalmak:

Kábítószeres fajtái
Hatásmechanizmus
Függőség
Túladagolás veszélye
Gyógykezelés
Utókezelés

Mottó: „... mennél elvakultabb...a szenvedély, annál időtállóbb és akkor a legszívósabb, amikor legkevesebb benne az értelem.”

(Viktor Hugó)

A téma indokolása, háttere:

A Népjóléti Minisztérium 1998-ban végzett felmérései, az azóta eltelt időszak számszaki becslései, a Drogambulanciákon kezelték adatai azt mutatják, hogy a fiatalok körében a kábítószer-fogyasztás továbbra is emelkedő tendenciát mutat. A különböző felmérések, kérdőíves vizsgálatok azt mutatják, hogy a fiatalok ismerik a különböző kábítószeres fajtákat, azonban egyáltalán nem ismerik azok szervezetre gyakorolt személyiségromboló, egészségkárosító hatásait.

Módszertani javaslatok

Közvetítsünk reális és elfogadható információkat a diákok számára! Lehetőségeink szerint ejtsünk szót minden olyan kábítószer fajtáról, amelyre az ismereteik kiterjednek. Fő hangsúlyt azonban az ún. „diszkódrogokra” fordítsuk, hiszen a gyermekek közül e szerek rabjává válnak a legtöbben.



Hangsúlyozzuk továbbá a marihuána, mint „kapudrog” (bevezető drog) szervezetre gyakorolt káros hatását és oszlassuk el a vele szemben kialakított téves nézeteket, mint pl.: „lágydrog”, „nem alakul ki vele szemben a függőség” stb.

Ennek igazolására szükséges e szer hatásának elméleti, átfogóbb ismerete és tanulmányozása. Tudatosítsuk továbbá azt is, hogy a marihuána, a hasis fogyasztása mintegy bevezetésként szolgál a „kemény drogok” élvezete felé.



Előzetes tanári feladatok:

A kábítószer bemutatásához használjunk Videó-filmet! A fogalmakat, a táblázatokat írásvetítő transzparenszek segítségével mutathatjuk be.

Eszközök: tábla, kréta, ceruza, füzet, toll, televízió, VIDEÓ.

Gyakorlatok:

Ismétlés, bevésés

1. Ismételjük át a **gyógyszerekről tanultakat!** Térjünk ki a **nyugtatók és altatók szigorú szabályainak szedésére, az orvosi ellenőrzésre és az önhatalmú szedés következményeire.**

- Alkohollal való keverés ⇒ kábítószer-fogyasztásnak minősül
- a szervezetre gyakorolt hatása,
- egészségkárosító hatásai,
- függőség kialakulása,
- túladagolás veszélye ⇒ halál.

Felmérés

2. **Végezzünk felmérést az osztályban!** Kérdezzük meg a gyerekeket, hogy milyen kábítószereket ismernek? A neveket írjuk fel a táblára!

- Mutassuk be írásvetítő segítségével a kábítószereket csoportosító táblázatot!



A KÁBÍTÓSZEREK FELOSZTÁSA

| Hatásmechanizmusa alapján | | | Előállítás eredete | |
|-------------------------------|--------------------|--------------------------|--------------------|--------------------------|
| Depressziós (Bódítószerek) | Hallucinogén | Stimulációs (Izgatószer) | Természetes | Szintetikus |
| Heroin | Cannabis, hasis | Kokain | ópium | codein |
| Opiátok | LSD | Khat | heroin | Barbiturátok |
| Opiátokat helyettesítő szerek | PCP | Amfetamin | Kokain | Amfetamin és származékai |
| Codein | MDA, MDM, STP, DMT | Crack | Khat | LSD |
| Barbiturátok | Pyetl, mescalín | koffein és nikotin | marihuana | MDA, MDM, STP, DMT |
| Nyugtatók | extasy | legális drogok | hasis | PCP |
| | gombák | | mescalín | Nyugtatók |
| | Szerves oldószerek | | gombák | extasy |
| | GHB, liquid X. | | morfin | Szerves oldószerek |

3. A táblázat segítségével, beszéljünk a kábítószerekről és Videó-film segítségével mutassuk be a szervezetre gyakorolt hatásukat!



- ❖ A **depresszív anyagok** csoportjába tartozó szerek: Heroin, morfin, máktea, codein.
 - Emeljük ki a legismertebb szereket és ismertessük a szervezetre gyakorolt hatásait!
 - A fogyasztás következményeit.
- ❖ **Hallucinogén anyagok:** cannabisz származékok, hasis, hasis olaj, LSD, PCP, mescalín, extasy.
 - Beszéljünk részletesen a marihuánáról, a THC hatóanyag központi idegrendszert befolyásoló hatásáról, a tanulás képtelenségéről... stb!
 - Említsük meg, mint „kapudrog”, bevezető drog szerepét!
 - Az **LSD bélyeg**ek felismerésének lehetőségei, nagyságuk, színük. (Használjuk a táblázatokat!)
 - A diszkódrogok: az Extasy stimulálószer bemutatása, hatása az emberi szervezetre.
- ❖ **Vitassuk meg a „diszkós balesetek” okait!** (jegyzet 78-81.o.)
 - A techno- rave- haus zene hatása a központi idegrendszerre.
 - Drog-, alkoholfogyasztás és autóvezetés
 - Száguldás, sebességhatár figyelem nélkül hagyása.

Diszkós balesetek

Hej, tegnap éjjel, mikor ereidben whisky
folyt,
Száguldoztál a csajoddal, aki régóta
drogos volt
Nyomtad a gázt, ami belefért
S üvöltött az utolsó Rock and roll.
De reggelre csak az emléked maradt
Amiért a harang szól.
Mondd el, hogy miért?!
Úgy fáj, hogy elmentél.
Elszállt a fiú
Elszállt a lány
Olcsó az élet
De gyors volt a halál
Elszállt a fiú
Elszállt a lány, úgy fáj....



(Erdélyi András – LOVE
(Whisky, drog, száguldás, halál)

(A diszkós balesetekről képeket a 36. sz. mellékletben találhatnak)

❖ **Ismertessük a szerves oldószerek veszélyeit!**

- Higítók, lakkok, sprayk...stb. (Csak azokról a szerekről beszéljünk, amelyeket a tanulók ismernek, ne bővítsük az ismereteiket, mivel ezek esetleg kipróbálásra ösztönözhetnek!)
- Szípuzás okozta vészjelek
- Az anyagozás szervezet károsító hatásai.

❖ **A legújabb amerikai kábítószer fajta bemutatása: a liquid X- gyilkos drog.**

- ❖ **A stimulációs anyagok: kokain, crack, chat, speed, speedball, kokapaszta:**
 - Emeljük a speed, mint objektív diszkodrog hatásait, veszélyeit.

❖ **Amfetamin származékok rendszeres használatának következményei**

- A sportolók ⇒ teljesítményfokozás,
- A testépítők ⇒ izomtömeg építés
- Az emberi testre gyakorolt hatása:
 - Női és férfi hormonok átalakulása, alak-, szörzet-, növekedés befolyásolása.

4. Foglaljuk össze a kábítószerekről tanultakat, és vázoljuk fel egy kábítószer-fogyasztó útját!

Gondozás, utógondozás

5. Beszéljük meg a gondozási és utógondozási lehetőséget!

- Drogambulancia.
- Rehabilitációs otthonok: Zsibrik, Ráckeresztúr, Izsófalva,
- Munkaterápiás otthonok: Keszû, Leo Amici Alapítvány.

Svájci levél felolvasása

6. Olvassuk fel egy drogfogyasztó fiatal édesanyjának levelét!

Összefoglalás

7. Foglaljuk össze az órán tanultakat!

Játsszunk!

8. Szituációs játékok:

- Gyakoroljuk tovább a gyerekek kábítószerrel történő visszautasításainak módjait!

9. Előzetes tanulói feladatok:

Házi feladat

- ✂ Gyűjtsenek a tanulók az AIDS-el kapcsolatban újságcikkeket.

Feladatlap

10. Töltsük a Szervedélybetegségek II. - A Kábítószeres fajtái, káros hatásai az emberi szervezetre – c. feladatlapot! (27. sz. melléklet)

11. Rögzítsük észrevételeinket az óráról!



EGY DROGFOGYASZTÓ FIATAL ÉDESANYJÁNAK LEVELE

(Svájc, 1993.)

Az édesanya vallomását egy svájci drogambulancián rögzítették hangszalagra. Sajnos, már csak a tragédia után fordult az édesanya szakemberekhez, s találta meg a támogatás lehetőségét.

Gondolatait mintegy tanulságul hagyta meg mindazoknak az édesanyáknak, akiknek fiai, lányai élnek, boldogok, s örömet szereznek szüleiknek.

Tanulságul, hogy soha ne jussanak az ő sorsára, soha ne kelljen oktalanul gyászolniuk, soha ne éljék meg az ő kínjait:

"Elvesztettem! 19 éves lenne most nyáron ... Nem tudom, ... nem emlékszem, mikor kezdődött a baj a gyermekemmel! Kiskorában féltettük ... szerettük ... mindig jó volt hozzánk.

Talán 10 éves lehetett? ... Lehet, hogy 12 ... éves? ... Mintha 100 év telt volna el! Igen! Akkor nem jött haza, ... vagy későn jött haza? Eleinte azzal, hogy a barátainál volt ... Mi nem tartottuk nagy bűnnek! ... Növése is magas volt ... szegény ... szegény fiam ... Barátok? ... Ma már tudom, hogy csak csábítói voltak ... akkor nem figyeltük annyira őket! .. Más is barátkozott velük ... Igen! ... Férjemmel néha veszekedtünk! ... Nem volt mindig nyugalom és derű otthon ... Talán itt rontottuk el? .. Akkor nem jutott eszünkbe, hogy ez is hozzájárulhatott. .. Ma már tudom! .. Későn! .. Nagyon későn! ... Semmiségnek tűnt ... látszott.

A gyerekek nyomot hagyott a lelkében ... Igen! Látom a szemét ... fél a kiabálásunktól ... ijedt a szeme ... félt!

Később ... egy-két hónap múlva ... rendszeres lett a hazuról elmaradás! Próbáltuk erőszakkal ... otthontartani ... nem sikerült ... kiabált mindenki a családban ... Szégyelltük a szomszédok előtt ... Romlott ... romlott a helyzet! Fiam! Fiam! Nem értettük meg! Nagyot hibáztunk, vége az életnek! Igen! Kérdezzük utólag mit? ... mit tehettünk volna? Sokat! .. Később már nem is aludt otthon ... a szomszédok mondták, hogy berúgva látták a barátaival. ... Az én fiam? Berúgva? Nem lehet igaz!"

Egyszer csak jött a rendőr ... meg valami szociális ember hozzánk. Megijedtünk! A férjem csak állt és nem tudott szólni! ... Mi történt? Baj van? Bizony az! ... Felelték nekünk. Jóságos ég! ... Biztosan a gyerek?! ... Igen, az - mondták! Mit tudnak róla?- kérdezték a rendőrök. Semmit! Talán iszik! .. Nem mindig jön haza ... rosszak a barátai ... feleltük.

Nem vettem semmit észre a fiunkon? - kérdezték! .. Itthon nem, csak ... sápadtabb ... sokat fekszik ... nem eszik ... fáj a feje ... nem szeret beszélni ...

Mondtuk, hogy menjünk orvoshoz ... Ő nem akart ..., nagyon mérges lett ... ráhagytuk!

Asszonyom! A fia drogot fogyaszt rendszeresen, évek óta - mondta a rendőr. Beszállítottuk a pszichiátriai klinikára. Nagyon rossz az állapota.

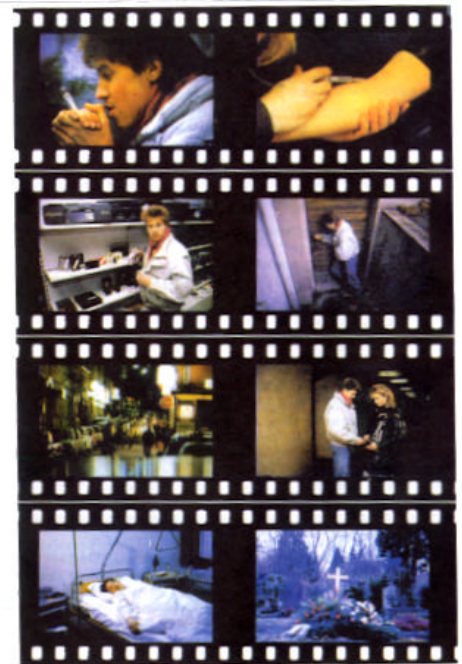
Elájultam! .. Nem tudtam, mi történt akkor, de rettenetes érzés volt ... Az én fiam? Drogot fogyaszt? Nem lehet igaz?

... Rosszul van? Kérdeztem tőlük. Nem akartam hinni, amit hallottam ... Szörnyű ... még ma is rágondolni ... A klinikán látni a fiamat ... nem is akarom felidézni! Halott sápadt ... arca megnyúlt ... a keze néha rángatózott ... Fiam! ... Fiam! ... Alig ismertük meg szép gyermekünket ... Naponta jártunk be hozzá ... többször is ... Gondolkodtuk! ... Sirattuk fiunkat! Nem vettük észre a tüszúrások tömegét a karján? - kérdezték az orvosok! Nem! ... Nem tudom még ma sem ... igaz az ingét nem vette le előttünk ... nagy fiú volt ... külön szobában lakott ... ha otthon volt ... sajnos, az utolsó időben egyre ritkábban.

Túladagolás! Ezt hallottuk az orvosoktól! ... Nem tudnak segíteni, de mindent elkövetnek ...

Biztos megtettek mindent ... Őket nem akarom hibáztatni! ... Meghalt, ... csendesen ... pár nap alatt ... pár óra alatt! .. Ma sem tudom! Mit tettünk? .. Mit nem tettünk? .. Mit tehettünk volna? ... Mi a válasz? .. Ha tudtam volna ... ha időm lett volna ... ha több figyelmet szenteltem volna ... ha megértőbb lettem volna ... ha igazán szerettük volna ... ha segítettünk volna ... talán sohasem nyúlt volna a droghoz ... ma nem kellene siratnom ... **Édesanyák! Szeressétek, vigyázzatok, óvjátok gyermekeiteket a bajtól!**

Egy kábítószer-fogyasztó útja



„...csak az választhatja a jobbat, és csak az tudhatja,
mi a jó, aki együttal el tudja vetni és kerülni a rosszat”
Lactantius)

5. Foglalkozás

- Az AIDS -

Nevelési cél: a fiatalok tájékoztatása e gyógyíthatatlan, halálos betegségről

Kulcsfogalmak:

HIV vírus
AIDS
Mégfertőződés
Védekezés
Gyógykezelés



Mottó: „Szerelem vitt kettőnket egy halálba”.
(Dante)

A téma indokolása, háttere:

E halálos kórt először 1981-ben az Egyesült Államokban diagnosztizálták. A járvány az 1970-es évek vége és 80-as évek elején kezdődött és az Egészségügyi Világszervezet becslése szerint 1995. első felében körülbelül 18,5 millió felnőtt és mintegy 1,5 millió gyermek vált HIV-fertőzötté, s a betegség kb. 4,5 millió felnőttél és mintegy 1 millió gyermeknél már jelentkezett. A világon naponta mintegy 6000 új HIV fertőzés történik és ez leginkább a huszonéves fiatalokat érinti. A járványszerű terjedés ellen egyetlen védekezési mód marad: a megelőző felvilágosítás és tájékoztatás.

Módszertani javaslatok

A tizenéves korosztálynak ismernie kell e szörnyű betegség terjedési módját és meg kell ismerniük a védekezés lehetőségeit is. Tájékoztassuk a fiatalokat a betegség kialakulásáról, okairól és mondjuk el azokat az egészségügyi, védekezési eszközöket, amelyekkel meg lehet akadályozni a megfertőződést!

Előzetes tanári feladatok:

A témakör feldolgozásához használjunk videó-filmet!

Eszközök: ceruza, radír, füzet, tábla, kréta, videó, televízió.

Gyakorlatok:

1. Kérjük meg a gyerekeket, hogy az **AIDS** betegségről gyűjtött újságcikkekből olvassanak fel részleteket!

- Beszélgetés az újságcikkek tartalmáról.

Betegség kialakulásának története

2. **Ismertessük a betegség kialakulásának történetét!**

- Első megbetegedések,
- a betegség meghatározása,
- elnevezése: AIDS⇒Acquire Immuno-Deficiency Syndrome (Immunhiányos tünetegyüttes),
- a legfertőzöttebb országok⇒ a magas számú elterjedés okai.

A betegség kórokozója,
A fertőzés útjai.

3. **Mit kell tudnunk erről a halálos betegségről?**

- A betegség kórokozója: vírus,
- fajtái: HIV-1; HIV-2.

4. **Beszéljük meg a fertőzés útjait!**

- ☞ Szexuális kontaktus (ondófolyadék, hüvelyváladék).
- ☞ Csókolózással, ha hámsérülés fordul elő.
- ☞ Heteroszexuális, homoszexuális kapcsolatok.
- ☞ Anyáról-gyermekre (magzati korban, szülés alatt, szoptatással).
- ☞ Intravénás kábítószer-használattal.
- ☞ Vérvételek adásakor.
- ☞ Nem steril eszközök használata során.
- ☞ Egészségügyi dolgozók fertőzött tûvel való megszúrása esetén.
- ☞ Bármilyen nemi betegség esetén, hámsérülés bekövetkeztekor.



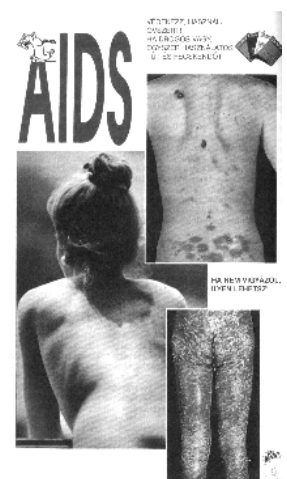
5. **Melyik nem van a legnagyobb veszélyben?**

- Férfiak és a nők fertőződésének esélyei.
- A nők nagyobb számú fertőződésének okai.
- A prostituáltak fertőződési esélyei.

6. **Beszéljük meg a betegség tüneteit!**

A betegség tünetei

- Testi fáradtság, gyengeségérzés,
- más okkal nem magyarázható, rejtélyes fogyás,
- hosszabb ideje fennálló láz,
- éjszakai izzadás,

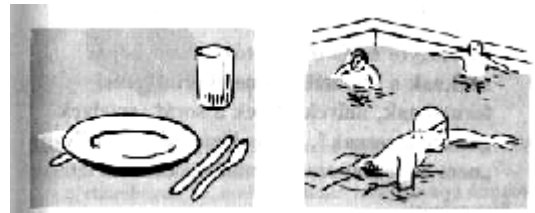


- megmagyarázhatatlan hasmenés, amely hosszabb ideig, esetleg heteken keresztül tarthat,
- légszomj,
- fehér lepedékekkel borított nyelv,
- duzzadt nyirokmirigyek.

Hogyan NEM TERJED az AIDS?

4. Ismertessük, hogy mely úton nem terjed az AIDS?

- Mindennapi kapcsolatokban (otthon, munkahelyen, közlekedési eszközökön).
- Szúnyog, rovar, kullancssípés esetén.
- Közös fürdőszoba, WC- használatakor.
- Cseppfertőzés útján.
- Uszodában, úszómedencében.



5. Hangsúlyozzuk ki, hogy a fentiekén kívül mely esetekben nem terjed az AIDS!

- Nem jelent veszélyt a gyermekek közös játéka,
- barátok, rokon üdvözlő ölelése, csókja,
- evőeszközök, poharak, fésű, a kéz- és lábápolási eszközök (feltéve, ha ezek nem szennyezettek vérrel!),
- nem fertőzéstérjesztő a WC ülőkéje, fürdőzés, a kézfogás,
- nem HIV terjesztők a háziállatok és a rovarok (szúnyogcsípés).

A védekezés módszerei

6. Hogyan védekezhetünk a megfertőződés ellen? Beszéljük meg a védekezési módokat!

- Hűség, monogámia,
- biztonságosabb szex érdekében, gumióvszer használata,
- az óvszer, mint „gumifal” szerepe.



7. Mit kell tennünk abban az esetben, ha kiderül, hogy megfertőződhattünk?

- Feltétlenül menjünk el AIDS szűrésre!
- A szűrés anonimitás jellegű!
- Szűrésre való jelentkezés: Miskolci Állami Népegészségügyi Tisztiorvosi Szolgálat
Miskolc, Meggyesalja u. 12. Tel.: 354-611.
(További intézmények címét lásd a mellékletben!)
- Az eredmény megvárta után⇒megnyugvás.
- Fertőzés esetén a további teendők megbeszélése a kezelést végző orvossal.

Teendők fertőzés esetén

8. Szituációs játékok:

Játsszunk!

- ◆ Oldjunk meg élethelyzeteket, mi lenne ha...címmel!

9. Foglaljuk össze az AIDS-ről tanultakat!

Összefoglalás

10. Töltsük ki az „AIDS” feladatlapot! (28. sz. melléklet)

Feladatlap

11. Rögzítsük észrevételeinket az óráról!

(A téma feldolgozásához a szakjegyzet 97-104. oldala, valamint Dr. Horváth Attila, dr. Vass Ádám 88 kérdés az AIDS-ről Medicina Könyvkiadó, 1987. c. könyve nyújt segítséget.)