

**Видеофильмы антинаркотической тематики, размещенных в сети Интернет (YouTube):**

**- Под грифом «смертельно» (https://www.youtube.com/watch?v=M48ldlMu3gg)**

**- Кошмарный сон разума (https://www.youtube.com/watch?v=jX1fS-7CO6g)**

**- Полуфабрикаты смерти (о кодеиновых наркотиках) (https://www.youtube.com/watch?v=pC9HsJ84alw)**

**- Охота за разумом «Журналистское расследование» (https://www.youtube.com/watch?v=cbPARSGhTmk)**

**- Журналистское расследование «Искусственное счастье» (https://www.youtube.com/watch?v=hhA-a4gslaU)**

**Что такое наркомания, и как происходит приобщение к наркотикам?**



**Наркомания – тяжёлое психическое заболевание, возникающее при систематическом употреблении наркотиков.**

Многочисленные исследования больных наркоманией, опросы различных категорий населения, прежде всего молодёжи, показывают, что существует множество факторов и причин, приводящих молодых людей разных возрастных групп к приобщению к наркотикам.

**10-12 лет.** Ребята этого возраста наркотические вещества употребляют редко. Им пока достаточно курение табака. Это уже поднимает их рейтинг среди одноклассников в школе и во дворе. Типичным в этом возрасте является формирование групп для употребления дешевых токсических веществ (бензин, растворители, клей).

**13-14 лет.** Их интересует возможное употребление так называемых «легких» наркотиков. Подростки этой группы уже эпизодически пробовали некоторые виды стимуляторов из любопытства. Информация идет друг от друга. Представление о наркомании как о тяжелой болезни отсутствует. Считают, что наркотики не опасны. Они не видят угрозы физической, психической зависимости. Верят в то, что в любое время смогут отказаться от употребления наркотиков.

**15-17 лет.** Молодые люди этого возраста знают о наркотиках гораздо больше, чем подростки из предыдущей группы. Довольно часто их теоретические знания подкреплены и собственным опытом. В этом возрасте появляются новые формы общения, проведения досуга, любовь. По отношению к наркотикам молодёжь в этом возрасте можно разделить на: сторонников, противников и колеблющихся.

**Среди причин,** толкающих некоторых несовершеннолетних молодых людей к употреблению наркотиков можно выделить следующие:

* **Социальная согласованность** - если использование того или иного наркотика

принято в группе, к которой человек принадлежит или с которой он себя идентифицирует, он почувствует необходимость применять этот наркотик, чтобы показать свою принадлежность к этой группе. Это относится ко всем наркотикам, от никотина и алкоголя до героина.

* **Удовольствие** - одна из главных причин, почему люди употребляют наркотики, - это сопутствующие и приятные ощущения, от хорошего самочувствия до мистической эйфории.
* **Доступность** - нелегальное потребление наркотиков наиболее высоко там, где они легче доступны, например, в крупных городах. Применение легальных наркотиков также возрастают с доступностью.
* **Любопытство**- в отношении наркотиков заставляет некоторых людей начать самим принимать наркотики.
* **Враждебность** - применение наркотиков может выглядеть символом оппозиции ценностям общества. Когда человек отвергает общество и все альтернативы, включая самого себя, свои надежды и цели, возникающее чувство бессмысленности жизни, изоляция и неадекватность делает его предрасположенным к хронической наркомании.
* **Уход от физического стресса** - большинству людей удается справляться с наиболее стрессовыми ситуациями их жизни, но некоторые пытаются найти убежище в форме наркотической зависимости. Наркотики часто становятся ложным центром, вокруг которого вращается их жизнь.
* **Нередко толчком к вступлению**подростка на опасную наркотическую тропу является отрицательный пример родителей, грубое обращение и самоустранение от воспитания ребёнка.

Опрос 250 больных наркоманией, проведенных в Минском городском наркологическом диспансере показал, что в 9% случаев родители грубо обращались с детьми, в 14% - в семье часто были ссоры, в 11% – родители употребляли спиртное, а 13% – не занимались воспитанием детей. Доминировали семьи со средним достатком (66%). В 6,9% случаев наркотики употреблял один из родителей, в 5% брат или сестра, в 11,1% употребляли и другие родственники, в 69% не употребляли в семье. Возраст начала употребления наркотиков: 12-14лет – 6%, 15-18 лет – 37,3%, 19-25 лет – 47,8%. Первая проба наркотика: 18% – в квартире у знакомого наркомана, 17,3% – в квартире знакомого, 13,9% – в подвале, 12,1% – на дискотеке.

Признаки употребления наркотиков

Очень важно для родителей, педагогов, врачей определить на самых ранних стадиях приобщение ребенка или подростка к наркотикам.

Различают две основные группы признаков употребления наркотиков: **поведенческие и физиологические.**

**Поведенческие признаки:**

* **Нарастающая скрытность ребенка** (возможно, без ухудшения отношений с родителями). Часто она сопровождается учащением количества и увеличением продолжительности «гуляний», когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше пребывал в семье или за уроками.
* **Поздний отход ко сну**, долгое залеживание в постели по утрам. Появление у ребёнка сонливости или, наоборот, бессонницы. Падение интереса к учебе или привычным увлечениям.
* **Прогулы школьных занятий**.
* **Ухудшение памяти и внимания.** Появление трудностей в сосредоточении на чем-то конкретном. В результате - неизбежное снижение успеваемости.
* **Увеличение финансовых запросов** и активный поиск путей их удовлетворения, выпрашивание денег во все возрастающих количествах (если начинают пропадать деньги из родительских кошельков или ценные вещи из дома – это очень тревожный признак).
* **Появление новых сомнительных друзей**, поведение старых приятелей становится подозрительным. Разговоры с ними ведутся шепотом, непонятными фразами или в уединении.
* **Неопрятность во внешнем виде**, склонность к прослушиванию специфической музыки.
* **Беспричинная смена настроения**, очень часто не соответствующая ситуации: раздражительность в спокойной ситуации, болезненная реакция на критику.
* **Появление изворотливости**, лживости, уход от ответов на прямые вопросы.
* **Обнаружение следов инъекций по ходу вен на руках.** Насторожить может и тот факт, что ребенок стал носить одежду только с длинными рукавами независимо от погоды и обстановки.

**Физиологические признаки:**



* бледность или покраснение кожи;
* расширенные или суженые зрачки;
* покрасневшие или мутные глаза;
* несвязная, замедленная или ускоренная речь;
* потеря аппетита, похудение, а иногда – чрезмерное употребление пищи;
* хронический кашель;
* плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
* резкие скачки артериального давления;
* расстройства желудочно-кишечного тракта.

**О наркотическом опьянении подростка могут свидетельствовать и его манеры**

**поведения:**

Состояние наркотического опьянении напоминает алкогольное, но без характерного запаха алкоголя изо рта. Общим признаком этого опьянения является эйфория, т.е. приподнятое настроение, безмятежное блаженство в сочетании с замедлением или ускорением мышления. Нередко возникает сексуальное возбуждение. Однако такое настроение неустойчиво и может внезапно смениться недовольством.

**Как поступать родителям ребёнка, употребляющего наркотики**

* **В случае** появления в поведении Вашего ребенка перечисленных признаков, прежде всего, не стоит впадать в панику, не показывать ребенку чрезмерного волнения. Но нельзя откладывать решительный разговор надолго, ибо, затягивая его, Вы тем самым способствуете вольно или невольно дальнейшему погружению ребенка в трясину.
* **Прежде чем** начать серьезный разговор с Вашим ребенком, основательно подготовьтесь. Начните разговор только тогда, когда ребенок не находится под влиянием наркотиков, а Вы – спокойны, контролируете себя и можете сдержать свои эмоции.
* **Постарайтесь**, прежде всего, понять причину и степень вовлеченности ребенка в употребление наркотических средств. Узнайте, как Ваш ребенок сам относится к этой проблеме, понимает ли он, куда втягивается. Не начинайте с чтения морали, ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте ребенка. Приготовьтесь выслушать типичные заявления. Ваш ребенок попытается играть на ваших чувствах.
* **Не ополчайтесь** на него как на личность. Выразите Вашу безусловную любовь к нему, веру в его силы.
* **Постарайтесь** убедить его, что это страшная болезнь, приводящая к деградации личности и к непременной гибели, если он не откажется от наркотиков.
* **Если Вы убедились**, что Ваши усилия не дали желаемых результатов, и ребенок продолжает употреблять наркотики, не стесняйтесь обратиться за помощью к специалистам. Не считайте, что Вы можете испортить жизнь своего ребенка, обратившись к врачу.
* **Помните**– чем раньше Вы обратитесь за помощью, тем больше шансов, что помощь будет эффективна.
* **Лечение наркомании** – одна из сложнейших задач, и всё зависит от самого больного, от его твёрдого желания и намерения полного отказа от употребления в дальнейшем любых психоактивных и наркотических веществ. Только в этом случае может быть выработана стойкая пожизненная ремиссия.

**Меры профилактики**

В борьбе с наркоманией среди молодежи наиболее эффективными мерами являются профилактические меры. Многое зависит, прежде всего, от родителей, педагогов, медицинских работников.

* **Необходимо**чаще беседовать с детьми.
* **Подавать**им личный положительный пример.
* **Стимулировать** их самостоятельность и независимость, укреплять уверенность в себе.
* **Учить** ребенка умению противостоять негативным соблазнам, справляться с неудачами.
* **Создавать** в молодежной среде ситуации, препятствующие употреблению наркотиков.
* **Приобщать** детей и подростков к занятиям физкультурой и спортом, активному культурному отдыху в свободное время.
* **Распространять**информацию о причинах , формах и реальных последствиях употребления наркотических средств.
* **Формировать** у подростка навыки анализа и критической оценки информации, получаемой о наркотиках, и умение принимать правильные решения.
* **Взаимодействовать** с организациями и структурами, проводящими профилактическую работу по пресечению распространения и употребления наркотиков.

**Долг взрослых – уберечь нашу молодёжь от наркотической чумы и направить её** **энергию на созидание.**



**Что такое наркомания?**

Наркомания — это заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества. Попробуем объяснить это доходчивее.

Наркомания или наркотическая зависимость в обыденном понимании — это употребление наркотиков без назначения врача при условии, что такое употребление становится невольной и постоянной потребностью человека.

Наркомания — это тяжелая, трудноизлечимая, а зачастую и неизлечимая болезнь, разрушающая мозг, психику, физическое здоровье человека и оканчивающаяся преждевременной смертью. Эта болезнь характеризуется жесткой зависимостью состояния человека, его физического и психического самочувствия от наркотика.

Становление, формирование наркомании характеризуется развитием трех основных признаков: психической зависимости, физической зависимости и толерантности.

Психическая зависимость — это болезненное стремление (влечение) непрерывно или периодически принимать наркотики с тем, чтобы вновь и вновь испытывать определенные ощущения либо снимать явления психического дискомфорта. Такая зависимость возникает во всех случаях систематического употребления наркотиков, причем нередко, даже после однократного их приема.

Физическая зависимость — это состояние особой перестройки всей жизнедеятельности организма человека в связи с хроническим употреблением наркотика. Она проявляется интенсивными физическими и психическими расстройствами, болевыми ощущениями, которые развиваются сразу, как только действие наркотика прекращается. Эти расстройства, обозначаемые медиками как "синдром отмены" или "абстинентный синдром" (абстиненция — воздержание), облегчаются или полностью снимаются только новым введением конкретного наркотика либо вещества со сходным фармакологическим действием. Физическая зависимость, как и психическая, делает необходимым непрерывное употребление наркотика или постоянный возврат к нему.

Толерантность — это переносимость (чувствительность) организма по отношению к воздействию наркотика. При систематическом приеме отмечается появление адаптации, то есть привыкания к наркотику, когда наблюдается все менее выраженная реакция организма на очередное введение той же самой дозы. Поэтому для достижения прежнего психофизического эффекта больному требуется более высокая доза наркотика. Затем через какое-то время и эта доза становится недостаточной и требуется ее повышение по нарастающей.

Форма (вид) наркомании зависит от того, какое именно вещество, обладающее наркотическим эффектом, применяется в конкретном случае. Особенности конкретного вещества, используемые дозировки, частота и способ употребления (прием внутрь таблеток или порошков, инъекции, вдыхание) определяют характер действия наркотика на организм.

Для распознавания и предупреждения наркомании и токсикомании необходимо познакомиться с проявлениями клинической картины их разновидностей, что описывается во многих медицинских изданиях, в том числе и в данном пособии.

**Рекомендации родителям**

**Что делать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики?**

**Признаки, свидетельствующие об употреблении наркотиков**

1. **Разберитесь в ситуации.**Не паникуйте. Даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили на руке своего сына или дочери след укола, это еще не означает, что теперь ваш сын неминуемо станет наркоманом и погибнет. Зависимость от наркотика, хотя и формируется достаточно быстро, все же на это требуется время. Кроме того, бывают случаи, когда подростка вынуждают принять наркотик  под давлением или в состоянии алкогольного опьянения. Помните и о том, что многим взрослым людям приходилось употреблять наркотические средства (например, обезболивающие наркотики, местный наркоз и т.п.) Найдите в себе силы спокойно во всем разобраться. Решите ля себя, сможете ли вы сами справиться с ситуацией или вам  нужно обратиться за помощью. И постарайтесь первых же минут стать для своего ребенка не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с надвигающейся бедой.
2. **Сохраните доверие.** Ваш собственный страх сможет заставить Вас прибегнуть к угрозам, крику, запугиванию. Это, скорее всего, оттолкнет подростка, заставит его замкнуться. Нее спешите делать выводы. Возможно, для Вашего сына или дочери это первое и последнее знакомство с наркотиком. Будет лучше, если Вы сможете поговорить со своим ребенком на равных, обратиться к взрослой части его личности. Особенно ценным для сохранения доверия мог бы быть разговор с подростком о вашем собственном опыте употребления (Возможно, алкоголя). Было ли тогда важным почувствовать себя взрослым или быть принятым в компании, или испытать новые ощущения? Не исключено, что подобные же проблемы стоят сейчас перед вашим ребенком. Возможно, что наркотик для него сейчас – это способ самоутверждения, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни.
3. **Оказывайте поддержку.**" Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я все же люблю тебя и хочу помочь, - вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, что бы с ним ни произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом, получить понимание и поддержку. Оставайтесь открытыми для своего ребенка. Пусть у него как можно чаще будет возможность обратиться к вам со своими трудностями. Постарайтесь найти больше времени для общения и совместных занятий; поощряйте интересы и увлечения подростка, которые смогут стать альтернативой наркотику; интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И, наконец, помните, что сильнее всего на вашего ребенка будет действовать ваш собственный пример. Подумайте о своем собственном отношении к некоторым веществам типа табака, алкоголя, лекарств. Будьте уверены, дети видят, как вы справляетесь с собственными зависимостями, пусть даже не такими опасными, как наркотик.
4. **Обратитесь к специалисту.** Если вы убедились, что ваш ребенок не может справиться с зависимостью о т наркотика самостоятельно, и вы не в силах помочь ему – обратитесь к специалисту. Не обязательно сразу обратиться к наркологу. Если у подростка еще не выработалась стойкая зависимость и наркотик для него способ справиться с личными проблемами, лучше начать с психолога или психотерапевта. Будет очень хорошо, если и сам подросток сможет пообщаться с психологом (при этом важно избегать принуждения). Специалист сможет более точно и объективно оценить ситуацию и вместе с вами и вашим ребенком попробовать найти выход из трудного положения. Если же вы чувствуете, что у вашего ребенка уже сформировалась стойкая зависимость от наркотика, не теряйте времени – обращайтесь к наркологу. В настоящее время существуют различные подходы к лечению наркомании. Посоветуйтесь с разными врачами, выберете тот метод и того врача, которые вызывают у вас доверие. И помните, чтобы помощь нарколога была эффективной, необходимо  искреннее желание подростка освободиться от зависимости. Наркомания – тяжелое и коварное заболевание. Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребенка может потребовать от вас серьезных и длительных усилий.

В работе по профилактике важно, как можно раньше увидеть первые признаки проблемы наркотиков у того или иного человека. От этого во многом зависит успех ее преодоления. Будьте внимательны, приглядитесь к поведению и внешности вызывающего подозрение подростка. Некоторые поступки служат своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и вполне нормальные возрастные изменения подростка. Тем не менее, насторожитесь, если в поведении человека без видимых причин замечаются:

- точечные следы уколов по ходу вен на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки;

- состояние вялости, заторможенности, быстрая утомляемость, малая подвижность, расслабленность конечностей, обмякшая поза, свисающая голова, стремление к покою, сменяемые необъяснимыми возбуждением и энергичностью, бесцельными движениями, перебиранием вещей, неусидчивостью (независимо от ситуации);

- погруженность в себя, разговоры с самим собой;

- неустойчивость эмоционального состояния, внезапные и резкие изменения отношения к чему-либо, подъем настроения, сменяемый необычайными вспышками раздражительности, злобы, паники, агрессивности, враждебности без понятной причины;

- заметное уменьшение или возрастание аппетита и жажды;

- необоснованное снижение посещаемости школы, безразличное отношение к отметкам;

- сужение круга интересов, потеря интереса к прежним увлечениям (и отсутствие при этом новых), спорту, учебе и общению с прежними друзьями;

- частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются черты, указанные в данном разделе;

- игнорирование нормального режима жизни, появление сонливости в дневное время, а бессонницы ночью;

- неспособность мыслить логически, объяснять свои

поступки и их причины, ухудшение памяти и внимания, рассеянность;

- неадекватные реакции на замечания или вопросы, грубость;

- быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, но бессвязная, смазанная, невнятная, нечеткая речь;

- очевидные лживость, изворотливость, цинизм и беспокойство;

- ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и учителям;

- постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей или знакомых и при этом большие денежные траты непонятно на что;

- возросшие тревожность, скрытность и лукавство в поведении, стремление к уединению и уходу из дома;

- ничем не объяснимое позднее возвращение домой в необычном состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, но без запаха спиртного и последующее за этим трудное пробуждение по утрам;

- малопонятные разговоры по телефону с использованием жаргона ("травка", "ширево", "колеса", "план", "приход", "мулька", "джеф", "ханка", "кумар" и т.п.) и обрывков фраз ("мне надо", "как там дела?", "достал?" и т.п.);

- чтение книг (Карлоса Кастанеды, Уильяма Берроуза) и журналов, популярных среди наркоманов ("Птюч" и т.п.), регулярное посещение техноклубов;

- отказ от употребления спиртного (если прежде охотно употреблял);

- изменение внешнего облика — неряшливость, запущенность в одежде, общее похудание, бледность, землистый цвет или покраснение, маскообразность и одутловатость лица, сальный налет на лице, круги под глазами, красные или мутные глаза, чрезмерно широкие или узкие (до точки) и не реагирующие на свет зрачки, гипомимичность, либо наоборот, оживление мимики, сухость, шелушение, морщинистость и дряблость кожи, тусклость и ломкость волос, сухость губ или повышенное слюноотделение;

- появление символики наркоманов (например, зеленого пятилистника, обозначающего коноплю, или улыбающегося личика — символа ЛСД);

- частое упоминание и позитивные высказывания о наркотиках, убежденное отстаивание свободы их употребления;

- стремление уйти от ответственных решений и мыслительного напряжения, потеря энтузиазма, безразличие, безынициативность;

- неуверенная, шатающаяся, неустойчивая походка, плавные, замедленные или неточные порывистые, размашистые движения, повышенная жестикуляция, множество лишних движений, покачивание в положении стоя или сидя (особенно явное при закрытых глазах);

- умственные и (или) физические отклонения от нормы — замедленное мышление, снижение реакции, потеря веса, аппетита, тремор (мелкая дрожь), тошнота, частый насморк, хронический кашель, галлюцинации, потеря ориентировки во времени и пространстве, депрессия и т.п.;

- пропажа денег, вещей из дома или в классе (кражи, совершаемые ребенком также являются сигналом наркотической опасности);

- внезапное появление интереса к содержимому домашней аптечки, литературе по фармакологии, действию различных лекарств, стремление завязать знакомство с работниками аптек и учреждений здравоохранения;

- запах лекарств и других химических веществ изо рта, от волос и одежды (сладковатый запах, похожий на запах благовоний, тмина или мяты, а также запах клея, растворителя и т.д.);

- обнаружение у подростка предметов или следов, сопутствующих употреблению наркотиков: порошка, капсул или таблеток (особенно снотворного или успокоительного действия) в его вещах; желтых или коричневых пятен на одежде или теле; шприцев, игл, марлевых и ватных тампонов, резиновых жгутов, ампул и пузырьков из-под жидких медицинских препаратов, мелких денежных купюр, свернутых в трубочку или разорванных пополам, самокруток, сухих частиц растений, папирос в пачках из-под сигарет, похожих на пластилин комочков с сильным запахом, странного вида трубок, которые пахнут вовсе не табаком, закопченной ложки, фольги или лезвия с частицами белого порошка или бурой грязи, ацетона или других растворителей, а также пропитанных ими тряпок, губок и полиэтиленовых пакетов, тюбиков из-под синтетического клея и другой тары из-под различных средств бытовой химии.

Любой из перечисленных признаков в отдельности вряд ли может достоверно свидетельствовать об употреблении человеком наркотиков, однако наличие нескольких из этих признаков должно вызывать подозрение. В таких случаях необходимо попытаться незамедлительно выяснить причины появления этих признаков.

**Это важно знать родителям**

 «Наркоман» — это слово стало уже обычным в нашем лексиконе. Что же за ним? За этим словом — искалеченные жизни, сломанные судьбы, отчаяние, страх, боль, смерть и преступление!

Очень многое, если не основное, зависит от нас — родителей, от семейного климата и взаимоотношений в семье. Там, где существует опасность приобщения детей к наркотикам, как никогда актуальна простая и банальная истина: "Дети требуют внимания!"

Эта аксиома, казалось бы, известна всем. Но, как часто мы забываем о ней в суете будничного труда и заботах. А ведь именно с общения с родителями начинается процесс воспитания детей, усвоения ими всего хорошего и полезного.

Мамы и папы! По возможности старайтесь чаще беседовать с детьми на самые различные темы, особенно на те, которые в данный момент представляют для них наибольший интерес. О чем бы вы ни говорили с детьми, постарайтесь ненавязчиво дать им хотя бы один совет из области соблюдения правил личной безопасности.

Если есть опасность приобщения к наркотикам вашего ребенка, необходимо немедленно принимать все меры против этого.

Будьте настоящим другом своему ребенку, если у него уже возникли проблемы с наркотиками, помогите ему принять решение, убедите обратиться за помощью!

Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал наркотик...

Что такое наркотики? Для достаточно полного понимания проблемы противодействия распространению наркомании, прежде всего, нужно ответить на этот кажущийся внешне простым вопрос.

Наркотические средства и психотропные вещества (для краткости мы будем называть их "наркотиками") можно разделить на две категории: легализованные в жизни общества (то есть медицинские лекарственные препараты, которые используются гражданами при различных заболеваниях по предназначению врача и это не противоречит закону) и незаконно производимые и распространяемые.

В первую группу наркотиков входят различные лекарства в виде таблеток, ампул, порошков, микстур, применяемые в медицинских целях, подлежащие контролю в нашей стране и включенные в списки, принятые Минздравом Беларуси.

Однако этими препаратами, а также многими другими медикаментами, отнесенными к сильнодействующим веществам, часто злоупотребляют с целью получения одурманивающего эффекта. При злоупотреблении ими организм разрушается не меньше, чем от героина. Они могут отрицательно влиять на умственные и физические возможности человека (например, при вождении автомобиля, занятиях спортом и т.д.). Некоторые лекарственные наркотикосодержащие препараты из-за низкой цены и доступности популярны среди малолетних.

В обыденном представлении наркомания чаще всего ассоциируется с такими веществами, которые производятся, продаются и покупаются нелегально, например, с гашишем, героином, кокаином. На самом деле наркоманами становятся и в результате злоупотребления лекарственными наркотическими средствами. Болезненное пристрастие к обезболивающим, успокаивающим и снотворным наркотикам довольно распространенное явление. Наркотический препарат, принимаемый по предписанию врача, приносит пользу, облегчает страдания. Прием того же препарата в больших количествах и без рекомендаций врача опасен и может стать роковым. Закономерно, что степень риска возрастает по мере увеличения частоты и продолжительности приема этих наркотических, психотропных и сильнодействующих лекарственных средств. Чем больше эти параметры, тем серьезнее опасность возникновения зависимости.

Ко второй группе наркотиков относятся изготавливаемые нелегально из растительного сырья (коки, конопли, мака и др.) или химических веществ для немедицинского употребления. Это такие наркотические средства и психотропные вещества, как:

• опий, героин, которые получают из снотворного мака, выращиваемого как в нашей стране, так и за рубежом;

• марихуана и гашиш (анаша), получаемые из конопли. Не стоит доверять высказываниям, что, мол, "травка" — это не опасно, на нее не «подсаживаются». Да, привыкание к гашишу и марихуане развивается медленнее, но круг общения курильщика марихуаны состоит из одних наркоманов, он ведет себя как наркоман, думает как наркоман, выглядит как наркоман, и переключение на героин или другой наркотик становится лишь вопросом времени. Очень многие люди, погибшие от наркотиков, начинали карьеру наркомана именно с марихуаны;

• различные синтетические наркотики, изготавливаемые в подпольных лабораториях на основе синтеза химических веществ. Такие как эфедрон, фентанил, фенцикли-дин и другие;

• широко распространенный сейчас за рубежом в незаконном обороте кокаин, который добывают из листьев южноамериканского кустарникового растения кока.

Любые наркотики, включая медикаменты, по существу, — ЯД! Они лишь различаются по степени и характеру воздействия на организм.

Маленькие дозы некоторых наркотиков оказывают стимулирующие действие. Другие — вызывают ощущения покоя и благодушия. Большие дозы наркотиков могут вызвать смерть. Именно так случается с наркоманами, допустившими передозировку при приеме наркотика.

Влияние наркотиков часто непредсказуемо. Прежде вполне нормальных людей они превращают то в мечущихся бесов, то в подавленных и безразличных, то в слабоумных. Причем реакция на одни и те же наркотики у людей, потребляющих их, может оказаться различной в зависимости от его психического и физического состояния человека в момент их приема.

С наркотиками связано понятие "злоупотребление" этими веществами. Суть злоупотребления состоит в том, что принимающий наркотики в действительности не нуждается в них с медицинской точки зрения, и они представляют опасность для его организма (особенно подросткового).

Коварная особенность наркотика заключается в том, что организм человека, принимающего это вещество неоднократно, в течение некоторого времени перестает реагировать на принимаемую дозу и требует постоянного ее увеличения.

Относительно продолжительное употребление наркотиков порождает пагубную привычку к этим веществам — человек становится наркоманом.

Одно из самых опасных действий наркотика на организм заключается в том, что он способен в самые короткие сроки сформировать жесткую зависимость состояния чело­века, его физического и психического самочувствия от употребления препарата.

**Курительные смеси**

Начиная с 2009 года из незаконного оборота, наряду с наркотическими средствами, психотропными веществами, включенными в Республиканский перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих государственному контролю в Республике Беларусь (далее – Республиканский перечень), стали изыматься и новые синтетические каннабиноиды, являющиеся особо опасными психотропными веществами, не используемыми в медицинской деятельности, содержащиеся в курительных смесях «спайс».

Согласно информации, полученной из медицинских интернет-сайтов и научных изданий, употребление «спайсов» приводит к следующим последствиям:

1. Локальные реакции организма, которые возникают по причине прямого негативного влияния дыма на слизистые организма.

Почти все приверженцы курительных смесей страдают постоянным кашлем, усиленным слезоотделением, имеют хриплый голос, как во время курения, так и в промежутках. Постоянное воздействие дыма смесей на слизистые становится причиной развития воспалений дыхательных путей хронического характера. Часто развиваются хронические ларингиты, фарингиты и воспаления легких. Продолжительное курение таких смесей может привести к развитию рака полости рта и гортани, глотки и легких.

2. Реакции центральной нервной системы.

Влияние ингредиентов дыма на центральную нервную систему (далее – ЦНС) обусловливает привыкание к курению «спайса». Со стороны ЦНС могут проявляться разнообразные реакции: состояние эйфории, неаргументированная истерика или взрывы хохота, расстройства координации и ориентирования, визуальные и слуховые галлюцинации, абсолютная утрата способности контролировать себя и свое поведение. Все перечисленные нервные реакции уже своим присутствием грозят человеческой жизни. Известно огромное количество случаев, когда накурившиеся люди прыгали с последнего этажа высотного дома или купались в ледяной воде.

При регулярном курении «спайсов» возникают необратимые нарушения деятельности ЦНС. Могут наблюдаться стойкие нарушения внимания, ослабление памяти и снижение интеллекта, появляется склонность к депрессии и суициду. Кроме всего прочего, курильщики «спайса» имеют все шансы если не умереть, то стать инвалидами по причине тяжелых поражений ЦНС.

3. Сильная интоксикация организма.

При проникновении с дымом отравляющих веществ могут возникнуть токсические реакции - тошнота и рвота, учащенное сердцебиение и высокие показатели артериального давления, спазмы и судороги, обморок и кома. Сложность в устранении последствий курения смесей «спайс» заключается в том, что во многих случаях в крови пациентов при анализе отсутствуют наркотические соединения, что существенно затрудняет диагностику и назначение грамотного лечения.

Систематическое применение такого рода курительных смесей провоцирует физическую и психическую адаптацию, а абстинентный синдром (или синдром отмены) проявляется в болях во всем теле, тошноте, лихорадке. Курение смеси приводит к расстройству психики. Под угрозой оказываются память, умственная деятельность, внимание.

Долгосрочное употребление синтетических каннабиноидов в составе курительных смесей может спровоцировать возникновение раковых заболеваний и психических расстройств.

Научными исследованиями было показано, что синтетические каннабиноиды, содержащиеся в курительных смесях, оказывают крайне негативное влияние на организм человека. По силе воздействия синтетические каннабиноиды пятикратно превосходят тетрагидроканнабинол, содержащийся в обычной марихуане. При его курении дозировка в курительной смеси составляет от 0.5 до 3 мг (от 0,005 до 0,03 грамма) при пероральном приеме от 3 до 10 мг (от 0,03 до 0,1 грамма).

Распространение «спайсов» в основном осуществляется посредством сети Интернет и с каждым годом привлекает все больше и больше учащихся и студентов к потреблению синтетических каннабиноидов, приучая их сначала к «легальным», а потом и к запрещенным более тяжелым наркотикам. При этом продавцы «спайсов» не сообщают информацию о реальном воздействии на организм человека.

Сотрудниками органов внутренних дел в целях противодействия распространению курительных смесей из оборота ежегодно изымается большое количество курительных смесей, которые содержат вещества, как входящие так и не входящие в Республиканский перечень.

**Что способствует приобщению к наркотикам?**

Причин и условий, способствующих приобщению к наркотикам, довольно много и знание хотя бы основных из них сможет помочь в целенаправленной профилактической работе. Ведь, как известно, чтобы победить врага, его нужно знать.

Причины:

Ø Падение нравов, низкая духовность и культура у некоторой части населения.

Ø Сформировавшаяся наркотическая субкультура и «мода» на наркотики среди молодежи.

Ø Социально-экономическая ситуация.

Ø Относительная доступность наркотиков «на черном рынке» (сравнительно невысокая цена, большое количество наркоторговцев).

Ø Активная деятельность наркоторговцев и их сообществ, направленная на стимулирование спроса на наркотики.

Ø Либеральный пограничный режим или его отсутствие (открытость границ).

Ø Сверхвысокая доходность наркобизнеса.

Ø Недостаточная воспитательная работа среди детей и молодежи, ограниченные возможности у молодежи для культурного досуга.

Ø Отсутствие эффективных методик лечения наркоманов. Агрессивная пропаганда наркотиков в некоторых СМИ и выступлениях музыкальных коллективов (например, рок-групп) и слабая бессистемная антинаркотическая контрпропаганда. Отмена уголовной и административной ответственности за немедицинское потребление наркотиков.

Ø Деятельность различных сект, общественных организаций, выступающих за легализацию наркотиков и декриминализацию ответственности за незаконные действия с ними.

Ø Привыкание к наркотикам людей, перенесших сложные операции.

Нередко распространители наркотиков специально вовлекают в свои ряды молодежь. Для этого молодого человека могут даже насильно «посадить на иглу». Опытные преступники хорошо знают, что человек, попавший в зависимость от наркотика, — послушное орудие в их руках и готов совершить по их указанию любое правонарушение.

Существует еще один момент, который не следует забывать в повседневной работе. Речь идет о постоянном внимании к детям из неблагополучных семей. Именно они зачастую начинают принимать наркотики, легче вовлекаются в группы наркоманов.

Одной из главных причин, толкающих подростков на этот шаг — разлад между ними и родителями или учителями. Причем, надо иметь в виду, что неблагополучие и отчужденность в семьях не всегда заметны постороннему. Внешне в семье все благопристойно, а на самом деле она расколота взаимным непониманием. Фактически такая семья существует лишь формально. Способствовать такому состоянию семьи могут различные факторы: социальное положение родителей, их нравственный уровень, в разводе они или нет, количество детей в семье, степень их избалованности, «заброшенности» и т.д. Главным же является одно — каково отношение родителей к детям и между собой. Нравственно-психологический климат в семье — это то, на что постоянно надо обращать внимание. Разумеется, не дело вторгаться в семейные отношения, но вовремя и умно защитить профилактируемого от возможных последствий воздействия неблагополучных отношений в семье — на практике означает предупреждение срывов у ребенка. Убеждайте родителей, что отсутствие повседневного контроля и истинной, мудрой родительской любви к своим детям означает только одно — попросту отсутствие заботы о ребенке.

Немаловажную роль в устойчивости или предрасположенности детей к наркотикам играет такая особенность в поведении родителей как стремление самим принимать решения за детей вопреки их желанию, прибегая сплошь и рядом к насилию над их волей. Дети из таких семей стремятся освободиться от жесткой зависимости, давящих на психику отношений и ошибочно видят в неформальных группировках молодежи, в том числе наркоманов, своего рода отдушину, возможность найти взаимопонимание со сверстниками. Компании наркоманов, в силу психологических особенностей их членов, всегда стремятся расширить свой круг. В таких компаниях, подчиняясь не писаному правилу «быть как все», молодые люди начинают пробовать наркотики и втягиваются в их употребление.

В среде наркоманов легко совершается самое страшное преступление. В мире наживы, связанной с наркотиками (а торговля ими во всем мире считается одним из самых прибыльных занятий), расправиться с наркоманом для конкурентов или людей, чье недовольство он вызвал, большого труда не составляет. Одному, уже находящемуся в состоянии наркотического опьянения «помогли» передозировать дополнительную наркотическую дозу, другому ввели в вену воздух и т.п.

Часто родители ждут от вас совета. Это естественно и понятно, как и то, что дать совет на все случаи жизни невозможно. Но и выглядеть безучастным не лучший выход. Тем более, что существует проверенный практикой набор некоторых рекомендаций родителям.

**Наиболее распространенные причины  употребления наркотиков**

Любопытство. Оно связано с желанием молодого человека узнать — «А что почувствуешь, если попробуешь это?». Есть только один способ преодолеть эту опасность — воспитать у ребенка готовность в любой момент благоразумно сказать «Нет!» любому эксперименту с наркотиком.

Психологическое давление, инстинкт подражания, влияние моды. В молодежных группах, лидеры которых употребляют наркотики, эти вещества становятся главным элементом, дающим ощущение единства, отожествления себя со своей группой.

Невежество. Многие годы о наркомании предпочитали умалчивать. Практически отсутствовала достоверная, объективная и доходчивая информация о природе и последствиях этой болезни. На уровне обыденных разговоров имели хождение различные искажающие действительность слухи и мифы. Например, в молодежной среде было распространено убеждение, что если контролировать прием наркотиков, он не представляет опасности.

Доверчивость. Известно, что наркоманы стараются всеми способами вовлечь в свой круг новых людей. С этой целью, как уже отмечалось выше, они путем обмана, а иногда и с помощью насилия могут заставить молодого человека попробовать наркотик и постепенно втянуть его в это занятие.

**Как уберечь детей от наркотиков?**

Прежде всего, зададимся вопросом: «Могут ли педагоги и родители предупредить распространение наркомании среди детей?».

Мы считаем возможным ответить на этот вопрос утвердительно. Именно они наилучшим образом могут защитить своих детей от приобщения к наркотикам.

Но для того, чтобы эффективно противостоять этому злу, нужно отдавать себе отчет в том, что немедицинское употребление наркотиков не только опасно для здоровья и жизни, оно противоправно и ведет человека вниз по социальной лестнице к преступлениям. Известно, что наркоману для удовлетворения своего пагубного пристрастия необходимы деньги и не малые. Где же их взять молодому человеку? Он берет эти деньги у родителей либо добывает преступным путем: ворует и совершает другие преступления. Третьего, как говорится, не дано.

Если ребенок вышел из того возраста, когда на многие его вопросы можно было ответить: «Подожди, вот подрастешь...», то перед ним открывается дверь во взрослую жизнь, и прежние формы общения с ним уже не годятся. Однако шаг из детства во взрослую жизнь связан с преодолением очевидных и скрытых препятствий. Естественно, их легче преодолеть, опираясь на поддержку близкого человека.

Главное — по мере взросления детей не отдаляться от них, интересоваться их проблемами, вникать в их интересы и, конечно, внимательно относиться к любому возникающему у них вопросу.

Родителям следует учитывать, что постепенное взросление детей проходит через два основных этапа.

На первом этапе — в возрасте 12—15 лет молодые люди начинают обретать прочные связи в своей среде, меньше бывают дома и реже обращаются к родителям. Они начинают сталкиваться с реалиями действительности, пытаются найти основные жизненные ориентиры.

На втором — в возрасте 15—18 лет наступают первые признаки взросления. Это период самоутверждения и обретения уверенности, но и в этом возрасте молодые люди нуждаются в родителях, в их поддержке, помощи, понимании.

Помните, что отношение детей к проблеме наркотиков в немалой степени зависит от ваших с ними взаимоотношений. В конечном счете, принимаемое ими решение в отношении наркотиков напрямую связано с характером ваших повседневных взаимоотношений и во многом определяется степенью уважением к вам. Даже у маленького ребенка бывают свои детские проблемы, а у взрослеющего человека тем более. Постарайтесь понять эти проблемы и помочь в их решении.

Помогите ребенку посмотреть на его проблемы конструктивно. Ведь употребление наркотиков не поможет сбежать от них, а только создаст новые трудности.

Молодые люди нуждаются в том, чтобы им обстоятельно и доходчиво объяснили, что представляют собой наркотики в действительности и как они могут повлиять на состояние человеческого организма.

Нельзя не учитывать, что мы живем в такое время, когда очень многие люди употребляют (зачастую не обоснованно) различные лекарства, в том числе и наркотические. В то же время недостаточно внимания уделяется воспитанию осторожности обращения с лекарственными препаратами. Беда в том, что мы не всегда доходчиво разъясняем молодежи общее назначение всех лекарств и необходимость осторожного отношения к ним.

Многочисленные факты свидетельствуют, что голословные заявления, типа: «Не употребляйте наркотики, иначе погибнете!» — неэффективны. Переубедить подростков такими призывами практически невозможно. Что же в таком случае можно сделать?

В разговоре с детьми и подростками взрослый человек должен быть способен честно высказать свое мнение о наркотиках и наркомании, выразив свои собственные чувства в отношении этой проблемы. Заметьте, именно чувства, а не рассудочные и часто холодные суждения. Эмоциональное отношение к проблеме наркомании оказывает на молодые души более эффективное воздействие.

Быть родителями юного человека, значит быть его справедливыми защитниками, мудрыми советчиками и интересными экскурсоводами по дорогам жизни, которые только-только открываются перед ним. Доброжелательность и поддержка семьи помогают воспитать в детях чувство собственного достоинства, уверенности в себе и способность отстоять свое мнение. Эти качества необходимы, чтобы противостоять давлению употребляющих наркотики сверстников, их стремлению навязать другим свою волю.

Лучшим иммунитетом к наркотикам является оптимистическая, активная, целеустремленная и конструктивная жизненная позиция. Постарайтесь помочь своим детям вы­работать такую позицию.

Большое значение в воспитании негативного отношения ваших детей к наркотикам имеет точная, подробная информация о наркотиках и их воздействии на человека. Постарайтесь, чтобы ваши дети смотрели телевизионные передачи, посвященные этой проблеме. Наглядные кадры и живые примеры могут оказать на молодых людей сильное эмоциональное воздействие и привести к положительным результатам. Используйте в беседах с детьми на эту тему наиболее яркие и впечатляющие факты.

Начинайте обсуждать тему наркотиков, не дожидаясь первых признаков неблагополучного положения или возникновения, такой проблемы, так как может оказаться, что уже слишком поздно.

Родителям следует всегда помнить, что юноши и девушки еще только учатся быть взрослыми. Часто из-за отсутствия жизненного опыта и неумения определить главное в том или ином явлении, они принимают за эталон в поведении взрослых поверхностные, чисто внешние признаки и пытаются их копировать. Поэтому важно знать, кому стараются подражать ваши дети.

**А вот еще несколько советов родителям детей младшего возраста**

Помните, что вы очень много значите для вашего ребенка. Он замечает все, что вы делаете, как говорите и поступаете. Ваш личный пример, своевременное и уместно сказанное слово играют огромную роль.

Помогите вашим детям разобраться в информации о наркотиках и наркомании. Подберите соответствующую литературу, ознакомьтесь с доступной информацией и постарайтесь довести ее до сознания ребенка в непринужденной беседе, при просмотре телепередач или во время совместного чтения газет, журналов, книг. Всегда старайтесь выслушать ребенка, стимулируйте его стремление задавать вопросы. Отвечайте на вопросы заинтересованно, размышляйте вслух, не опасаясь признать своих сомнений и даже непонимания тех или иных моментов. Учите детей вести диалог, ибо именно он поможет вам поддержать с ними контакт в течение всего периода взросления.

Сделайте ваш дом открытым и радушным для друзей ваших детей. Участвуйте, когда это возможно, в обсуждении интересующих их вопросов. Поддерживайте, а по возможности и участвуйте в их увлечениях (спорт, коллекционирование, творчество и т.п.). Это укрепит ваш авторитет, позволит поддерживать с детьми доверительные отношения.

Обсуждайте с детьми различные случаи и происшествия, касающиеся наркотиков. Предложите им решить, как бы они поступили в той или иной ситуации. Обсудите возможные и наиболее правильные варианты поведения.

Учите детей оценивать каждый свой поступок критически. Это поможет им преодолеть беспечность, которая может толкнуть их на поиски легких решений, в том числе с помощью наркотиков.

Не забывайте, что юноши и девушки могут прибегнуть к наркотику в крайне эмоциональном состоянии, например, в состоянии расстройства или депрессии. В случаях, когда они находятся в таком состоянии, особенно важно быть внимательными к ним, сочувственно отнестись к их трудностям и попытаться отвлечь от неприятных размышлений.

Показывайте свое уважение к мнению детей, их видению мира. Если вы не согласны с ними, пытайтесь объяснить свое понимание проблемы ненавязчиво, но аргументировано и твердо. Похвалите, покажите свое удовлетворение и гордость за их правильные и хорошие поступки. Не увлекайтесь критикой понапрасну. Пересматривайте свою тактику и характер общения с детьми по мере их взросления.

Как бы хороши и многочисленны ни были советы и рекомендации, существует универсальная и самая лучшая защита от наркотиков. Эта защита — вера в себя, здравый смысл, собственные суждения, независимый взгляд на жизнь самого юноши или девушки. Роль родителей в данном случае заключается в поддержке своих детей на пути к взрослой жизни. Будьте внимательны к своим детям. Это поможет вам вовремя обратить внимание на первые признаки беды.

**Что необходимо сделать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики?**

Если вы обнаружили у вашего ребенка наркотические средства, предположите самое худшее — что он пристрастился к наркотикам. Приглядитесь к его поведению. Некоторые поступки могут являться своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и нормальные возрастные изменения подростка.

Постоянно наблюдайте за поведением своего ребенка. Резкие изменения в его поведении должны насторожить вас. Незаметно проверьте, нет ли других объективных признаков употребления наркотиков. Лучше перестраховаться. Это поможет вам своевременно заметить беду, когда еще можно поправить положение.

Особенно будьте бдительны в отношении друзей вашего ребенка. Узнайте о них как можно больше. Постарайтесь увидеть или познакомиться с их родителями (например, на родительском собрании в школе). В любом случае не стесняйтесь говорить с детьми о проблемах, с которыми может столкнуться человек, потребляющий наркотики (медицинскими, нравственно-этическими, юридическими и т.п.).

**Если вы уверены, что ваш ребенок употребляет наркотики**

Скажите ему прямо о вашем беспокойстве и его причинах. Твердо заявите ему, что вы против употребления наркотиков и намерены вмещаться в ситуацию.

Если вы не встречаете понимания или сталкиваетесь с негативной реакцией, необходимо прибегнуть к помощи специалиста — нарколога.

Не откладывайте решительных действий. Если имеются явные признаки потребления наркотиков ребенком, обращайтесь за профессиональной помощью.

**Что может сделать учебное заведение?**

Главным и самым беззащитным объектом, по которому «ведет огонь» наркобизнес, является молодежь, особенно дети и подростки. А это значит, что они уже сегодня нуждаются в защите, в умелом и заботливом предостережении. Кто лучше всего может сделать это? Казалось бы, конечно, родители. Но всегда ли в семье достаточно взаимопонимания, чтобы ребенок прислушался к их совету? Наконец, все ли родители способны умело и эффективно предостеречь ребенка от беды? Конечно, семья остается главным щитом, преграждающим дорогу этому злу, но, к сожалению, не всегда может с успехом решить эту проблему. Причин тому немало и они, в общем, известны.

Поэтому нередко единственной и реальной спасительной преградой на пути молодого человека в тот иллюзорный и страшный мир, из которого мало кому удалось вернуться к полноценной и здоровой жизни, на сегодня наряду с родителями остается учитель. Именно он, как никто другой знает о немалочисленных проблемах и подводных камнях, которые угрожают юным и неопытным душам на пути познания жизни и становления личности.

Наркомания сегодня является одним из самых опасных и трагических рифов, на которых терпят смертельное крушение еще не вошедшие в жизнь молодые люди.

В отличие от даже самого прекрасного специалиста по проблемам противодействия наркомании, имеющего, как правило, очень ограниченные и кратковременные возможности прямого общения с молодежью, педагог может целенаправленно воздействовать на своих учеников в течение продолжительного времени. И этим преимуществом он должен умело воспользоваться во имя здоровья нации и будущего страны.

Печальный опыт многих развитых государств свидетельствует о том, что наркомания превратилась для них в крупную национальную проблему, за которой просматривается угроза будущему этих стран.

         Уже давно известно, что только единицам из тысяч наркоманов удается вырваться из страшных пут. Болезнь через годы и даже десятилетия может возвратиться. Как считают специалисты, наркотик — сильнейшая из ловушек, он цепко держит свои жертвы и забыть его почти невозможно. К сожалению, наркотик способен делать человека зависимым настолько, что воля и интеллект молодых людей оказываются не способными противостоять ему.

Поэтому, наиболее реальным делом в борьбе с наркоманией является ее профилактика, а не лечение (хотя последнее тоже немаловажно). А чтобы вовремя предупреждать наркоманию, учителям необходимо постоянно проявлять внимание к своим ученикам.

Мы далеки от мысли учить преподавателей педагогическим тонкостям антинаркотической работы. Наша цель видится в том, чтобы на основе обобщения накопленного многолетнего опыта непосредственного общения работников правоохранительных органов с подростками-потребителями наркотиков и их окружением подсказать учителю общие принципы противодействия распространению наркомании в подростковой среде и дать некоторые рекомендации, касающиеся этой работы. На наш взгляд при творческом и внимательном подходе к предлагаемому материалу педагог найдет нечто полезное для себя.

**Если вы столкнулись с наркоманом**

Находясь на улице, в транспорте, в любом другом общественном месте, вы можете столкнуться с человеком, находящимся в состоянии наркотического опьянения.

Если пьяного довольно легко определять по поведению, запаху, разговору, то человека, одурманенного наркотиком, можно принять просто за психически неуравновешенного человека. Действительно, человек, находящийся в определенной стадии наркотического опьянения, может выглядеть странно. Но сказать так — значит не сказать главного. Наркоман, независимо от того, находится ли он под воздействием наркотика или испытывает жгучую потребность в очередной порции яда представляет реальную опасность для окружающих. Под воздействием наркотика он не отдает отчета в своих действиях, а при возникновении физиологической потребности в очередной порции он готов пойти на преступление. Наркоман из-за денег может даже убить человека. Опасность столкновения с наркоманом во многом зависит от способности своевременно «опознать» такую личность.

Лучший способ избежать контакта с наркоманом заключается в использовании следующих рекомендаций. Не посещать тех мест, где наркоманы обычно собираются. О всех таких случаях сообщать в милицию. Не­медленно уходить от людей, которые по перечисленным выше признакам напоминают наркоманов.

Если такой человек проявляет по отношению к вам внимание, пытается вступать с вами в разговор, проявляя бесцеремонность и агрессивность, немедленно уйдите.

В случаях, когда вы где-либо заметили шприцы, резиновые жгуты, пустые ампулы из-под жидких медицинских препаратов, большое количество таблеток снотворного психотропного свойства, следы от многочисленных уколов-инъекций на руках в области вен и т.п. и подозреваете, что столкнулись с людьми, употребляющими наркотики, немедленно покиньте это место. О своем подозрении необходимо сообщить в милицию.

Помогите молодым, предупредите возможность совершения правонарушений вашими детьми!

Чтобы ребенок не стал правонарушителем, родителям рекомендуется в первую очередь предпринять меры предупредительного характера. Они могут выражаться в следующем.

Обратить внимание на то, как подросток проводит свободное время, с кем общается. Особенно важно знать, с какой группой ребят он дружит в школе и по месту жительства.

Интересоваться к чему стремятся и проявляют интерес, какие цели преследуют друзья вашего ребенка.

Стремиться своим открытым и доброжелательным отношением к друзьям своего ребенка поддерживать доверительные отношения.

Особенно внимательно контролировать любые случаи появления у ребенка денег или вещей, происхождение которых вам не известно.

Формировать у детей уважение к закону и правосознание, основанное на нравственности и здравом смысле. При этом целесообразно использовать положительные примеры из своей жизни, из жизни ваших родственников и друзей, а также авторитетных в молодежной среде людей (популярных спортсменов, музыкантов, певцов, кинозвезд).

Несовершеннолетние лучше поймут необходимость соблюдения требования закона, если они будут преподнесены в виде различных житейских историй, а не в виде сухого пересказа правовых норм.

Всегда следует помнить о необходимости быть образцовым примером для своих детей, а также то, что формирование их личности во многом определяется жизненными установками родителей.

Разъяснять истинные цели преступников, людей, вовлекающих несовершеннолетних в противоправные действия и употребление наркотиков.

Стараться формировать у детей такие черты характера, которые помогли бы им не совершать необдуманных поступков, избегать ситуаций, способных привести к действиям, нарушающим общественный порядок и выражающим явное неуважение к обществу. Прежде всего, речь идет о честности, доброжелательности, дисциплинированности и трудолюбии, а также неприятии зла и умении быть твердым и самостоятельным в отстаивании своих жизненных позиций.

Разъяснять ребенку с первых лет жизни, какая судьба его ждет, если он совершит преступление, станет наркоманом.

**Обращение к подростку**

Возможно, от некоторых сверстников или от ребят постарше тебе приходилось слышать красочные, заманчивые рассказы о действии наркотиков. Может быть тебя убеждали, что это замечательно, захватывающе, свидетельствует о мужестве, равенстве с взрослыми. Процедура употребления наркотиков обычно при этом описывается как веселое, полное радости и сопровождаемое комическими сценками мероприятие. Понятно, это очень интересно, тем более что запрещено. К тому же, ты получаешь удовольствие от общения с друзьями, а наркотик, по мнению некоторых из них, способствует лучшему пониманию, становясь в некоторых молодежных компаниях своего рода ритуалом.

И все же не спеши принимать на веру веселые рассказы. Подумай о том, почему радио, телевидение, газеты и журналы стали все чаше обращаться к теме опасности наркомании? Ведь просто так в жизни ничего не происходит. А разве родители не говорили тебе о трагедии наркоманов?

Если нет, спроси их сам. Может быть, ты считаешь, себя уже взрослым, у тебя есть своя точка зрения и ты не желаешь, чтобы родители решали за тебя то, что ты должен решать сам. Прекрасно! Но будь объективным и справедливым. Ты уверен, что учел все факты и обстоятельства, чтобы твое решение было безошибочным? Согласись, твоя информация получена, в основном, из рассказов приятелей и знакомых. А так ли она полна и объективна? Давай подумаем вместе. Ты читал о наркомании в газетах, журналах, видел телевизионные передачи? Ну и как? Разве тебе не было жутковато при виде наркоманов в состоянии "ломки" или детей-уродов, рожденных наркоманами? Если да, то ты действительно представляешь сложность и опасность явления. В таком случае тебе следует выработать собственную позицию в отношении наркотиков. Прежде всего, ответь себе на следующие вопросы: Хочу ли я стать уважаемым, авторитетным человеком и полноценной личностью.? Каким путем я могу этого достичь? Какое влияние наркотики могут оказать на формирование моих личности и социального статуса? Что вообще я люблю и ценю в жизни? Что имеет для меня действительную ценность? Что мне даст, в конечном счете, употребление наркотиков?

Ответы на эти вопросы помогут тебе принять правильное решение. Неплохо при этом учесть и другие моменты. Например, что наши эмоции хороши лишь в сочетании с рассудком. Действительно, разве можно сравнить, например, чувства и наслаждения, получаемые от истинной любви, которая делает нашу жизнь интересной и осмысленной, с ощущениями от наркотиков. Это все равно, что сравнивать реальную жизнь с миражом или сном.

А если вдруг в твоей жизни возникли трудности и проблемы? Как поступать в этих случаях? Подумай об этом без спешки, основательно. Поможет ли наркотик решению твоих проблем, преодолению трудностей? Скажешь: — "но другие же пробуют!". Пробуют слабые, неуверенные в себе люди. А разве ты слабый? Тебе ведь по силам найти верные пути решения проблемы. Может быть, ты думаешь, что некоторые из твоих трудностей неразрешимы? Ошибаешься! Твои проблемы обычны. Они бывают у многих, особенно у молодых людей. Такие же или несколько иные, но бывают обязательно. Жизнь без проблем не бывает. Пройдут годы и, вспоминая о сегодняшних трудностях, ты, скорее всего, устыдишься своих слабостей. Да и стоит ли поддаваться панике и унынию? Подумай, как твое решение может повлиять на достижение поставленной жизненной цели.

Запомни: наркотики могут в два счета разрушить все в твоей жизни, в том числе и уверенность в себе, самостоятельность, независимость, ясность сознания, привлекательную внешность и взаимопонимание с друзьями. А потому — будь тверд и рассудителен, не поддавайся ни на какие уговоры попробовать наркотики.

Подумай на досуге над советами, которые апробированы жизнью многих людей. Хотя может быть и не так легко бывает иногда ответить отказом на предложение приятеля или твоей девушки (парня), имей решимость воздержаться от употребления наркотика.

Имей мужество отказаться, несмотря ни на какие уговоры кого бы то ни было, от соблазна попробовать наркотик.

Не заблуждайся, считая наркотик средством быстро повзрослеть. Это — то же самое, что стучать головой об стенку с целью поумнеть. Быть на «ты» с наркотиками еще не значит утвердить себя в глазах окружающих и достичь уверенности в себе. Одурманенный наркотиком молодой человек скорее смешон, чем мужественен. Он напоминает осоловевшего петушка, сорвавшего голос, но изо всех сил, старающегося взять высокую ноту.

Все рассуждения наркоманов о стимулирующих свойствах наркотиков — это всего лишь способ скрыть свою беспомощность и зависимость перед этим злом.

Принимая наркотики, ты разрушаешь свое желание быть независимым, так как зависимость от наркотиков — самая жестокая зависимость из всех возможных.

Будет ли тебе действительно хорошо, если у тебя появятся еще и проблемы, связанные с наркотиком? Не добавляй себе дополнительный груз тяжких проблем.

Подумай дважды, трижды..., подумай, как следует! Твое будущее зависит только от тебя.