



**Молодёжная серия  
«Понемногу о многом...»**

*Многие готовы лучше умереть, чем подумать.  
Часто, кстати, так и случается.  
Бертран Рассел.*

## **НАРКОТИКИ: за и против...**



**Центр  
социально-психологической  
реабилитации населения**

**Программа информационной поддержки  
населения, проживающего в зоне Чернобыльского следа**



*Наш юный современник, мы пишем этот буклет не для того, чтобы учить тебя жизни.*

Психологи точно знают, что «дача советов» - самый неэффективный способ психологической помощи кому бы то ни было, а уж тем более тинейджерам. Если ты ещё не овладел этой терминологией, то знай: тинейджер (сокращённо - тин) – это почти то же самое, что подросток, только по-английски. Слово образовано от английских числительных от 13 до 19, имеющих суффикс «teen» - «десять».

К сожалению, именно тины попадают в неприятные истории чаще других. А есть такие ситуации, в которые «вляпываются» только тины.

Всё, что мы собираемся сделать в этом буклете:

- по возможности уравнивать твою психологическую «подкованность» с «подкованностью» тех «злодеев», которые тебе могут встретиться в жизни. Они – будь уверен! – прекрасные психологи и отлично умеют ставить **«психологические ловушки»**.

### **Что такое «психологическая ловушка»?**

Во-первых, эта ситуация кем-то (каким-то «злодеем») специально подстроена.

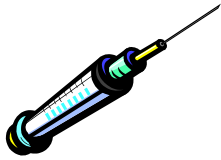
Во-вторых, она подстроена таким образом, чтобы ты не прошёл мимо, а попал в неё.

В-третьих, в такой ситуации тебе предназначена только одна роль – роль жертвы.

Механизм действия ловушки прост, как мышеловка. Мышеловки, как известно, бывают разных форм, размеров, по-разному устроен их механизм. Но есть ключевой момент, без которого она не сработает, - **приманка**. Мышь должна среагировать на приманку. И приманки эти известны с давних времён – сыр, колбаса, сало, семечки.

Так же и в психологических ловушках. Все они выглядят по-разному. Механизмов «захлопывания» этих ловушек множество, и мошенники их постоянно совершенствуют. Но количество приманок было и остаётся сравнительно небольшим. Так же, как остаётся неизменной мудрость поговорки: «Бесплатный сыр бывает только в мышеловке!».

*Сегодня наркотики называют «чумой XXI века» из-за того, что они губят огромное количество людей и в первую очередь молодых. Американский рок-музыкант Ди Снайдер, автор интереснейшей книги для подростков, назвал наркотики оружием «массового уничтожения молодёжи».*



**Наркотик** – это препарат, приём которого приводит к изменению сознания, особым переживаниям. Когда человек только начинает принимать наркотики, он делает это именно для того, чтобы испытать новые, необычные переживания. У него впечатление, что все проблемы, которые его мучили «наяву», отходят на задний план, становятся мелкими, легко разрешимыми.

С самого начала употребление наркотиков меняет работу всего организма человека и прежде всего – мозга. Этот процесс идёт очень быстро, и вскоре происходит привыкание к наркотикам, приводящее затем к стойкой зависимости от них, невозможности без них жить. В настоящее время наркомания рассматривается как серьёзное психическое заболевание – болезнь зависимости.

Всё это сопровождается нарастающей деградацией человека. Он теряет способность учиться, работать, общаться с кем-либо, кроме других наркоманов. К тому же он испытывает невероятные физические и психологические мучения, если вовремя не получает новую дозу наркотиков. Современная медицинская статистика неумолимо свидетельствует о том, что подавляющее большинство наркоманов умирают молодыми, не дожив до 30 лет.

*Ты, как и твои сверстники, наверно, много раз обо всём этом слышал. Так часто, что, возможно, даже перестал обращать внимание на всю эту наркотическую пропаганду.*

*И всё же мы вновь говорим об этом, поскольку «наркотическая ловушка» - смертельно опасна.*

### **Опасная игра.**

Ни для кого не секрет, что доходы тех, кто причастен к торговле наркотиками, баснословно велики. Известно также, что для того чтобы продать наркотик, надо иметь рынок сбыта – тех людей, которые постоянно нуждаются в приёме наркотиков и готовы платить за них любые деньги. Поскольку смертность среди наркоманов очень велика, то наркомафия постоянно формирует новые рынки сбыта, приобщая к наркотикам всё более и более молодых людей. Зрелого, 20-30-летнего человека сложнее «посадить на иглу», поэтому наркодельцы всю свою активность направляют именно на тинейджеров, т.е. на вас. На это работает целая индустрия, хорошо понимающая психологию человека и отлично владеющая приёмами психологического манипулирования

*Что же используется в качестве приманки в наркотической «ловушке» для молодых? Почему подросток, юноша, девушка, даже зная о страшном вреде наркотиков, всё же начинают их употреблять?*

Это делается потому что и для того, чтобы:

1. Уйти от жизненных проблем (неудачная любовь, трудности в школе, ревность к более удачливым, разлад с родителями и т.п.)
2. Пережить необычные ощущения.
3. Узнать жизнь, «попробовать её на зуб», испытать неведомое.
4. Выделиться, стать «продвинутым» - значительнее, «круче».
5. Стать членом нравящейся тебе компании.
6. Не потерять расположение приятеля или нравящейся тебе девушки.
7. Приобщиться к божемному, стильному образу жизни – жизни модных музыкантов, певцов.
8. Просто от скуки.
9. Получить дополнительное наслаждение от общения, танцев, секса.
10. Противопоставить себя родителям, которые ругают наркотики, а сами старомодно потребляют алкоголь и курят табак.

### **Твой выбор...**

В отношении наркотиков я выбираю такое решение (вставляю его в рамочку, но не в тетради, а мысленно):

- никогда не принимать и даже не пробовать наркотиков;
- попробовать один раз просто для того, чтобы знать что это такое;
- употреблять только лёгкие наркотики;
- действовать по ситуации: если когда-нибудь захочется принять наркотик, приму;
- буду принимать такие наркотики, какие хочу, потому что хочу в жизни всё испытать.

### **Мнение авторов.**

Ты, наверное, догадываешься, что версия правильного поведения, с точки зрения авторов, одна: **Никогда не принимать наркотиков и даже не пробовать их – ни лёгких, ни тяжёлых.**

Авторы в высшей степени положительно относятся к тому, чтобы каждый нашёл свой собственный путь, сам исследовал жизнь, понял своё место, на собственном опыте пришёл к своим собственным выводам.

Однако путь наркотиков – слишком опасен, чтобы с ним можно было экспериментировать. Это всё равно, что, наставив дуло заряженного пистолета себе в лоб, пытаться разобраться в его механизме. Вам кажется, что вы «ловите момент истины», а на самом деле это наркомафия, строя различные психологические ловушки, которые мы здесь описали, ловит вас, как несмышлёных мальков, в частую сеть, из которой трудно выбраться.

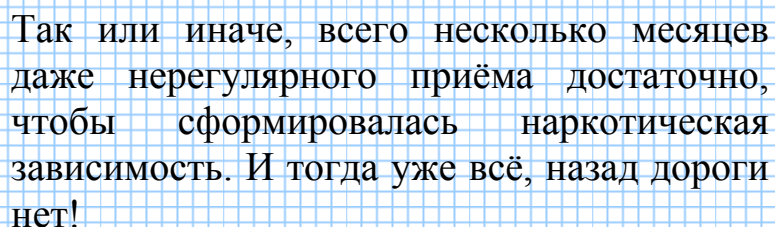
Исподволь, ненавязчиво в сознание подростков внедряются мифы, призванные сократить и упростить их путь к наркотикам. Приведём некоторые из этих мифов и аргументы против них.

**Миф № 1. «Легкие наркотики безопасны».** Существуют легкие и тяжелые наркотики. Опасны только тяжелые — героин, кокаин и др. Легкие — безвредны и даже полезны. Если человек употребляет легкие наркотики, то он обычно не пьет и не курит. Недаром легкие наркотики легально продаются в некоторых странах.

**Аргументы против мифа № 1.** Легкие наркотики тоже очень опасны. Главная опасность состоит в том, что они создают условия для перехода к тяжелым наркотикам.

Во-первых, прием легких наркотиков притупляет бдительность. Поэтому заметно возрастает возможность попробовать тяжелый наркотик (опасность чего в обычном состоянии человек осознает).

Во-вторых, употребляя легкие наркотики, зависимость от которых поначалу мало заметна, человек приходит к мысли, что он в любой момент в силах отказаться от них, и, следовательно, все, что говорится о невозможности избавиться от привычки к наркотикам, — не более чем лживая пропаганда.



Так или иначе, всего несколько месяцев даже нерегулярного приёма достаточно, чтобы сформировалась наркотическая зависимость. И тогда уже всё, назад дороги нет!

**Миф № 2. «Можно остановиться на приеме легких наркотиков».** Можно длительное время пользоваться слабыми наркотиками, получая приятные переживания, не увеличивая при этом дозы и не переходя на более сильные виды наркотиков.

**Аргументы против мифа № 2.** Как показали специальные исследования, потребность в наркотиках относится к числу так называемых ненасыщаемых потребностей. Это такие потребности, которые не угасают после их удовлетворения, как, например, голод или жажда. В процессе удовлетворения ненасыщаемые потребности только усиливаются, и их все труднее становится удовлетворить.

Например, если ненасыщаемой становится потребность в пище, то человек превращается в гурмана и не может удовлетворить эту потребность простым борщом. Он должен вкушать все новые и новые, все более изысканные и обильные деликатесы. То же происходит и при употреблении наркотиков. Для того чтобы достичь желаемого состояния, человек просто вынужден принимать все большее количество наркотиков и переходить ко все более сильным.

**Миф № 3. «Лично я не подвержен зависимости от наркотиков».** Существует достаточно распространенное представление о том, что, как не все люди, употребляющие спиртные напитки, становятся алкоголиками, так и не все, употребляющие наркотики, становятся наркоманами.

**Аргументы против мифа № 3.** Действительно, сегодня можно считать доказанным, что люди имеют разную предрасположенность к возникновению зависимости и от алкоголя, и от наркотиков. Это связано не с силой характера, не с силой воли, а с некоторой врожденной предрасположенностью (природа ее еще не до конца изучена). Кстати, люди, употребляющие наркотики, склонны сильно переоценивать силу своей воли.

Однако человек не может заранее знать, насколько выражена у него эта предрасположенность. Описано множество случаев, когда юноша или девушка становились наркоманами после однократного приема наркотиков. Именно на этом основан один из способов приобщения к наркотикам – предложить как можно большему числу людей – совершенно бесплатно! – жвачки, конфеты, сигареты, в которых содержатся слабые наркотики. Расчёт таков: человек может считать количество наркотика, которое входило в эти угощения, безопасным или даже вовсе не знать, что в жвачке содержится наркотик. Однако потребность в наркотике возникает. И этот человек спустя непродолжительное время пополнит число покупателей на наркотическом рынке. Таким способом часто приобщают к наркотикам не только подростков, но и детей.

*Не надо тешить себя иллюзией, что ты, именно ты, избежишь зависимости от наркотиков. К тому же ученые выяснили, что прием наркотиков вызывает зависимость практически у всех. Различны лишь сроки.*

**Миф № 4. «Избавиться от наркомании легко».** Многие склонны рассуждать так: «Лично я в любой момент, как только захочу, могу избавиться от привычки к употреблению наркотиков».

**Аргументы против мифа № 4.** Этот миф возникает не на пустом месте. Он основывается, в частности, на широкой рекламе различных центров и отдельных специалистов, обещающих скорое, безболезненное излечение от наркомании, а также на уже отмечавшейся переоценке значения собственной силы воли в борьбе с наркотиками.

Реальность, к сожалению, далека от этого. Хороший специалист действительно может вывести наркотики из организма, осуществить так называемую детоксикацию. Но преодолеть психологическую зависимость от наркотиков чрезвычайно сложно. На это уходят годы упорнейшего труда, напряжение всех сил бывшего наркомана. Некоторые специалисты считают зависимость от наркотиков практически неизлечимым заболеванием.

Даже если человек давно отказался от наркотиков, психологическая зависимость остается.

**Миф № 5. «Только наркотики дают ощущение интересной жизни».** Наркоманы — особые люди. Высшая каста. Они знают, что такое сильные переживания. Их жизнь пусть и неправильна с точки зрения большинства обывателей, зато ярка.

**Аргументы против мифа № 5.** Врачи и психологи, работающие с наркоманами, говорят о том, что победить этот миф труднее всего. Стремление к необычным, сильным переживаниям — характерная черта каждого нормального подростка, и поэтому для вас, тинейджеров, мальчиков и девочек, этот миф особенно привлекателен. Однако дело в том, что в каждом событии жизни можно увидеть и интересное и серое, будничное. Можно скучать на роскошной вечеринке, а можно наслаждаться, просто идя по улице. И это должно зависеть не от того, принял или не принял ты наркотик, а от того, как ты научился смотреть на жизнь.

Наркотики помимо всего прочего, создавая иллюзии, страшно обесценивают саму жизнь. Жизнь в итоге предельно сужается, всё начинает сводиться к поиску, приобретению и употреблению наркотиков.

Если ты попал в трудную жизненную ситуацию и не можешь справиться один – ты всегда можешь рассчитывать на нашу поддержку и помощь.

Мы ждём тебя по адресу: **г. Болхов, ул. Фрунзе,13.** предварительная запись по **т. 2-36-80** поможет определить оптимальное время для визита.

В случае, если твои отношения с наркотиками зашли слишком далеко, ты можешь обратиться за помощью в:

- **Областной наркологический диспансер г. Орёл, ул. Карачевская, д. 42 «А» т.77-09-39,**
- **Молодёжный телефон доверия Орёл т.9-03-33,**
- **Молодёжная линия здоровья т.9-04-08 (понедельник-пятница с 15-00 до 21-00).**

В издании использовались материалы следующих авторов: А.М. Прихожан, Н.В. Подхватилин, Н.Н. Толстых, Д.И. Снайдер.



**ЦСПРН**

**Т/факс (08640) 2-36-80**

**Email: [centrps@mail.ru](mailto:centrps@mail.ru)**

