

## Что такое наркотики?

Наркотики – это вещества, большинство из которых относится к токсинам, т. е. к ядам, и, вызывая отравление, приводят человека в состояние опьянения. У людей, употребляющих наркотики, иногда сразу, иногда после нескольких приемов наркотиков, у каждого по-разному, – образуется неосознанное желание принять их еще раз. Нет наркотиков, от которых не возникает зависимости. Человек, постоянно испытывающий желание принять наркотик, называется наркоманом или наркозависимым. Такие люди не могут контролировать свои действия и поведение, т. к. в случае отсутствия очередной дозы наркотика у наркомана возникает сначала чувство неудовлетворенности, а потом «ломка» – невыносимая боль. Наркоманы, испытывавшие эту боль, говорят: «Это когда каждая кость движется вокруг своей оси». Если вначале наркоман ищет «кайф», то потом он бежит от боли. Собственным желанием, волей от этой зависимости не освободиться – наркотик управляет человеком, а не наоборот. У человека постепенно изменяется психика, и он постоянно страдает депрессиями или эмоциональными срывами.

О работе, учебе, деньгах, создании семьи, здоровье при страсти к наркотикам можно забыть. Наркотики стоят слишком дорого, слишком сильно разрушают нервную и другие системы организма, да и на работу не возьмут: кому нужен, например, врач-наркоман? Денег на наркотики наркозависимому человеку надо очень много (от 10000 руб. в месяц).

Перспективы употребления наркотиков разнообразны, но наиболее часто человек погибает от передозировки, СПИДа и болезней, полученных через грязную иглу, от ножа наркоторговца, которому задолжал, либо попадает под арест за кражу или за само зелье (наркоторговля, распространение и хранение – уголовно наказуемы).

Наркотики курят, колют внутривенно, едят, нюхают. Как бы их ни употребляли, и какие бы наркотики ни были – держитесь от них подальше, спокойнее спать будете.

## Выбирайте сами, никто за вас это не сделает

Наркотики сейчас везде: на дискотеках, в школах, во дворе. Всегда найдется доброжелатель, который предложит попробовать. Наверняка он вам расскажет о великолепных ощущениях и вряд ли о последствиях, хотя ощущений на полчаса, а последствий – на всю жизнь. Чтобы не плакать потом горькими слезами, рассказывая о своей несчастной жизни, лучше подумать, прежде чем что-то делать. Бесплатный сыр бывает только в мышеловке. Выбирайте сами, что вам нужнее: жизнь, любовь, семья, здоровье, деньги или несколько мгновений суррогатного «кайфа».

Зависимость возникает от всех наркотиков: от одних быстро, от других медленно. Употреблять наркотики – это как бежать навстречу поезду и ждать, что он объедет.

Все наркоманы когда-то первый раз пробовали и были на 100 % уверены, что бросят в любой момент. Большинство людей не пробовали наркотики, и наркомания им не грозит. Вывод простой: чтобы не стать наркоманом – не надо пробовать.

Наркотики что-то делают с человеком, и он думает, что умнее всех. Хотя любому очевидно, что с мозгами у наркомана явно нет связи. В своих глазах наркоман – гений, и ему вовсе неважно, что для остальных – одноклеточное.

Если до наркотиков человек имел все, то вместе с наркотиками он имеет все возможные неприятности – от отсутствия денег, уважения со стороны окружающих, любви до подорванного здоровья, тюрьмы и случайной смерти от передозировки. Есть из чего выбирать.

## Почему люди употребляют наркотики?

На этот вопрос ответа, поддающегося пониманию нормального человека, нет. Часто люди просто не задумываются, и, стараясь выглядеть покруче или поддавшись общему настроению, курят, колотся, едят всякую дрянь. Зачем? – они и сами объяснить не могут.

Многие пытаются показать всему миру, как им плохо, и тоже тянутся к наркотикам. Нет ни одной стоящей причины, чтобы наплевать на себя с высокой вышки. Хотя бы потому, что в этом нет выгоды.

## Как действовать, если вам предложили наркотики?

1. Во-первых, следует задуматься: «Кто для меня этот человек? Приятель? Зачем мне такой приятель, который, зная, куда меня толкает, дает мне наркотики?» Или просто знакомый? Держитесь подальше от такого знакомства.
2. Во-вторых, стоит ли ходить в такие компании, где употребляют наркотики, и есть опасность быть изнасилованными, посаженными на иглу или еще того хуже.
3. В-третьих, зачем смотреть на окружающих? Ни один человек на свете не вправе решать за вас и портить вашу судьбу. Это ваша судьба и вы должны распорядиться ею так, чтобы жизнь была в «кайф», а не пара мгновений с перерывом на ломку.
4. В-четвертых, на что вам это надо?

## Как уберечься от наркодиллеров?

*Если к вам обратились с предложением в стенах учебного заведения, пытаются вас удерживать.* Вы имеете право: резко прервать говорящего, уйти. Скажите, что об этом разговоре вы доложите директору учебного заведения, классному руководителю, своим родителям и родителям говорящего. Нельзя слушать его, следует сразу прерывать и угрожать разоблачением.

*Если к вам обратился сосед.* Прервите разговор и пообещайте сообщить в полицию, его родственникам.

*Если к вам обратился незнакомый человек.* Вы имеете право быть с ним невежливым и невоспитанным – резко, на полуслове оборвать говорящего и уйти. Нельзя его слушать. Нельзя втягивать себя в разговор!

*Если к вам обратился родственник.* Нельзя позволять втянуть себя в разговор, запретите себе сочувствовать говорящему, угрожайте разоблачением. Расскажите о разговоре родным, обратитесь к специалистам и приступайте к психологической коррекции. Вы в одиночку едва ли сумеете помочь, а вот погибнуть за компанию – шанс велик.

*Если к вам обратился человек, в которого вы влюблены.* Знайте, что вас и ваши чувства хотят использовать. Прервите разговор, пресеките возможность говорящему разжалобить вас. У вас нет навыков слушать человека, владеющего психологическими технологиями скрытого воздействия на человеческую психику. Уходите. Обратитесь к психологу. Это необходимо, чтобы пережить психологическую травму разочарования и потери любимого человека. Верьте, когда заканчивается одно – начинается другое, может быть, самое, самое... Любовь в таких проблемах не выход, а капкан.

*Единичное употребление наркотика равносильно сабельному удару по лицу – шрам остается на всю жизнь. Запретите себе пробовать наркотический ЯД, прикасаться к нему. Как бы о нем сладко ни пели, как бы заманчиво его ни употребляли на ваших глазах ваши друзья. Да и какой же это друг, если уговаривает, принуждает только раз попробовать заведомо известный ЯД: друг ведь уже не может избавиться от наркозависимости. И не друг это вовсе. Это уже убийца! Это уже преступник – мошенник, который занял свое место в сетевом маркетинге по продаже яда.*

*Главное оружие наркодиллера – речь и желание во что бы то ни стало парализовать волю человека, отобрать деньги, подсунуть яд. Бегите от этих речей.* Ваш ответ – категоричное «нет»! И прочь! У вас есть воля. Вы стремитесь быть успешными в семье, на учебе, среди сверстников. Ваш выбор – жизнь. *Жизнь стоит того, чтобы жить!*

Если хотите узнать больше –  
позвоните или приходите в Городской центр  
психолого-социального сопровождения «Индиго»:  
г. Уфа, ул. Шафиева, 12/2; тел.: 8-(347)-223-58-83.  
Телефон доверия: 8-(347)-223-22-11.