

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 24»
городского округа г. Стерлитамак
Республики Башкортостан**

Не сломай свою судьбу

**Антинаркотический форум
для учащихся 10-11 класса**

**Разработала и провела
учитель истории
Чекмарева Г.Н.**

Стерлитамак 2014

Цели:

Укрепление физического, нравственного и духовного здоровья учащихся.

Формирование потребности вести здоровый образ жизни.

Предварительная подготовка: учащиеся распределяют роли экспертов, изучают литературу, готовят сообщения по своей тематике, готовят вопросы экспертам.

Роли экспертов: социолог, нарколог, терапевт, историк, психиатр, психолог, политолог, журналист, искусствовед.

Список используемой литературы.

1. Буянов М.И. Размышления о наркомании. М., 1990.
2. Гарифуллин Р.Р. Скрытая профилактика наркомании. М., 2002.
3. Левин Б.М., Левин М.Б. Наркомания и наркоманы. М., 1991.
4. 127 полезных советов, или Как уберечь детей от наркотиков. М., 2001.
5. Устинова Е. Не сломай свою судьбу. // Воспитание школьников, 2001, № 3
6. Харитонова Н.К., Перегожин Л.О., Лесорогов А.Ю. Интерактивные формы профилактической и консультативной антинаркотической работы в СМИ и Интернет-сети. М., 2004.

Ведущий форума. Никто не будет спорить, наркотики — одна из наиболее страшных проблем, которая довлеет над обществом вот уже несколько десятилетий. На что только не способен человек во время ломки, и весь — ради дозы. Подумать только, а как невинно все начиналось... Наркомания страшное зло, которое все больше проникает в нашу жизнь. Это происходит по многим причинам, в том числе из-за ложных мировоззренческих идей, которые складываются в сознании молодого поколения. Задача сегодняшнего форума раскрыть реалии и мифы наркомании. Сегодня в нашем форуме принимают участие эксперты в области медицины, социологии, психологии, искусствоведения, юриспруденции, представители прессы.

Ведущий. Коварство наркотиков в том, что наркоманы слишком поздно понимают что это не просто «баловство», а настоящая зависимость. Среди молодежи широко распространено мнение, что из-за одного раза ничего не будет. Так ли это? Обратимся с этим вопросом к нашему эксперту.

Эксперт – нарколог. Однозначно ответить на этот вопрос нельзя. Иногда пристрастие развивается через полгода или даже год, чаще через 2-3 месяца, при регулярном употреблении хватает одной –двух недель. Но нередко человек становится зависимым уже после первой же инъекции. Что случится с тем или другим конкретным индивидуумом, заранее никогда неизвестно. И поэтому не стоит думать: « Я только попробую, ведь мой друг попробовал и ничего не случилось». Никто не может с точностью сказать, что с ним этого не произойдет.

Вопрос из зала (учащейся): Как развивается наркомания ?

Нарколог. Регулярность наркотизации — начало первой стадии заболевания. Сон становится поверхностным, аппетит подавлен, уменьшается количество мочи, появляются запоры. Постепенно дозы растут. Отсутствие наркотика проявляется (через 24—48 часов) в основном в форме психических расстройств.

Продолжительность *первой стадии* при инъекционном приеме — от двух до четырех месяцев, при приеме кодеина — до полугода, при приеме внутрь маковой соломки — до нескольких лет.

На второй стадии резко вырастает толерантность (в 100—300 раз). Изменяется физиологическое действие наркотика — исчезают запоры, при простудах появляется

кашель, восстанавливается сон, сохраняется сужение зрачка. Поведение становится вялым, пассивным. Появляются признаки физической зависимости.

Формирование абстинентного синдрома («ломки») может произойти через один - два месяца регулярного употребления наркотиков. Абстинентный синдром имеет фазное течение: Начальные проявления возникают через восемь-двенадцать часов после последнего приема — расширение зрачков, зевота, слезотечение, насморк с чиханием, гусиная кожа, бессонница, снижается аппетит. Затем появляется озноб, сменяющийся жаром; потливость и слабость. Неудобство в мышцах спины, ног, шеи. К концу вторых суток появляются мышечные боли, к ним присоединяются судороги периферических мышц. «Ломка» оправдывает свое название. Больные не могут найти себе места, говорят, что «крутит», «сводит», «выламывает» суставы и т.д. Они напряжены, раздражительны, злобны. Могут быть проявления агрессии. Возможны суицидные попытки. Продолжительность абстинентного синдрома без лечения составляет пять-десять суток. После прохождения абстинентного синдрома у больного падает толерантность к наркотику («омоложение»). Именно поэтому многие наркоманы соглашаются на «лечение» только для того, чтобы «сбить дозу» и меньше тратить денег на наркотики. А после начинается все сначала. До третьей стадии большинство наркоманов не доживает. Здесь выражен не только большой наркотический синдром, но и последствия хронической интоксикации. На первом плане — физическая зависимость. Толерантность падает до одной третьей прежней дозы. Действие наркотика исключительно стимулирующее, эйфории практически нет. Для достижения физического комфорта требуется восьмая-десятая часть постоянной дозы. Вне интоксикации может отсутствовать способность передвигаться. Абстинентный синдром менее резко выражен, однако наступает скорее, и его продолжительность достигает пяти-шести недель. Именно на третьей стадии больные обращаются за медицинской помощью, поскольку не могут достать необходимого количества наркотика и страдают от длительных проявлений абстинентного синдрома.

Смерть обычно наступает от передозировки, реже от сопутствующих заболеваний (болезни печени, СПИДА). Продолжительность жизни опийного наркомана в настоящее время редко превышает тридцатилетний рубеж.

Учащийся: Все что было сказано относится к «тяжелым» наркотиками, но есть же «легкие» наркотики, а также наркотики, не вызывающие привыкания.

Нарколог: Казалось бы, это действительно так. Если потреблять только вторые и третьи и не часто, то ничего страшного не произойдет. Для того чтобы начались «ломки», необходимо употреблять наркотики довольно долго и регулярно, поэтому умный и волевой человек может контролировать процесс. А раз так, то почему бы ему не попробовать? А какой же подросток не считает себя (или не пытается изо всех сил казаться) умным и волевым. К сожалению, уверенность в собственных возможностях не всегда означает, что они действительно есть. А ведь для того чтобы порвать с наркотиками, даже от самого волевого человека требуется предельное напряжение и мобилизация всех внутренних резервов организма, которых у подростка недостаточно.

Наркомания, связанная с употреблением конопли (каннабиса), производные которой (гашиш, марихуана) часто считают «легкими» наркотиками относится к наиболее распространенным в мире. Наркотический эффект зависит не только от дозы, но и от окружающей обстановки, ожиданий потребителя, его личностных характеристик. Действие наркотика начинается с чувства жажды и голода, сухости во рту. Появляется ощущение тепла. Возникает эйфория, с многоречивостью, ускорением темпа мышления, бурным потоком ассоциаций. Увеличивается моторная активность. Любые действия и слова окружающих вызывают дурашливый неудержимый смех. Суживается контакт с окружающими. Возникают иллюзии, звуки приобретают особый резонанс. Эффект неустойчив — могут возникать приступы тревоги, страха. Затем происходит спад возбуждения. Длительность интоксикации зависит от дозы и продолжается от 30 минут до нескольких часов. По выходе из опьянения резко повышается аппетит (вплоть до состояния булемии — «волчьего голода»). Сознание ясное, присутствует апатия, вялость, которая переходит в сон.

При передозировке — зрачки расширены, лицо гиперемировано. Отмечаются выраженная тахикардия, повышение артериального давления, нарушение координации движений. Больной находится в оглушении, которое через коллапс может перейти в сопор кому. Психически отмечаются признаки острого психоза, с возбуждением, галлюцинациями, отрывочным бредом, колебаниями аффекта.

В течение первого года эпизодического (один-два раза в неделю) употребления гашиша привыкания и пристрастия к наркотику не развивается. При увеличении же употребления течение года развивается первая стадия. Потребление принимает

систематическую форму, растет толерантность, изменяется действие наркотика — нет гиперемии, тахикардии, тревоги. Влечение к наркотику — обсессивное. Возможно совместное его применение с алкоголем. Длительность первой стадии — от двух до пяти лет. На второй стадии появляется синдром физической зависимости, который выражен намного слабее, чем при употреблении опиатов. Формирование этой стадии происходит через три-пять лет систематического употребления гашиша. Снижается эйфоризирующее и преобладает тонизирующее действие наркотика. Часто снижение эйфории во время опьянения толкает больного на употребление более сильного препарата. Толерантность к наркотику возрастает. Его перестают употреблять вместе с алкоголем, курят без примеси табака, принимая для усиления эффекта теплое питье. Стимулирующее действие наркотика представляет единственно возможное оптимальное состояние, приносящее психический комфорт. Вне интоксикации гашишист расслаблен, несобран, нетрудоспособен.

Абстинентный синдром развивается медленно — через два-три года систематического курения. Он характеризуется раздражительностью, нетерпеливостью, снижением настроения, потерей аппетита, бессонницей, похуданием, ознобом и тремором. Эти симптомы могут проявляться через несколько часов после отмены наркотика. Появляется тяжесть и чувство сдавленности в груди, в висках. Возникает ощущение жжения на коже и под кожей, неприятного покалывания, дерганья. Максимально проявления абстиненции продолжаются от трех-пяти дней до нескольких недель. Могут возникать психотические состояния в виде сумеречного или делириозного сознания. Третья стадия развивается через девять-десять лет постоянной наркотизации. В это время падает толерантность, наркотик оказывает только тонизирующее действие. Абстиненция носит затяжной характер. Часты психозы с шизофреноподобной галлюцинаторно- бредовой симптоматикой. Больные становятся вялыми, пассивными, замкнутыми, угрюмыми, их внимание неустойчиво, а память снижена. Но до этой стадии наркоманы доходят редко, так как в поисках прежнего «кайфа» переходят на более сильные наркотики.

Наркоманы не знают или не хотят знать, что наркотики — это яды, которые в силу своих особенностей убивают постепенно. Этим они отличаются от обычных ядов, лишаящих жизни быстро. Тем не менее результат действия первых и вторых один —

смерть потребителя. В связи с этим возникает закономерный вопрос: правомерно ли вообще говорить о «легких» и «тяжелых» наркотиках и не лучше ли честно назвать их быстро и медленно убивающими ядами.

Учащийся: Но если подойти с другой стороны, то вдоволь «насладившись» можно пройти курс лечения и избавиться от предстоящих мучений.

Психиатр: Конечно, с объективной точки зрения ситуация кажется простой: человек проходит курс лечения, его организм избавляется от физической зависимости, т. е. вновь начинают полноценно работать железы внутренней секреции, чьи гормоны ранее подменялись похожими по составу наркотическими веществами. Казалось бы, живи себе и радуйся. Но страшнее психическая зависимость, от которой избавиться очень трудно, а для большинства фактически невозможно (в среднем лишь 2—3% навсегда «завязывают»). Воспоминания о прошлом «кайфе» не дают покоя, требуя повторения опыта, а мысли о былых муках оседают в глубины подсознания и забываются (срабатывает защитный механизм психики). И человек решается попробовать «в последний раз», после чего отправляется на новый, еще более страшный адский круг. Также стоит напомнить о том, что излечившийся наркоман не сразу становится полноценным человеком, из-за чего общество здоровых людей не спешит его принимать, а старые дружки-наркоманы — отпускать.

Для того чтобы направлять свои ум и волю на разрыв с наркотиками, человек должен этого хотеть постоянно и очень сильно, а это возможно лишь в тех случаях, когда на первом месте стоят человеческие ценности и идеалы, не совместимые с наркоманией: любовь, семья, дружба, здоровье, родина, любимое дело и т. д. К сожалению, у наркоманов таких ценностей либо вовсе нет, либо они загнаны на самые дальние задворки сознания. На первом же месте у них стоит единственная сверхценность — наркотический кайф (у начинающих наркоманов) или отсрочка «ломки» (у опытных).

Эксперт врач – терапевт: Вред который наносят наркотики физическому организму человека невосполним, даже если человек избавился и от физической и от психологической зависимости. Физическое состояние бывшего наркомана соответствует старческому возрасту. Неизбежно снижается, а затем и угнетается активность дыхательного центра. Наркоман уже никогда не сможет дышать свободно Он обрекает себя на пожизненное кислородное голодание. Обычно гипоксия развивается в

старческом возрасте в результате болезней легких, сердца, сосудов, а также отравления алкоголем, угарным газом и др. Гипоксия является не посредственной причиной смерти при большинстве заболеваний. Наркоманы также чаще всего умирают от остановки дыхания при случайной передозировке наркотиков. Молодому человеку, решившему попробовать действие наркотика для испытания удовольствия, надо знать, что тем самым он надевает на свою шею удавку, которая будет все более стягиваться и в конце концов задушит его. Кашель — это защитная, полезная для жизни реакция. Человек, начавший принимать наркотики, отключает защитный механизм кашля. Даже при простуде кашля у него не возникает. В легких наркомана накапливаются слизь, гной, компоненты дыма, пыли. Его легкие можно сравнить с переполненной плевательницей: не может отхаркнуть наружу, а значит, плюет в самого себя, во внутреннее пространство своих легких. Значение сердца и сосудов всем хорошо известно. Они обеспечивают доставку в ткани всех необходимых веществ и удаление из тканей «отходов». Наркотики способствуют угнетению сосудодвигательного центра, а вследствие того снижению кровяного давления и замедлению пульса. По этой причине у наркомана всегда ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, «очистка» клеток и тканей, уменьшается снабжение клеток необходимыми им веществами. Функции всех клеток слабеют, и весь организм дряхлеет, как в глубокой старости. Наркоман уже не в силах справиться с привычным объемом работы. Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения. У наркоманов притупляются все вкусовые и обонятельные ощущения. Они уже не могут в полной мере получать удовольствие от пищи, снижается аппетит. Уменьшается выработка ферментов, желчи, желудочного и кишечного соков. Пища не в полной мере переваривается и усваивается. Наркоманы обрекают себя на хроническое голодание. Обычно они имеют дефицит веса. Наркотики вызывают спазм гладкомышечных сфинктеров кишечника, в результате этого задерживается переход каловых масс из одного отдела в другой. Возникают запоры на 5—10 дней, т.е. на такой срок каловые массы задерживаются в кишечнике. И все это время продолжают процессы гниения и разложения. Образующиеся токсины всасываются в кровь и разносятся по всему организму. Этим объясняется, что у наркоманов всегда землистый цвет лица и их кожа дурно пахнет, поэтому в палатах стоит неприятный специфический запах. До наркоманов не доходит, что они превращают свой кишечник в накопитель

фекалий. При наркоманиях угнетаются половые потребности и возможности. Гинекологи отмечают, что у девушек-наркоманок быстро развиваются атрофические процессы в наружных и внутренних половых органах, по состоянию половой сферы эти девушки напоминают старух. Они даже не могут заниматься проституцией из-за потери необходимых для этого физических качеств. У юношей-наркоманов происходит быстрое угасание потенции. У наркоманов обычно не бывает детей, а среди родившихся часты случаи уродств.

Учащийся: А как же право человека на свободный выбор в демократически устроенном обществе, не проще ли оставить наркоманов в покое, это выбор который они сами сделали, пусть живут как хотят ?

Эксперт – политолог: Главное отличие демократического государственного строя от тоталитарного заключается в том, что в условиях первого граждане сами выбирают то, что им нужнее и ближе, и сами несут ответственность за свой выбор. Наркотики — такой же объект выбора, как и все остальное. Запрещать их употребление, значит, покушаться на одну из основ демократии. Но это не так, потому что любое общество, в котором к наркотикам начинают относиться терпимо, постепенно деградирует. Став же немощным, оно теряет способность жить по законам демократии и оказывается перед необходимостью возврата к законам тоталитарного или авторитарного общества. Можно ли назвать демократическим выбором ситуацию, когда человек выбирает между чем-то хорошо известным и чем-то неизведанным, которое кажется ему понятным и привлекательным? Едва ли. А ведь именно перед такой дилеммой часто оказывается подросток, когда ему впервые предлагают попробовать наркотики. Для того чтобы убедиться в этом, достаточно вспомнить следующее: среди опустившихся наркоманов, изведавших все «прелести» своего увлечения, трудно найти хотя бы одного, который не жалел бы о своем прошлом выборе и не хотел бы вернуться к прежней здоровой жизни. Наркоманы со стажем признаются, что их всех когда-то жестоко обманули, из-за чего они добровольно выбрали совсем не то, что ожидали. Ведь крайне сложно найти такого человека, который добровольно предпочел бы постоянную боль, страх и безысходность пускай не легкой, но здоровой и перспективной жизни.

Эксперт – социолог. В этом случае никто не имеет морального права его упрекать, а тем более преследовать. В демократическом обществе человеку должно быть

позволено все, что не запрещено законом. Закон же может запрещать ему лишь те действия, которые несут прямой вред окружающим людям и природной среде. Но даже если предположить, что наркоман сумеет на какое-то время уклониться от совершения аморальных или противоправных действий, признать его социально нейтральным, а тем более полезным, невозможно. Потому что наркоман, даже самый экономный, постоянно тратит на наркотики огромные деньги. Заработать их честным трудом он не способен, особенно из-за собственной быстрой деградации. Следовательно, большая часть денег приобретает сперва аморальным и бесчестным, а затем — преступным путем.

Таким образом, даже самого безвредного из наркозависимых людей можно назвать добровольным паразитом на теле общества — человеком, считающимся нежелательным и опасным в любой, даже в самой демократической стране мира.

К сожалению, неопытных людей, пытающихся образумить наркомана, часто смущает и вводит в заблуждение следующий его аргумент: «Ну что вы ко мне пристали? Я же вас не трогаю, жить не мешаю, денег с вас не беру, вот и идите отсюда!» При этом потенциальные спасители забывают, что скорее всего все перечисленные действия наркоман совершает по отношению к другим незнакомым им людям. Например, отбирает деньги у наркоманов-малолеток, вынуждая их тем самым грабить своих сверстников и обворовывать родителей.

Наркоман объективно не сможет быть социально безвредным, даже если на него перестанут действовать внешние субъективные факторы социума: психологическое давление со стороны друзей-наркоманов, силовое — со стороны наркоторговцев и т.д. Причина — существование общих психологических законов, срабатывающих и в среде наркоманов, и в среде здоровых людей. Рассмотрим принципы их действия на примере такого типичного преступного деяния наркоманов, как привлечение новых членов в свою среду. Наркоману, как и всякому человеку, хочется общаться с новыми интересными людьми, прежними друзьями и т. д. Тем более что нынешние дружки-наркоманы быстро деградируют и приедаются. Но как наладить контакт со здоровыми, если они боятся общаться с наркоманами? Сделать их самих наркоманами. Другой вариант: наркоман, чувствуя собственную деградацию, начинает завидовать здоровым людям. У него возникает желание отомстить: нанести ущерб (физический, психический и т. д.), либо заманить в свое сообщество. Третий вариант: попробовав наркотик несколько раз и

ощутив неземное блаженство, новичок может проявить «щедрость» и поделиться своим «радостным открытием» с близкими людьми.

Как видим, в реальном мире, где действие объективных причин усиливается за счет влияния внешних субъективных факторов (давление со стороны наркомафии), наркоману остаться социально безвредным почти невозможно.

Учащаяся: Есть мнение, что если разумно и правильно использовать наркотики, можно открывать в себе новые небывалые способности и таланты, создавать шедевры, познавать высшие божественные истины, видеть сказочные миры — все это в целом может положительно сказаться на развитии личности.

Эксперт - искусствовед: Слабость данного мифа заключается в том, что он основан на устаревших или подтасованных сведениях. Современная наука имеет много фактов, опровергающих этот миф. Известно, что его непосредственными творцами были европейские художники, писатели и поэты середины и конца XIX в. — богема того времени. Их традиция продолжалась до середины XX столетия, в том числе и нашими соотечественниками. В XIX в. еще не существовало строгих научных данных о механизмах действия наркотиков, поэтому опасность их употребления не осознавалась, либо недооценивалась, а причины художественной гениальности некоторых людей и, употреблявших наркотики, ошибочно связывались с последними. Никому сейчас не известно, сколько амбициозных, но лишенных таланта людей погибли, пытаясь приобрести его с помощью наркотиков, но их было много. Современные научные исследования доказывают, что определенные виды наркотиков, которым ранее приписывался рассматриваемый нами эффект, оказывают лишь временное стимулирующее воздействие на уже имеющиеся способности и таланты человека, развитые ранее посредством долгого и упорного труда в ясном состоянии сознания. Когда же их нет, то стимулировать нечего, а значит, эффект будет нулевой. Если же учесть, что гении употребляли наркотики лишь во время творческих спадов, то станет ясно, в чем заключалась суть «бодрящего эффекта». В том, что наркотики заставляли организм этих людей «выжимать остатки» жизненной энергии. А это, особенно при регулярном «взбадривании», быстро истощало его, приводя к болезням, а иногда — к гибели гения.

Некоторые писатели и художники, экспериментируя с наркотиками, действительно видели неземные миры, встречались с фантастическими и мифическими

существами и даже вступали с ними в общение. Однако это вовсе не означает, что любой человек, попробовав аналогичный наркотик, сможет лицезреть такие же чарующие видения. Эту мысль подтверждает и опыт многих подростков-наркоманов, которые, прочитав, например, «Искусственный рай» Шарля Бодлера, удивляются, почему их собственные видения такие скучные, бледные и бедные по своему содержанию: никаких фантастических миров, ослепительных красок, неземных существ и прочих ярких и захватывающих переживаний. Ответ прост: внутренний мир художников и писателей на момент принятия наркотиков был несравненно богаче и насыщенней, чем у нынешних подростков. Первые, будучи людьми литературно и художественно образованными, уже хранили в своей подсознательной памяти обилие картин, образов, сюжетов. И именно это подсознательное содержание, причудливо переплетенное, сюрреалистически синтезированное, составляло основу их видений. Печально, что, имея столь разные начала, наркоманические пути творческой богемы прошлого и современных подростков имеют общий трагический конец — медленную мучительную гибель, сопровождаемую ужасными чувствами, страхами, видениями, всплывающими из глубин подсознания.

После всего сказанного говорить о наркотиках как о средстве положительного влияния на развитие личности неверно, так как всякое развитие предусматривает хотя бы получение новых знаний и опыта, полезных для реальной жизни. В отличие от обычных художников, которые пишут свои картины потому, что их переполняет чувство радости, вдохновение, желание поделиться с другими своим духовным богатством, многие творения наркоманов создаются ради избавления от страшной боли и ужаса.

Учащаяся: Я хотела бы дополнить выступление уважаемого эксперта. Давайте вспомним имена знаменитостей ставших жертвой пагубной страсти. : Мэрилин Монро - актриса умерла от передозировки наркотиков; Курт Кобейн -лидер группы «Нирвана» -- покончил жизнь самоубийством, приняв большую дозу наркотиков; Джим Моррисон - основатель и вокалист группы DOORS - умер в ванной гостиничного номера в Париже от передозировки наркотиков; Джимми Хендрикс - супергитарист - скончался после принятия большой дозы наркотиков в Лондоне; Элвис Пресли - аиболее вероятная причина смерти - пристрастие к наркотикам; Александр Башлачев - рок-бард - выбросился из окна, Анатолий Крупнов -основатель группы «Черный обелиск» - умер от

остановки сердца после многолетнего употребления героина». А сколько радости они бы могли доставить своим поклонникам если бы не пагубное пристрастие.

Учащийся: Я увлекаюсь историей Востока, и насколько мне известно наркотики пришли к нам именно оттуда, почему такой проблемы не существовало на в Древнем Востоке. Может быть наркотики не вредны сами по себе, просто надо правильно их использовать, как это успешно делают представители некоторых восточных культур.

Эксперт – историк. Действительно, в некоторых восточных культурах одобрялось или, по крайней мере, не запрещалось использование определенных наркотиков (опиум, гашиш), которые применялись для достижения изменения сознания и настройки организма и психики на особый, пассивно-созерцательный ритм жизни. Однако этот миф умалчивает о том, что люди, принадлежащие к рассматриваемым культурам, в результате многовекового физиологического приспособления имеют особенности организма, которых нет у представителей других народов и культур. Организм первых вырабатывает особые вещества-противоядия, благодаря которым определенные наркотики не оказывают на них такого сильного, быстрого и разрушительного действия, как на организм вторых. На современном «черном» рынке большая часть рассматриваемых «старых» наркотиков (марихуана, гашиш, опиум) относится к категории «легких» и активно вытесняется «новыми», так называемыми «тяжелыми» (героин, экстази, ЛСД-25 и др.). Их отличает не только более мощный одурманивающий эффект, но и большая токсичность. Они вызывают более сильную психологическую потребность и значительно раньше — физическую зависимость.

Учащаяся: Я считаю, что самым главным средством, которое может спасти от наркотиков является любовь. Любовь сильнее наркотической зависимости, поэтому можно спасти любимого человека, поставив его перед выбором «я или наркотики».

Эксперт – психолог. Этот специфический девичий миф. Однако история знает очень мало истинных примеров подобной спасительной любви. По большей части они — результат художественного вымысла, отражающего не столько факты реальной жизни, сколько вечную мечту человека о всепобеждающем чувстве любви. Чтобы объяснить, почему возникает такая иллюзия, обратимся к возрастной психологии и психологии любви. Для подросткового и юношеского возраста в несравненно большей степени характерна влюбленность, а нелюбовь. Поэтому девушки, которые пытаются спасти своих

молодых людей, по большей части, не любят их, а находятся в состоянии влюбленности. Это состояние, отягощенное переоценкой своих сил и недооценкой реальной опасности общения с наркоманом, часто приводит к беде. Пользуясь привязанностью подруг, их доверчивостью, незнанием, готовностью к необдуманному самопожертвованию, наркоманы могут сделать все что угодно, лишь бы превратить их самих в наркоманок. Способов существует огромное множество: от банального подсыпания наркотика в еду и напитки до разыгрывания спектаклей с участием дружков-наркоманов для того, чтобы соблазнить девушку на первую пробу. При этом не стоит строить иллюзий по поводу обязательного благородства начинающего наркомана в отношении своей «любимой». Потому что он быстро приобретает все типичные негативные черты опытного наркомана: лицемерие, подлость, лживость, готовность к преступлению против кого угодно ради своей выгоды. А то, что превращение подруги в наркоманку для него чаще всего выгодно, сомнений не вызывает.

Девушкам, твердо решившим сделать все для спасения своих друзей от наркотиков, нужно подготовиться к долгой, изматывающей, возможно, бесполезной борьбе. Им необходимо максимально обезопасить себя от превращения в наркоманок: не слушать красивых «сказок» про наркотики, не пробовать их и быть готовыми к тому, что любимый окажется совсем не тем прекрасным человеком, каким был или казался.

Эксперт – психиатр: У больных, и я подчеркивая это, наркоманией крайне сужается круг интересов — их волнует только то, что связано с наркотиком. Отмечается эмоциональное огрубление, черствость, патологическая лживость, снижение, а потом и утрата морально-этических норм. Наркоманы легко совершают преступления, не раскаиваясь в них. Речь наркомана очень характерная, она изобилует жаргонными словами. Вместе с тем выраженных психических расстройств и деменции не отмечается.

Ведущий: Есть еще один не менее распространенный миф: Лучше прожить жизнь короткую, но ослепительно яркую и веселую. Данный миф можно отнести к категории самых трудно опровергаемых, поскольку большинство представителей молодежи, искренне придерживающихся его, в большинстве оказываются людьми примитивными, легкомысленными и безнравственными. При этом внешне они могут выглядеть весьма презентабельно и вызывать зависть у своих сверстников. Каково же истинное положение вещей? *Во-первых*, переживание «кайфа» подвергает нервную

систему человека очень сильным нагрузкам, после которых ей надо отдыхать. Если же такие нагрузки становятся частыми, то организм, защищая себя, быстро снижает чувствительность. Прежние стимулы перестают доставлять сильный «кайф», и наступает скука или отвращение. В результате человек начинает искать новые способы получения «кайфа», либо усиливает прежний стимул. В итоге это приводит к нервному истощению человека и к замыканию всех его интересов на поиске новых примитивных удовольствий, вплоть до появления психологической зависимости, которая сродни наркотической. Каков же выход из подобной ловушки? Он хорошо известен — труд, творчество, познание, общественно полезная деятельность. Вопреки мнению многих, так называемых «крутых» представителей молодежи, жизнь ученых, художников, писателей, да и просто тех, кто добился результатов в интересном для них деле, отнюдь не скучна и не убога. Люди, активно занимающиеся любимым делом и саморазвитием, знают, что такое духовное наслаждение, которое, в отличие от «кайфа», приносит радость, удовлетворение и не вредит здоровью. **Во-вторых**, короткая, но яркая жизнь, о которой говорят сторонники рассматриваемого мифа, есть лишь красивая сказка. «Кайф» доставляют новизна и неожиданность. Когда эти факторы исчезают, ослабляется и «кайф». Наркотики на очень короткое время способны поместить человека в иллюзорный «рай», а затем толкнут его в реальный земной «ад» — этакий жуткий, почти беспросветный психологический тоннель, в конце которого человека ждет смерть. **В-третьих**, те люди, которые говорят о том, что не стоит заботиться о долгой жизни, потому что все равно умрешь, как правило, не знают об истинной ценности жизни, так как никогда не сталкивались с опасностью ее реальной потери. Именно поэтому их мнение — очень вредное заблуждение.

Журналист: К нам в газету пришло следующее письмо, автор которого просила обязательно опубликовать чтобы ее слова услышали тысячи, а может и миллионы людей.

«Мне 21 год, я студентка престижного университета. А еще я - наркоманка. Как начала колоться? По глупости и из-за упрямства. Решила доказать, что начну употреблять наркотики и ничего со мной не будет, не будет никакой наркотической зависимости. С тех пор прошло два года. Увы. Кайфуешь от наркотиков "недолго - потом только маешься, живешь одной мыслью: уколоться, уколоться, снять ломку, снять эту нескончаемую боль... Если нет, то начинаешь думать, где взять. Вся жизнь крутится

вокруг этого. Сейчас я в клинике. Я понимаю свою проблему и понимаю, что она будет со мной всегда. Клянусь, я постараюсь порвать с прошлым. Постараюсь не превратиться в серую массу. Когда-нибудь у меня будут дети, и я не хочу, чтобы они были заложниками моей болезни, страдали и мучались из-за глупости и слабости их матери... Всем своим знакомым и незнакомым, которые стали рабами героина, хочу сказать: кайф этот, которому вы сегодня поклоняетесь, - мимолетный и неуловимый словно призрак, а болезнь впереди длинная. Все наркоманы говорят, что хотят спрыгнуть с иглы, но порочный круг разрывать придется каждому в отдельности. Нужно вылезать из этого болота. Наркоман не знает жизни. Он не способен воспринимать прекрасное. Он живет от укола до укола. Я только сейчас стала прозревать, какая классная штука - жизнь. Наркомания — это пустые глаза, оживляющиеся только при виде шприца или таблетки! Это — атрофированные, глухонемые, бесчувственные и безнравственные души, единственным смыслом существования которых является поиск ядовитого зелья! Это — тела, корчащиеся в судорогах «ломки», — ужасающе мучительного состояния наркотического голода! Это тяжелые поражения мозга, и печени, и сердца, и всех внутренних органов! Это — инфекционные и венерические болезни! Это — СПИД — самое опасное из всех заболеваний, так как оно обезоруживает организм перед всеми другими болезнями, перед раком! Это — тяжкие преступления во имя минутного облегчения, порожденного наркотической зависимостью! Это — одна из самых частых причин самоубийств! Это — бандиты, контрабандисты, убийцы. Это — золото, оплаченное убитыми душами живых и кровью мертвых! Это — дети, еще не родившиеся, но уже искалеченные в утробе матери и обреченные на неизбывные муки после рождения! Это — горе миллионов отцов и матерей, жен и мужей; это — разрушенные семьи, невостребованные таланты, преданные чувства, сломанные судьбы! И все это — страшная плата за краткий миг искусственной, химической радости! Радости ложной, фальшивой, не имеющей ничего общего с подлинными человеческими радостями! И я хочу призвать других задуматься о жизни: ее слишком мало, чтобы разменивать на героин, на дозы и уколы».