



МИФЫ О НАРКОТИКАХ





Люди любят сказки. Некоторые — настолько, что заставляют себя в них верить. ;)

«Вредно иметь вредные привычки», — нудит что-то внутри. «Вредно. Но не для меня...» 8|

О слепой вере в мифы о наркомании — реальная история парня, который «контролировал» ситуацию. До того момента, пока в его жизни не произошли большие перемены...

STORY. PART I. АПРЕЛЬ.

- Ты говорил, что в 10-ом классе тебе предлагали попробовать наркотики. Это был первый раз?
- Да.
- Как все было?
- Мы с друзьями пошли в клуб. Перед входом они и предложили. Говорили, будет клево. И безопасно: типа, наркотики «легкие» — значит без привыкания. Я сказал «нет». По TV часто показывают людей, которые сошли с ума, когда употребляли. Я не хочу быть таким.
- Многие впервые пробуют наркотики с друзьями. Таким образом они хотят остаться в компании, доказать, что они не хуже других. Как ты к этому относишься?
- Мне нравятся мои друзья. Но наркотики... Это плохая вещь. И если друзья дают мне наркотики — значит они плохие друзья.



МИФ. «ЛЕГКИЕ» НАРКОТИКИ МОЖНО ПРИНИМАТЬ - ЭТО БЕЗОПАСНО И НЕ ВЫЗЫВАЕТ ПРИВЫКАНИЯ.

Comment'ы. С точки зрения законов, российских и международных, наркотики не разделяются на «легкие» и «тяжелые». Ответственность за незаконные операции с наркотиками (приобретение, перевозка, хранение и пр.) одинакова в случае с каждым из их видов.

Между пистолетом и пулеметом — большая разница. Но убить можно и из того, и из другого. Главное — хорошо прицелиться. Любой наркотик бьет без промаха!

МИФ. НАРКОТИКИ ПОМОГАЮТ СОЗДАТЬ ПОЗИТИВНОЕ НАСТРОЕНИЕ.

Comment'ы. Чем чаще человек употребляет наркотики для «позитива», тем быстрее без наркотиков никакого хорошего настроения не остается вообще. Остается зависимость.

Это то же самое, что спрашивать у кого-то разрешения, когда тебе захотелось улыбнуться или засмеяться. И за каждое разрешение платить потерей друзей, проблемами со здоровьем, конфликтами с законом...

STORY. PART II. ИЮНЬ.

- *Что нового произошло за месяц?*
- Вчера заходили друзья. У них были с собой наркотики. Они принимали их на балконе, чтобы мои родители ничего не заметили.
- *Твои друзья часто употребляют наркотики? Они зависимы?*
- Нет конечно! Если у них есть деньги, они употребляют. Если нет, то – нет. Они не воруют, когда хотят «чего-нибудь».
- *На этот раз ты тоже отказался? Не стал пробовать с ними?*
- Ну... Когда я увидел, что они делают, то почувствовал: хочу попробовать. Чтобы узнать, как это. Они со мной поделились.
- *Как ты себя чувствовал потом?*
- Не очень.
- *Раньше ты говорил, что не планируешь употреблять. Что ты скажешь на этот раз?*
- Только если кто-то из друзей поделится. Но не часто. Я не собираюсь покупать для себя.
- *То есть, ты считаешь, что сможешь контролировать употребление?*
- Конечно!
- *А ты не думаешь, что перейдешь на более сильные наркотики?*
- Нет! Зачем мне это?..
- *Ты сможешь вообще не употреблять, если твои друзья будут продолжать это делать?*
- Смогу.

МИФ. УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ “ОТ СЛУЧАЯ К СЛУЧАЮ” (НЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ) НЕ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ЗАВИСИМОСТИ.

Comment'ы. Никто не собирается становиться наркоманом. Однако 1 раз в месяц неизбежно приводит к 1 разу в неделю, а 1 раз в неделю — к ежедневному употреблению. Таков механизм формирования зависимости.

МИФ. ПРИЕМ НАРКОТИКОВ МОЖНО КОНТРОЛИРОВАТЬ, ОТ НИХ МОЖНО ОТКАЗАТЬСЯ В ЛЮБОЙ МОМЕНТ.

Comment'ы. Реально отказаться можно только один раз – первый. Попробовал – потерял контроль навсегда. С этого момента тебя и твою жизнь будет контролировать наркотик.

STORY. PART III. АВГУСТ.

- Ты все еще употребляешь наркотики?
- Да. Они мне нужны. Но я попробую прекратить.
- Как часто ты употребляешь?
- Почти каждый день.
- Два месяца назад я спросил: «Все под контролем?». Ты сказал: «Да». Как сейчас ответишь на этот вопрос?
- Нет, я не контролирую. Но я стараюсь.
- Еще я спросил, сможешь ли ты не употреблять, если твои друзья продолжат принимать наркотики. Ты сказал, сможешь. Что сейчас?
- Это реально сложно. Когда видишь, как употребляют, постоянно встречаешь... остановиться почти невозможно. Я пытался, но пока не получается.
- Тогда, в первый раз, ты зря присоединился к друзьям и употребил?
- Сейчас я бы этого не сделал. Я бы остановил моих друзей.
- И они бы тебя послушали?
- Да нет, наверно. Они сказали бы – это их жизнь и их дело. Реально я бы не смог ничего изменить.
- Сейчас ты сможешь действительно остановиться?
- Да. Я хочу прекратить. Если думать, что не смогу, то ничего не получится. У меня получится: я верю и думаю, что смогу.

МИФ. УПОТРЕБЛЯТЬ ИЛИ НЕ УПОТРЕБЛЯТЬ - ЛИЧНОЕ ДЕЛО КАЖДОГО.

Comment'ы. Сильное отравление, реанимация, клиническая смерть, ВИЧ-инфекция и гепатит, арест... В принципе, это могло бы быть личным делом каждого. Если бы у потребителя наркотиков не было родственников и близких, которые возят его по больницам, пытаются лечить самостоятельно, забирают из милиции, оплачивают долги...

Наркотики тянут в яму не только потребителя, но и его близких.

МИФ. Я МОГУ СВОИМИ СИЛАМИ ПОМОЧЬ БЛИЗКОМУ ЧЕЛОВЕКУ (ДРУГУ, ЛЮБИМОМУ...) БРОСИТЬ УПОТРЕБЛЯТЬ.

Comment'ы. Брать на себя роль спасителя и надеяться, что беседы и уговоры что-то изменят — бессмысленно. Это как поговорить со стеной: результат нулевой.

Все, что ты можешь сделать — выразить свое отношение к происходящему и объяснить человеку: если он не прекратит употреблять наркотики, вы расстанетесь. Это обещание НЕОБХОДИМО выполнить. Действия часто имеют гораздо больший вес, чем слова!

STORY. PART IV. СЕНТЯБРЬ.

- *Что-то изменилось в твоей жизни? Ты смог бросить наркотики?*
- Нет.
- *Что ты думаешь о наркотиках сейчас?*
- Это плохо. Если ты употребляешь, ты можешь потерять все деньги. Если у тебя недостаточно денег, ты начинаешь воровать или продавать что-то из вещей, чтобы купить наркотик. Как мои друзья. Или тебе очень плохо, и ты ничего не хочешь.
- *Ты об этом думал, когда впервые попробовал наркотики?*
- Я попробовал потому, что был с друзьями и тогда ни о чем не думал. Они это делали, и я делал.
- *А если твои друзья прыгнут с крыши, ты последуешь за ними?*
- Нет! Это не то же самое!! Прыжок приведет к немедленной смерти. А последствия от наркотиков понимаешь не сразу. Сначала, наркотики – это забавно. Потом – куча проблем. Большинство моих друзей принимает наркотики. Недавно мы с лучшим другом решили прекратить. Хотя я не уверен, что он сможет. Он недостаточно сильный.
- *Ты думаешь, тебе будет легче, чем другу?*
- Да. У него слабая воля. Я сильнее. Я смогу. И буду меньше общаться с друзьями, которые употребляют.

**МИФ. ЧТОБЫ ПРЕКРАТИТЬ УПОТРЕБЛЯТЬ,
ДОСТАТОЧНО СИЛЫ ВОЛИ И БОЛЬШОГО ЖЕЛНИЯ.**

Comment'ы. Ты можешь напрячься и навсегда отказаться от еды? Или очень сильно захотеть и никогда не ложиться спать?

Для зависимого человека наркотики, как пища и сон. Чтобы от них отказаться, одного желания и силы воли мало.



STORY. PART V. ОКТЯБРЬ.

- Ты перестал употреблять? Говорил, займешься чем-нибудь другим и будешь меньше времени проводить с друзьями.
- Я не могу прекратить общаться с друзьями. Но я могу отказаться от наркотиков. Обычно, когда другие принимали, я тоже принимал. Но сейчас я сдерживаюсь. Я сильнее.
- Ты рад этому?
- Конечно! Я же смог остановиться!



**МИФ. МОЖНО ОТКАЗАТЬСЯ ОТ НАРКОТИКОВ,
НО ПРОДОЛЖАТЬ ОБЩАТЬСЯ С ТЕМИ, КТО ИХ УПОТРЕБЛЯЕТ.**

Comment'ы. Друзей, как правило, объединяют общие интересы. Что ты будешь делать рядом с человеком, мысли которого фокусируются на «достать» и «употребить»? О чем ты будешь говорить с тем, у кого не бывает хорошего настроения без наркотика? Кстати, «под» чем-то он вряд ли захочет общения с тобой.



STORY. PART VI. СЕРЕДИНА ОКТЯБРЯ.

- *Как дела? Ты неважно выглядишь.*
- Плохо. Мне ничего не интересно. Мне скучно. Очень плохо... Я думаю, что если буду употреблять хотя бы раз в месяц, то не случится ничего страшного. А мне будет хорошо.
- *Ты сейчас считаешь себя зависимым человеком?*
- Нет. Я же не похож на наркомана



МИФ. НАРКОМАНЫ - ЭТО ТЕ, КТО
УПОТРЕБЛЯЮТ КАЖДЫЙ ДЕНЬ, СИДЯТ ПО ПОДЪЕЗДАМ,
ПЛОХО ВЫГЛЯДЯТ И СОВЕРШАЮТ ПРЕСТУПЛЕНИЯ.
Я НЕ ТАКОЙ - ЗНАЧИТ Я НЕ НАРКОМАН.

Comment'ы. Глупо делить людей, употребляющих наркотики, на «не совсем наркоман», «почти наркоман» или «абсолютный наркоман». Наркоман — это человек, попавший в зависимость от химического вещества. Не важно, что и как часто он принимает. Если он не видит сходства между собой и придуманным портретом мифического наркомана — это еще один самообман, попытка оправдать себя и отдалить тот день, когда все-таки придется признать: «я — зависимый».

STORY. PART VII. ДЕКАБРЬ.

- *Мы не виделись больше месяца. Ты чист от наркотиков?*
- Да. Уже 3 недели!
- *За это время у тебя был соблазн принять?*
- Много раз. Обычно друзья проверяют меня: спрашивают, не хочешь ли.
- *Твои друзья все еще употребляют?*
- Да, почти каждый день и не собираются останавливаться. Типа, «употребляем давно и живем прекрасно».



**МИФ. ЕСТЬ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ
МНОГО ЛЕТ И ПРЕКРАСНО ЖИВУТ.**

Comment'ы. Довольно редко те, кто употребляет наркотики несколько лет, считают, что «живут прекрасно». Чаще от них можно услышать: «Зря я связался с наркотиками, теперь никак не бросить...». Вряд ли есть такой человек, который употреблял наркотики много лет и ни разу не пытался отказаться от них. Почему же тогда у всех появляется желание бросить, если все так «прекрасно»?

STORY. PART VIII. КОНЕЦ ДЕКАБРЯ.

- *Ты выглядишь так, будто снова употребляешь.*
- Ну да. Немного. На днях собрались с друзьями. У них было. Я долго держался. 2-3 часа. Я просто сидел сначала, курил и пил, пока они принимали. Потом не смог. Но это больше не повторится.
- *Ты уверен? Ты уже говорил, что остановился, но начал снова.*
- Сейчас я точно решил!!

Спустя несколько дней после этого разговора молодой человек оказался в больнице с передозировкой...



ЕСТЬ ВОПРОСЫ?

За консультацией психолога и юриста
ты можешь обратиться

в Центр профилактического сопровождения «Компас»

Телефоны: (351) 261-42-42, 261-44-95

e-mail: centr@kompas-chel.ru

Адрес: 454092, г. Челябинск,
ул. Переселенческий пункт, д. 10

Бесплатно. Профессионально. Конфиденциально.

О правонарушениях,
связанных с незаконным оборотом наркотиков,
можно сообщить по телефону Горячей линии
Управления Федеральной службы Российской
Федерации
по контролю за оборотом наркотиков:

(351) 267-00-01

Авторский коллектив:

- Е.А. Крапивина, психолог муниципального учреждения «Центр профилактического сопровождения «Компас».
- В.В. Соколова, психолог муниципального учреждения «Центр профилактического сопровождения «Компас».

Рецензент: С.А. Авдеев, директор муниципального учреждения «Центр профилактического сопровождения «Компас».

При подготовке данной брошюры использовались следующие источники:

1. Официальный сайт Управления Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков по г. Москве: <http://www.ugnk.mos.ru/s003.shtml>
2. Русский народный сервер против наркотиков: www.narcom.ru

Данная брошюра распространяется бесплатно с целью профилактики наркомании. Ограничения по возрасту: от 14 лет.

Издание осуществлено муниципальным учреждением «Центр профилактического сопровождения «Компас» при методической поддержке Челябинской городской общественной организации «Независимый исследовательский центр «Есть мнение», при поддержке Управления по делам молодежи Администрации города Челябинска в 2008 г.