**ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ**

**Наркотики**– это токсические вещества, вызывающие поражение многих органов, снижающие иммунитет и приводящие к ранней смерти.

Под действием наркотиков у человека происходят ***резкие изменения психики,*** появляются ***галлюцинации*** – видения, которые не существуют на самом деле. Человек начинает жить новыми ощущениями, ничего не замечая вокруг, ему могут казаться разные вещи. В таком состоянии человек способен на любые поступки и преступления, так как у него ***отсутствует контроль за своим поведением***.

**«Что такое зависимость от  наркотиков»**

Каждый раз, когда мы говорим: «Наркотики – это страшно!», мы подразумеваем, что  основной вред наркотиков для организма, их самое страшное влияние на человека состоит в способности  вызывать зависимость.

А что означает понятие «зависимость», и какая она бывает?

В  научном смысле этого слова под зависимостью понимается состояние человека, при котором употребление  им какого-либо вещества начинает занимать первое место в системе его ценностей.  Другими словами, после приема психоактивного вещества появляется  непреодолимая тяга к повторному его употреблению. При этом  человек уже не думает о смертельных опасных последствиях,  которые таит в себе это вещество. Он становится его рабом, часто слепо следующим за ним в могилу.

**Психологическая зависимость** от психоактивного вещества всегда возникает первой и проявляется в готовности наркомана пойти на все, лишь бы снова получить возможность ввести ожидаемое вещество в организм. По степени необходимости наркотик начинает занимать лидирующее место в мыслях и чувствах зависимого. Часто психологическую зависимость сравнивают с состоянием влюбленности. Ведь для влюбленного его объект воздыханий – самый главный, самый значимый; желание  встречи с ним – наивысшее из всех желаний человека. В предчувствии этой встречи он томится, страдает и готов пойти на все, лишь бы ее ускорить.

На основе психологической зависимости возникает **зависимость физическая.** Она  выражается в том, что в отсутствии  психоактивного вещества физическое состояние человека резко ухудшается. Появляются боль, тошнота, рвота, нарушения со стороны внутренних органов, все   то, что в просторечии называют похмельем или наркотической ломкой.

Это происходит потому, что за время употребления человеком данного вещества последнее сумело так «встроиться» в жизнедеятельность организма, стать так ему необходимым, что его отсутствие в обмене веществ расценивается организмом как болезненное состояние, как невозможность нормально существовать. Именно поэтому организм и начинает «требовать нового введения» вещества. Недаром алкоголики и наркоманы со стажем отмечают, что главной причиной употребления ими химических веществ является не желание получить удовольствие, а стремление к нормальному состоянию, отсутствию физического дискомфорта.

**ПОЧЕМУ ЧЕЛОВЕК НАЧИНАЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?**

Чаше всего это происходит в компании друзей. Спровоцировать первое употребление может многое: чувство любопытства; желание не показываться остальным «белой вороной»; неумение сказать «Нет»; присутствие в жизни серьезных проблем; «назло» кому-то или попытка повлиять на другого человека; просто плохое настроение или обыкновенная скука. По незнанию человек уверен в том, что попробовать один раз – не страшно. К сожалению, весь этот грозный наркобизнес построен на том, что первый раз никогда не бывает последним. Пробуя наркотик, переходя через психологический барьер, человек одновременно переступает через физиологические (на уровне тела) и юридические, и нравственные барьеры. Каждый впервые употребляющий уверен в том, что «со мной всё иначе, всё под контролем». Эта уверенность только от неопытности, которой затем, зачастую, пользуются другие.

**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ПОПАЛ В КОМПАНИЮ, ГДЕ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?**

В такой компании ты неизбежно сталкиваешься с предложениями «попробовать». По-другому не бывает. Вопрос во времени, раньше или позже. Так бывает всегда. В компании опасность по отношению к наркотику притупляется. Ты всегда рискуешь. Лучший выход из этого, если тебя не очаровывают описанные выше перспективы – уйти и найти себе более подходящий круг общения. «Будь Собой, уважай Себя». Но если ты находишься в такой компании – ты на «краю пропасти».

**НАРКОМАНОМ МОЖЕТ СТАТЬ ЛЮБОЙ ИЛИ ЭТО ЗАВИСИТ ОТ ТОГО КАКОВ ЧЕЛОВЕК?**

Любой человек, допускающий наркотики в свою жизнь, рискует стать наркоманом, хотя каждый в начале пути уверен, что это может быть с любым другим, только не с ним.

**КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ ОТ ПРОБЛЕМ С НАРКОТИКАМИ?**— во-первых, сделать для себя недопустимой саму мысль о возможности когда-либо «попробовать»;

— во-вторых, нужно научиться говорить «НЕТ!!!» и себе и другим, когда речь идёт о наркотиках;

— в-третьих, избегать компании и места, где употребляют наркотики. Выбирать себе круг общения, в котором нет места наркотикам.

**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТВОЙ ДРУГ НАЧИНАЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?**

Первый вариант – повлиять на то, что происходит самому или вместе с другими своими друзьями. Самый важный принцип - сделать так, чтобы не оттолкнуть от себя друга. Для спасения друга используй все свои знания, информацию данной памятки и любые другие доводы, которые сочтешь весомыми.

Второй вариант – если понимаешь, что ситуация вышла из-под контроля, поделись информацией со своими или его родителями, или теми взрослыми, кому ты доверяешь. Это смелый, но не простой поступок. Сначала, наверное, будет честно и правильно сообщить ему о своем решении и причинах, по которым ты решился на этот Поступок. Приготовься к атаке, реакция может быть любой (обвинение, агрессия и реакция-манипуляция). Люди, принимающие наркотики, становятся патологически лживыми, изворотливыми, сыграют любую роль с правдоподобностью профессионала. Вначале оцени, способен ли ты противостоять почти профессиональному натиску в ответ. Если не уверен, поговори об этом со своими родителями. Всё равно ведь нужно что-то делать, иначе твоему другу придётся плохо.

Наличие у человека одной зависимости обязательно подразумевает наличие или скорое возникновение другой. При этом разрушительное воздействие химического вещества, от которого возникла зависимость, неуклонно толкает его на путь от здоровья к болезни.