

1. Это всего лишь трава.

Разделять наркотики на «лёгкие» и «тяжёлые» абсурдно по нескольким причинам. Во-первых, любые наркотики наносят организму вред. Во-вторых, большинство наркоманов начинают свою «карьеру» как раз с лёгких. В результате их употребления размывается граница внутреннего запрета на употребление ядовитого зелья. И если сначала шприц пугал, то со временем, на фоне «нестрашной» травки, и первый укол становится чем-то само собой разумеющимся. В-третьих, зависимое поведение у человека формируется в результате любых наркотиков.

2. Только один раз.

Статистика показывает, что в 90 % случаях те, кто попробовал наркотик, становятся наркоманами. На самом деле, «один раз» – это переход через некоторый внутренний барьер. Сильные ощущения, но при этом ничего страшного не случилось. «Разовое употребление» – так наркологи называют первый этап, пока зелье «дарит кайф» и не предъявляет счёт. Поэтому начинающий наркоман всё больше запутывается в наркотических сетях, оставаясь уверенным, что у него всё под контролем. И даже когда начинаются проблемы с родственниками, милицией, самочувствием – он всё ещё считает, что в любой момент может бросить. Однако к этому моменту жизнь и здоровье человека уже оказываются разрушенными, а зависимость – сформированной.

3. Есть много людей, которые употребляют наркотики, но при этом успешны, долго живут, имеют счастливые семьи.

Обратимся к статистике: в среднем 5 лет живет наркоман от первой инъекции до

собственных похорон. Десятилетний стаж – исключение, и, как правило, такой долгий срок жизни связан с периодическими реабилитациями или нахождением в тюрьме, где у него не было возможности достать этот яд. Способов умереть у наркомана много: самый распространенный – от передозировки. Или от отравления примесями к основному веществу. Или от остановки сердца. Или от сепсиса. Или просто под воздействием наркотиков выпасть из окна, попасть под поезд. Что касается успешности, первое время наркоманы стараются сохранить социальный статус и внешний вид изо всех сил, потому что это помогает им справляться со страхом перед собственной загубленной жизнью. Но очень быстро наркотик становится основным стимулом в жизни, и всё остальное теряет смысл.

4. Живёшь один раз - всё нужно попробовать.

Очень популярный тезис, но в корне неверный: нельзя попробовать всё. Напротив, любой выбор – это отказ от чего-то другого. Или балет – или тяжелая атлетика, или Москва – или Париж. Или бесконечные странствия – или собственный дом. Или, скажем, героин – или... а тут на самом деле можно подставить всё остальное. Потому что наркотики не сочетаются ни с личной жизнью, ни с учёбой, ни со спортом. Выбирая их, человек выбирает смерть. Он просто и недвусмысленно отказывается от жизни вместе со всем её наполнением.

5. Молодость должна быть бурной, чтобы было что вспомнить.

Обычно под словом «бурный» понимается опыт, который граничит с гибелью: попасть в

какую-то переделку и чудом выжить, вспоминая потом это как весёлое приключение. С точки зрения психолога этот тезис укладывается в подростковое поведение, когда тинейджер «пробует на прочность» собственную жизнь, выходит победителем и тем самым убеждается в собственной неуязвимости. Проблема в том, что наркомания – не разовый риск, а гарантированная гибель, хотя и растянутая во времени. Приключения у наркоманов, безусловно, есть, но они чудовищны: гибель приятелей от передозировки, бродяжничество, участие в воровстве, драках. А главное, вспоминать молодость не придётся – жизнь закончится в молодом возрасте.

6. Со мной будут считаться даже те, кто старше меня.

Первая проба обычно бывает в компании, часто это компания более взрослых ребят. «Мне казалось, что все меня будут уважать, поймут, какой я взрослый и крутой, – рассказывает один из пациентов МНПЦ, Алексей К., – я очень гордился тем, что старшие разговаривают со мной, как с равным». Первое время Алёшу угощали бесплатно, подбадривали, а затем потребовали денег. Мальчик выглядел младше своего возраста, его стали брать «на дело» – воровать в магазинах. Закончилось всё полицией и психиатрической больницей. Очень часто на эту удочку попадаются подростки с заниженной самооценкой, для которых одобрение «крутых пацанов» – способ почувствовать собственную важность. Но на самом деле в кругу наркоманов никто никого не ценит – только используют.

7. Нужно очень много употреблять, чтобы последствия были непоправимы, а я - чуть-чуть.

Одна из стойких иллюзий даже среди наркоманов со стажем, что употребление наркотика можно контролировать. Наркологи знают, что наркоман, попадая в реанимацию с передозировкой, имея ВИЧ, гепатит С, похоронив всех друзей, остаётся уверен, что «стоит подлечиться, и я смогу по праздникам употреблять». На самом деле, не бывает «чуть-чуть». Человек или наркоман, или нет. Это лишь вопрос времени.

8. Ничего страшного в наркотиках нет, на самом деле они есть в культурах всех народов мира.

И тут в качестве аргументов в ход идут галлюциногенные грибы индейцев, курительные смеси шаманов, гашиш в Азии, да и алкоголь – тоже вещество, изменяющее сознание, принятое во всём мире. Но если присмотреться, кто же эти аргументы использует, мы увидим, что это наркодилеры, которые зарабатывают, привлекая новых «потребителей». В мире есть много чего такого, что не стоит делать частью своей жизни. Есть воровство, есть терроризм и наркотики, есть пытки и спекуляция. Но это не означает, что мы должны к этому всему относиться как к должному. К слову, алкоголизм ничем не лучше наркомании.

9. Наркотики делают меня общительным, раскованным, у меня появились настоящие друзья.

Да, делают общительным. За счёт того, что реальность воспринимается искажённой, под действием препаратов человек воспринимает происходящее нереалистично. Ему может казаться, что он всевластен, остроумен,

способен решить все проблемы. На самом деле это не так. И когда действие вещества проходит, ощущение собственной несостоятельности возвращается с новой силой. Потому что вместо того, чтобы развиваться, учиться общаться, наркоман реально пребывает в разрушительных иллюзиях по поводу своих способностей. Но это только часть проблемы: что касается дружбы, а также любви, да и просто привязанности – чем больше стаж употребления, тем менее к этому становится способен наркоман. То, что называется дружбой – способ покурить и провести время. А поскольку вся жизнь наркомана подчинена добыче наркотика, то и друзья остаются друзьями только до тех пор, пока разделяют эту губительную страсть.

10. Изменённое сознание - источник творческого взгляда на мир.

Наркоманы любят красочно описывать свои состояния, романтизируя употребление наркотиков, объясняя это «тягой к творчеству» и собственной неординарностью. А также для убедительности ссылаются на имена известных художников или писателей, забывая о том, что большинство известных наркоманов плохо кончили, несмотря на наличие таланта. Ну, а если таланта нет – наркотики его не заменят. Но главное даже не в этом: любое творчество – это деятельность. У наркомана же вся деятельность подчинена единственной цели – получить наркотик. Яркость впечатлений от вещества очень быстро блекнет, а физические и душевные страдания занимают почти всё время, гонят наркомана воровать ради дозы. До творчества ли тут?

Составитель: Муренко У. А.

Волгоградское Муниципальное учреждение
культуры
«Централизованная система детских библиотек»
Центральная городская детская библиотека
им. А.С. Пушкина
Библиографический отдел

16+

10 заблуждений



о наркотиках

Памятка

для учащихся старшего школьного возраста

**Волгоград
2025**