

«Наркотики: мифы и реальность»

Миф

Употребление наркотиков. Это возможность попасть в круг избранных.

Реальность

Человек, употребляющий наркотики, очень быстро оказывается изгоем, его начинают избегать прежние знакомые, друзья. Он оказывается в среде таких же наркоманов, опустившихся людей, преступников.

Миф

Наркотики способствуют творчеству.

Реальность

В состоянии наркотического опьянения человеку действительно часто кажется, что он делает что-то гениально. Однако чаще всего это иллюзии. На самом деле, уходя в мир иллюзий, человек перестает заниматься творчеством.

Миф

Многие пробовали наркотики, а потом бросили.

Реальность

Бросить употреблять наркотики часто очень тяжело. Человеку приходится пройти через довольно мучительный процесс "ломки". Даже от психической зависимости избавиться тяжело.

Миф

Я всегда буду знать меру, в любой момент смогу бросить.

Реальность

Попасть в зависимость от многих наркотиков можно уже после нескольких приемов. Безопасной меры здесь не существует.

Куда обратиться за помощью:

**Всероссийский телефон доверия
для детей и подростков
+7-800-200-01-22**

**Молодежный телефон доверия В УР
+7-800-200-01-22**

**Республиканский методический
центр социально-психологической
помощи молодежи «Психолог плюс»
+7 (3412) 68-08-96**

**Министерство внутренних дел по УР
Телефоны доверия:
+7 (3412) 419-373
+7 (3412) 419-474**

**БУЗ УР «Республиканский
наркологический диспансер МЗ УР»
Телефон доверия:
8 (3412) 715-333**



МБОУ «ООШ № 94»

**КАКОГО ЦВЕТА
ТВОЯ ЖИЗНЬ
СЕЙЧАС?**



Ижевск, 2022

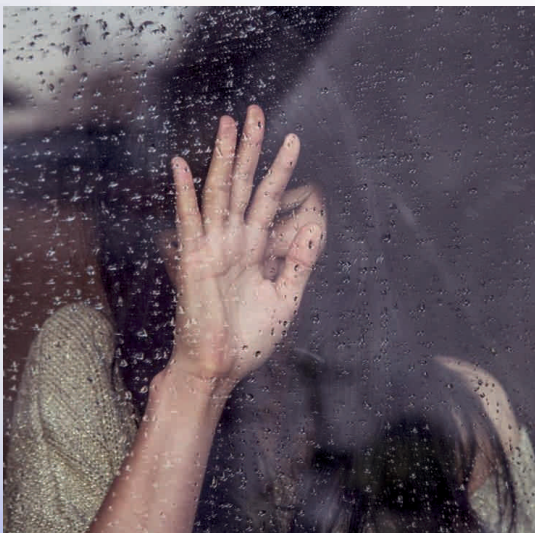
Наркозависимость – это коварное заболевание, которое может быстро распространиться (в некоторых случаях после первого применения наркотика) или развиваться только после длительного систематического употребления. Но иногда бывает достаточно одного раза.

С чего начинается употребление наркотиков среди молодёжи:

- ЛЮБОПЫТСТВО – хочется попробовать как это.....
- ЗА КОМПАНИЮ С ДРУЗЬЯМИ – куда все туда и я..
- У МЕНЯ МНОГО ПРОБЛЕМ – всё уже достало и.....
- ХОЧУ БЫТЬ ВЗРОСЛЫМ – я вам всем докажу что..

Все эти суждения очень ошибочны, потому что они приводят к необратимым последствиям

- Проблемы со здоровьем, различные заболевания
- Необратимые изменения в психике
- Деграция личности
- Риск совершения преступлений
- Трудности в учебе и на работе
- Проблемы в семье, потеря друзей
- Ранняя смертность



Многие скажут, мы и так всё знаем. Но ведь жизнь, она порой не предсказуема, и что ждёт каждого из нас впереди, мы не знаем, но всё то, что будет происходить в нашей жизни, зависит только от нас самих.

Тест «Ты в порядке сейчас?» Определи цвет своей жизни.

Инструкция: «Честно ответь на все вопросы, и подсчитай, какого цвета у тебя получилось больше».

- 1 Последнее время мне некомфортно наедине с собой.
Да _____ Нет _____
- 2 У меня есть интересное хобби.
Да _____ Нет _____
- 3 Я увлекаюсь спортом.
Да _____ Нет _____
- 4 Сигарета в трудную минуту успокаивает меня.
Да _____ Нет _____
- 5 Сейчас у меня много проблем в учебе.
Да _____ Нет _____
- 6 Верно, что наркотические вещества помогают забыть людям и решить проблемы.
Да _____ Нет _____
- 7 Я не хочу думать о своем будущем.
Да _____ Нет _____
- 8 Я стал очень раздражительным в последнее время.
Да _____ Нет _____
- 9 У меня есть близкие люди, которым я могу довериться и все рассказать.
Да _____ Нет _____

РАДУЖНАЯ ГАММА

На данный момент ты находишься в гармонии с самим собой и знаешь чего хочешь в жизни. У тебя есть четкие принципы, которым ты следуешь. И ты прекрасно понимаешь, что проблемы не решаются путем употребления наркотических средств. Так держать!

СЕРО-ЧЕРНО – БЕЛАЯ ГАММА

Возможно, в твоей жизни сейчас не простой период, и вся жизнь представляется в черных, серых и темных оттенках. Быть может идея принятия наркотических веществ дарит тебе иллюзию счастливой жизни. Остановись. И подумай. Счастлив ты? Что тебе нужно для счастья? Если ты считаешь, что тебе сложно одному справиться со своими проблемами, всегда есть те, кто тебе может помочь. Ты не один. Береги себя.