

**«Нет – наркотикам»**

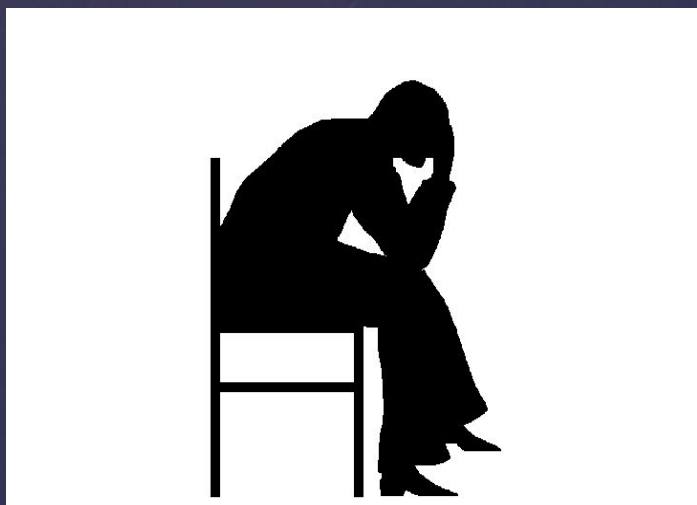
**ИЛИ**

**«Мы – за здоровый  
образ жизни»**

Наркомания – это тяжёлая  
телесная болезнь.

Продолжительность жизни  
наркоманов не превышает  
30-40 лет. Иногда их жизнь  
обрывается в самом юном  
возрасте.

# Почему люди используют наркотики?



Основные причины склонности к наркотикам – заниженная самооценка, чувства стыда, вины, одиночества и горя.

Для наркоманов наркотики –  
наиболее быстрый и довольно  
доступный способ достичь  
иллюзии внутренней  
удовлетворённости,  
отгородиться от проблем.

# Последствия наркотической зависимости.

1. Психические: человек теряет интерес к работе, зависит от наркотика, его преследует непреодолимое желание принять дозу, усиливается депрессия, деградирует личность.
2. Социальные: человек теряет близких, друзей, работу, идёт на преступления.
3. Физические: «ломки», сопровождающиеся множеством тягостных симптомов, заболевания: токсикоз мозга, печени, почек; воспалительные заболевания вен; СПИД, вирусные гепатиты и т.д.

# Тест: «Как хорошо вы можете противостоять давлению сверстников?»

1. Вы нравитесь себе и уважаете себя?
2. Вы знаете свои сильные и слабые стороны?
3. Вы доверяете себе?
4. Вы знаете какие ценности для вас действительно важны?
5. Вы знаете как самостоятельно принять решение?

6. Вы общаетесь с друзьями, которые принимают вас такими, какой вы есть?
7. Вы знаете как сказать «нет» в ответ на давление?
8. Вы знаете как себя вести в различных «давящих» ситуациях?
9. Вы несете ответственность за свои поступки?
10. Вы раздумываете, прежде чем что-либо сделать?

# Как не стать жертвой наркомании.

- Прежде чем приобретать порцию наркотиков, хорошенько подумай – это не даст тебе ничего хорошего, кроме проблем.
- Ни в коем случае не соглашайся передать кулёк или пакетик с сомнительным содержимым даже своему другу (чаще всего так и влипают в грязные истории).
- Каким бы заманчивым не показалось предложение попробовать немного «счастья» - откажись (бесплатным бывает только сыр в мышеловке).
- И, наконец, всегда помни, что **НАРКОТИКИ – ЭТО САМООБМАН, ЭТО ЗАВЕДОМАЯ ОБРЕЧЁННОСТЬ, ЭТО ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ БОЛЕЗНЬ, ЭТО ПРЕСТУПНОСТЬ, ЭТО ПРЕЖДЕВРЕМЕННАЯ СМЕРТЬ!**



Большая  
психологическая игра  
«Иной»