**Что такое наркотики и наркомания?**

Наркотики – это химические вещества, которые изменяют сознание человека и вызывают психическую и физиологическую зависимость. Наркомания – смертельное заболевание, при котором влечение к наркотику настолько сильно, что без лечения прекратить невозможно. Наркомания – особое психическое заболевание, при котором страдают не столько сознание и мышление человека, как при других психических заболеваниях, сколько сфера потребностей. Под влиянием приема того или иного наркотического вещества формируется потребность к повторным его приемам с целью по возможности постоянно находиться в состоянии вызываемого им дурмана (опьянения).

Если это вещество – алкоголь, заболевание называется алкоголизмом. Если это вещество – никотин, заболевание называется никотиноманией. Если это какое-либо иное наркогенное вещество, заболевание называется соответственно наркоманией или токсикоманией.

**Что такое психоактивные вещества?**

Психоактивные вещества (ПАВ) – химические  и фармакологические средства, влияющие на физическое и психическое состояние, вызывающие болезненное пристрастие. ПАВ– это любое вещество, которое при введении в организм человека может изменять восприятие окружающего, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции. В повседневной жизни психоактивные вещества обычно именуются наркотиками. Однако к психоактивным веществам относятся не только наркотики, но и алкоголь, табак (никотин), кофеин, летучие растворители, лекарственные психотропные средства и др.

**Чем алкоголь и никотин отличаются от наркотиков?**

Зависимость от наркотиков развивается намного быстрее, чем от алкоголя и быстрее, чем от никотина. И она намного более прочная: перестать употреблять наркотики во много раз труднее, чем бросить курить или пить спиртное. К тому же наркотики – много более ядовитые вещества: дозы их измеряются миллиграммами, и лишь в некоторых случаях граммами, тогда как алкоголь «меряют» стаканами, а никотин табака – пачками.

Вследствие особой опасности наркотиков они запрещены для употребления, а их распространение преследуется законом. Наркотизм - это явление, связанное с потреблением любых веществ, изменяющих психическое состояние человека, и вызывающих зависимость[3]. Потребление алкоголя, курение, потребление наркотиков и токсических веществ – это различные по тяжести и социальной опасности проявления наркотизма. С одними из них приходится бороться всеми силами общества, включая и правоохранительные органы (наркомания), с другими – методами антиалкогольного и антиникотинового воспитания.

**Употребление ПАВ – это личное дело каждого человека?**

Нет, употребление ПАВ и наркомания – это не личное дело каждого, хотя человек сам принимает решение начинать ли ему употреблять наркотики или, опираясь на полученное воспитание и знание о наркомании, отказаться от употребления наркотиков. «Права» на потребление наркотиков нет и быть не может, и к проблеме «прав человека» наркомания отношения не имеет.

**Почему школьники начинают пробовать ПАВ, наркотики?**

Причины употребления различны:

– из любопытства;

– ради удовольствия, желание испытать радость, восторг, наслаждение;

– как протест против родителей: «Я сам знаю, как распоряжаться своим здоровьем, своей жизнью»;

– чтобы снять напряжение.

**Как избежать негативного давления сверстников?**

Чтобы преодолеть давление вы должны знать:

– кто вы и каковы ваши ценности;

– как самостоятельно принять решение;

– как поступать в различных ситуациях.

Алгоритм действия:

Разберитесь, что происходит на самом деле: где вы; с кем вы; что они делают; как они себя ведут; как вы относитесь к тому, что происходит?

Подумайте о последствиях: как вы будете относиться к себе завтра; может ли это привести к проблемам; может ли это нанести вред вашему здоровью; будут ли ваши родители разочарованы вами; какие могут быть последствия?

Примите свое решение.

Сообщите другим о вашем решении.

**Куда можно обратиться за помощью?**

Есть много людей, которые могут дать вам хороший совет:

- проверенные друзья;

- родители – попробуйте поговорить с ними, они тоже были подростками, спросите их, как они противостояли давлению сверстников, когда были молоды;

- специалисты школьной психологической службы;

- учителя.

Не бойтесь просить помощи, это признак силы, а не слабости.

http://ru.drugfreeworld.org/