

Наркопотребление – серьезная социальная проблема

Профилактика употребления психоактивных веществ

Занятие 3. Наркопотребление и закон, механизм формирования зависимости.

Цель: способствовать формированию ответственного поведения учащихся через повышение их уровня знаний о законодательной базе, связанной с наркотическими веществами и механизмах формирования зависимости.

Вступительная часть

«На прошлом занятии мы говорили о последствиях употребления наркотических веществ. Сегодня обсудим наркотики с точки зрения закона, а так же рассмотрим механизмы возникновения зависимости».

Создание благоприятной атмосферы.

Каждом участнику предлагается определить свое настроение в настоящий момент в соответствии с каким-либо явлением или состоянием природы. Например, *солнечно.*

Время: 5 мин.

Наркопотребление и закон.

Упражнение «4 угла»

Педагог заранее готовит по 4 карточки (размером А4) на которых зафиксированы варианты ответа на каждый вопрос и развешивает их произвольно в 4 разных углах аудитории (Приложение №2). Далее, озвучивая вопросы по порядку, он предлагает каждому подойти к тому варианту ответа, который он считает правильным.

Как вы думаете, какие меры предусмотрены в законодательстве Беларуси за:

1. Употребление наркотических веществ?

- *От 8 лет лишения свободы и выше.*
- *До 2-ух лет условно.*
- *Нет ответственности (правильный ответ)*
- *До 5 лет лишения свободы.*

2. Хранение, приобретение, изготовление и переработка наркотических веществ.

- *Лишение свободы от 2-ух до 8 лет*
- *От 5 лет лишения свободы*
- *Нет ответственности*
- *Лишение свободы от 2-ух до 5 лет (правильный ответ)*

Вывод: «Невозможно употреблять наркотические вещества не приобретая

их, не храня и не перерабатывая, поэтому даже если по законодательству нет ответственности за само употребление, то все равно наркопотребление сопряжено с нарушением уголовного законодательства Республики Беларусь».

3. Как вы думаете, какие меры предусмотрены в законодательстве нашей страны за сбыт наркотических веществ, если это происходило не в одиночку, а компанией?

- От 5 до 8 лет с возможной конфискацией имущества
- От 8 до 13 лет с возможной конфискацией имущества (**правильный ответ**)
- От 2 до 5 лет с возможной конфискацией имущества
- Нет ответственности.

4. Может ли человек, передавший другому человеку сигарету с марихуаной для одной-двух затяжек, попасть под действие уголовного кодекса РБ?

- Нет, если кто-то передал по кругу.
- Да, ему грозит до 5 лет лишения свободы (**правильный ответ**)
- Да, ему грозит от 3 до 10 лет лишения свободы (**правильный ответ, в случае, если тот человек передал еще кому-то**).
- В любом случае нет ответственности.

Вывод: «Даже если человек сам не употребляет – а занимается сбытом, это несет серьезную уголовную ответственность. Даже если это происходит всего один раз. И не важно, что он может не знать, что это уголовно наказуемо».

Дополнительная информация для педагога дана в Приложении № 3

Время: 10 минут.

Механизмы возникновения зависимости.

Для того, чтобы рассмотреть механизмы возникновения наркотической зависимости, необходимо участникам помочь почувствовать ощущения человека, находящегося в зависимости. В силу своих возрастных особенностей, молодежи чаще всего не свойственно задумываться о сохранении и укреплении своего здоровья. Они не так часто сталкиваются с физическими проблемами, а состояние психического и социального благополучия еще преодолимо и не требует серьезного вмешательства.

Молодые люди меньше ценят свое физическое здоровье, но больше ценят свободу принятия решения, независимость от кого или чего-либо.

С этой целью проводится упражнение «Марионетки».

Упражнение «Марионетка» (выбирается один из вариантов).

1 вариант. Участники разбиваются на пары, на первый, второй. Вначале педагог дает задание первым номерам (отведя их в сторонку).

«Вы сейчас будете выступать в роли кукловодов. Каждый будет управлять своей марионеткой. У марионетки будут закрыты глаза (необходимо подготовить достаточное количество платков, чтобы можно было завязать глаза каждой «кукле»). Вы можете водить куклу, управлять всеми ее движениями, заставляя выполнять какие-либо действия. Но безопасности марионетки ничто не должно угрожать».

Затем педагог дает задание вторым номерам. *«Вы будете выступать в роли куклы-марионетки. Ваши глаза будут закрыты, и вы должны полностью полагаться кукловоду».* Каждый участник должен побывать в роли «куклы» и «кукловода».

Участники снова объединяются в свои пары и им дается сигнал начинать упражнение.

Через 2-3 минуты необходимо остановить процесс и дать команду старшеклассникам поменяться ролями.

2 вариант. Участников можно разбить на тройки, соответственно, два участника играют роль «кукловода». Для каждой тройки расставляются два стула на расстоянии около 3 метров. Цель «кукловодов» - перевести «куклу», стоящую на одном стуле, на другой стул. Третий человек в одном из случаев становится наблюдателем и контролирует правильность и безопасность выполнения данного упражнения. Дальнейшая схема проведения игры аналогична первому варианту.

После проведения необходимо обсудить упражнение.

Вопросы для обсуждения:

- *Какие негативные чувства вы испытывали, когда были в роли «куклы-марионетки»?*
- *Какие позитивные чувства вы испытывали, когда были в роли «куклы-марионетки»? Что было хорошо?*
- *Что вам мешало,*
- *От чего хотелось избавиться? Хотелось ли что-либо сделать самому?*
- *Зачем мы все это делали?*
- *Как вы можете связать это со своей жизнью?*

Здесь педагог может фиксировать на одной половине классной доски все положительные эмоции участников, а на другой – все отрицательные. (Эти записи можно использовать, проводя аналогии, при представлении графика формирования зависимости).

Вывод: *ни одному человеку не хочется быть зависимым. Когда в его жизнь приходит определенная манипуляция, он чувствует себя плохо. Даже если поначалу наркопотребление выглядит вроде бы и заманчиво, но человек не может заметить, когда возникает серьезная зависимость. А зачастую она может возникнуть чуть ли не с первого опыта употребления наркотиков, особенно у молодого формирующегося организма. Эта зависимость управляет человеком, как «кукловод». В упражнении мы следили за безопасностью*

передвижения, но при условии зависимости от наркотиков о безопасности нет даже и речи.

Далее мы рассмотрим, как возникает и формируется такая зависимость».

Время: 20 мин.

Интерактивная мини-лекция

Педагог представляет участникам график формирования зависимости (см. приложение №4).

Психическая зависимость появляется после первого употребления наркотического вещества. Человек же этого не замечает, и ему кажется, что он в любой момент может остановиться. Поэтому этот период называется «глухим». И только когда наступает физическая зависимость, которая формируется позже, в зависимости от вида вещества, большинство людей начинают волноваться, но оказывается, что они уже давно попали в зависимость и все не так просто и легко, как кажется поначалу.

Потому что физическую зависимость медицинские работники помогают убрать с помощью лекарств и прохождения терапии в лечебном заведении, а психическая зависимость остается на всю жизнь. Так как даже первый прием наркотика нарушает правильный обмен веществ в головном мозгу человека и он начинает регулярно чувствовать психологическую потребность в употреблении дополнительных доз.

Важно отметить в формировании зависимости «глухой период», так как это тот период, когда любой товарищ по двору или по учебе может необдуманно активно рекламировать те вещества, которые он употребляет, и сам не ощущает еще губительности своего положения.

Время: 5 мин.

Заключительная часть.

Подведение итогов.

Желающие из участников могут сказать, что стало для них ключевым моментом на данном занятии.

Можно предложить высказаться тем, кто на протяжении всех занятий меньше всего высказывался.

Время: 5 мин.

Занятие 4. Причины наркопотребления и навыки принятия решений.

Цель занятия: повысить уровень знаний о причинах наркопотребления и способствовать развитию навыков осознанного принятия решений в ситуациях, связанных с риском для здоровья.

Вступительная часть.

«На прошлых занятиях мы говорили о том, что такое наркотические вещества, наркопотребление, какие могут быть последствия наркопотребления и как формируется психическая и физическая зависимости. Сегодня мы будем говорить о причинах начала наркопотребления, что можно изменить и чему научиться, чтобы для каждого из нас это не стало причиной чего-то, что может впоследствии сильно испортить нашу жизнь».

Создание благоприятной атмосферы.

«Моя любимая вещь»

По кругу каждый участник представляется и рассказывает о той вещи, которая ему очень дорога (можно заранее попросить принести такую вещь с собой). В рассказе можно поделиться тем, почему она имеет такую ценность для тебя. В конце упражнения ведущий так же представляет свою любимую вещь. (Если упражнение вызывает затруднение, то ведущий может начать с себя).

Время: 7 мин.

Мозговой штурм.

Педагог задает группе последовательно 2 вопроса:

1. «Какие причины побуждают молодых людей употреблять наркотики?». Все ответы фиксируются на большом листе бумаги или классной доске. Необходимо дополнять и уточнять высказывания участников согласно Приложению № 5.

2. «Что может быть альтернативой в названных случаях употреблению наркотических веществ? Кто или что может помочь в случае возникновения выше приведенных обстоятельств?»

Список может получиться исходя из интересов группы разнообразный, но важно, чтобы там прозвучали следующие альтернативы:

- Обращение к доверительным специалистам за помощью в кризисных ситуациях (психолог, социальный педагог и др.).

- Разнообразие форм здорового отдыха (это может быть озвучено, как перечисление отдельных видов досуговой деятельности).

- Позитивные жизненные цели.

Вывод: необходимо понимать, что даже в самых кризисных ситуациях, которые мы можем переживать, прием наркотических веществ самое плохое решение, так как оно ведет к формированию зависимости. Но всегда есть альтернативные способы, которые помогут нам все преодолеть. Ведь мы не пробуем, например, мышьяк, или что-то, что заведомо причинит нам вред?

Время: 10 минут.

Рассмотрение умения принятия взвешенных решений.

Педагог представляет модель принятия взвешенных решений «Остановись и подумай».

«Мы принимаем массу повседневных решений, и у нас не всегда есть время на раздумья. Однако есть решения, которые сильно влияют на нашу жизнь.

- Какие вы можете привести примеры повседневных решений?
- Какие вам приходилось принимать решения, которые сильно повлияли на вашу жизнь? Или может вы находитесь сейчас в процессе принятия решения?
- Какая разница существует между этими решениями?
- Что может помочь нам принимать важные решения?

Данная модель поможет нам пошагово рассмотреть, как необходимо размышлять, чтобы наши важные решения в жизни были не под действием нашего настроения или обстоятельств, а хорошо взвешены.

Конечно, мы можем практиковаться с помощью этой модели и на таких простых решениях, как куда мне пойти проводить свободное время, с какими товарищами мне пообщаться завтра, пойти на дискотеку или в кино. Но если перед нами стоят вопросы, которые способны изменить всю нашу судьбу, то просто необходимо прибегать к логическим размышлениям и тут эта модель анализа ситуации и осознанного подхода к решению может стать огромным нашим помощником.

Шаги	Вопросы/Действия
1.Остановись (сделай паузу). Определение сложившейся ситуации	Чего это касается? В чем заключается ситуация? (дай себе отчет в том, что эта ситуация нуждается в анализе и более глубоком рассмотрении для принятия осознанного решения, определи все аспекты сложившейся дилеммы.)
2.Подумай. Определение основной цели	Чего я хочу? (варианты возможных и желаемых решений)
3.Подумай о последствиях. Определение доводов «за» и «против».	Что может произойти? (рассмотрите обе стороны последствий – позитивную и негативную)
4.Решай, что делать. Принятие решения	Какое ваше решение? (Взвесьте все последствия, сделайте наилучший для вас выбор)
5.Оцени исход. (Обычно это происходит по прошествии какого-то времени)	Считаете ли вы, что решение принято правильно?
Время: 3 мин.	

Упражнение «Остановись и подумай»

Цель: осознание привычных, прежних способов принятия решения и проработка новых навыков осознанного подхода.

Запишите 2-3 ситуации принятия решений, которые могут сильно повлиять на вашу жизнь. Это могут быть решения, касающиеся вашего здоровья, взаимоотношений с людьми, и т.д.

Педагог выкладывает на полу последовательно 5 карточек, на которых написаны шаги модели «остановись и подумай». Далее необходимо предложить участникам проиграть эти ситуации, используя предложенную модель принятия решений.

Доброволец из группы рассказывает свою ситуацию, и делает шаги в пространстве в соответствии с шагами модели, произнося свои рассуждения вслух. При необходимости, если он сильно затрудняется, можно предложить группе дополнить его рассуждения. Но решение он должен принять сам и озвучить.

Предложите участникам разобрать ситуации с принятием решений из различных сфер жизни, в том числе в отношении собственного здоровья (принятие решений, касающихся употребления наркотиков, психоактивных веществ и т.д.)

См. приложение № 6

Вопросы для обсуждения:

- *Насколько сложно или легко вам было принимать решения?*
- *Какие доводы «за» или «против» были для вас ключевыми?*
- *Что может помочь вам в принятии важного решения?*
- *Как в реальной жизни вы можете сделать принятие важных решений более эффективным?*

Если кто-либо из участников говорит о том, что в жизни он бы принял решение все-таки не в пользу здорового образа жизни (такое бывает, если сложилась доверительная атмосфера и, возможно, он уже имел рискованные ситуации в жизни), можно задать ему и всей группе следующие вопросы:

- *В чем конкретно затруднение?*
- *Какие аргументы для тебя не работают?*
- *Какие можно выработать для самого себя рекомендации, чтобы все-таки принять решение в пользу самого себя и своей независимости?*

Обычно участники в таких случаях сами в процессе обсуждения вырабатывают лучшие рекомендации для такой ситуации.

Если в этом случае не дать группе высказаться, и дать педагогу самому правильные рекомендации, то это будет крайне низкоэффективно. Молодые люди лучше воспринимают советы друг от друга.

Вывод: мы можем впоследствии сильно сожалеть о своих решениях, которые были не обдуманно. Поэтому важно давать себе в этом отчет и пробовать принимать в каждом случае обдуманно решения. Можете потренироваться на принятии менее важных решений в жизни, для того чтобы все-таки благодаря вашему анализу ваша жизнь сложилась более успешно.

Время: 20 мин.

Заключительная часть

Занятие 5. Навыки отказа.

Цель: развитие у участников навыков осознанного отказа в ситуациях, связанных с вовлечением в наркопотребление.

Создание благоприятной атмосферы.

Упражнение «шеренга по размеру обуви». Педагог предлагает участникам выстроиться в шеренгу по размеру обуви (можно выстроиться в порядке дней рождения и т.д.)

Время: 3 мин.

Вступительная часть:

«На прошлых занятиях мы говорили о последствиях наркопотребления, делали много важных выводов и учились осознанно принимать решения. Мы рассмотрели альтернативы свободного, интересного времяпровождения. Сложилось впечатление, что вы стали гораздо более мотивированы на то, чтобы отказаться от приема наркотических веществ, если вдруг такая ситуация произойдет с вами. Но в жизни каждого человека бывают ситуации, когда нам предлагают или даже заставляют что-то сделать. А мы, с одной стороны, не хотим этого, либо не уверены, что это для нас безопасно. Но, с другой стороны, боимся или стесняемся отказаться по каким-либо причинам. Сегодня мы обсудим, как можно отказаться от сомнительного предложения сохранив самоуважение.»

Участникам предлагается вспомнить ситуации (из собственной жизни, из жизни знакомых либо из фильмов, книг и т.п.), в которых героя заставляли либо уговаривали сделать что-либо нехорошее или сомнительное.

Вопросы для обсуждения ситуаций:

- *В чем именно может заключаться опасность (или неприятность) данной ситуации?*
- *В чем заключалась выгода того, кто уговаривал или заставлял?*
- *Какие способы использовались для того, чтобы заставить человека (героя) что-то сделать? Педагог резюмирует, как могут использоваться уговоры, лесть, хитрость, угрозы и т.п.*

Время: 7 мин.

Упражнение «Говорить «Нет» без чувства вины»

Цель: отработать навыки отказа у участников, в случае оказания на них психологического давления.

«Давайте рассмотрим важные составляющие для того, чтобы у нас получалось говорить «нет», сохраняя при этом самоуважение.»

1 шаг. *Внутренняя решимость. Необходимо предварительно внутри себя настроить на полный отказ.*

«Нет, я этого делать не буду и сейчас скажу об этом.»

2 шаг. *Скажите «Нет» кратко и четко без дополнительных объяснений.*

«Мне это не подходит, не нужно, не устраивает. Я этого делать не буду» необходимо сделать акцент на «Я», поставить ударение.

3 шаг. *Пауза для выслушивания провокаций партнера.*

Спокойно слушать. Перебивать – только затягивать разговор. Также нельзя оправдываться, так как таким образом собеседник, возможно, будет находить новые контраргументы к вашим. Не вступать с ним в спор и по возможности уйти от какого-либо диалога.

4 шаг. *Дайте знать собеседнику, что вы его поняли (при необходимости еще раз дайте собеседнику знать, что вы его поняли.*

Отказ необходимо повторить минимум 3 раза: «Я этого делать не буду». Эффективный отказ, когда повторяют 4 раза.

Время: 5 мин.

Для дальнейшей работы необходимо разделить участников на группы по 4-5 человек.

Каждая группа получит одну ситуацию, для которой они будут разрабатывать сценарий, вырабатывать стратегию отказа.

При этом педагог просит, чтобы в этом умении в первую очередь практиковались те, кому сложнее всего говорить «нет». Далее каждая группа проигрывает ситуацию по очереди перед всеми участниками. Если ситуация в игре заходит в тупик можно предложить кому-либо из группы подменить кого-либо из актеров (либо уговаривающего, либо пробующего сказать «нет») и попробовать разыграть эту ситуацию по другому. Но не стоит это делать более, чем 2 раза в каждом случае.

Ситуация 1: на вечеринке собралась компания друзей, двое из них очень настойчиво предлагают покурить марихуану другим, обосновывая это тем, что они обязательно должны в жизни все попробовать.

Ситуация 2: на дискотеке встретился старый знакомый и настойчиво уговаривает попробовать таблетки, которые прибавляют настроения и энергии. Его идея в том, что они не вызывают зависимости, что можно пару раз попробовать и ничего страшного не произойдет.

Ситуация 3: компания школьных друзей сидит дома у товарища и думает чем заняться.

Они начинают смотреть телевизор и все равно все скучают. К ним присоединяется еще один товарищ, и говорит, что знает отличный способ повеселиться и предлагает попробовать порошок, который стимулирует развитие творчества и очень сильно подымает настроение. Петя утверждает что от одного раза точно не возникнет зависимости.

Ситуация 4: компания друзей сидит во дворе и один из ребят - Андрей говорит, что достал таблетки, которые по слухам вызывают интересный эффект. Андрей предлагает всем вместе попробовать. Никто из компании и сам Андрей не знают, как их надо принимать, как именно они действуют на организм и каковы последствия. Однако Андрей скрыл от друзей, что таблетки очень сильные и, по слухам, от них может быть плохо.

Ситуация 5: группа друзей выехала в выходной на природу, поиграть в футбол, волейбол и покупаться. Двое из группы привезли с собой курительную смесь и настойчиво предлагают другим попробовать с ними, мотивируя тем, что это же легкий наркотик, ничего страшного не произойдет, они знают товарища, который уже полтора года ее курит и не стал зависимым.

Время на проигрывание этих ситуаций: 10 минут.

После проигрывания ситуаций проводится обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

- *Какие и в какой момент вы испытывали чувства?*
- *Был ли кто-либо, кто учился говорить «нет», кто испытал чувство удовлетворения или наоборот разочарования?*
- *Как все происходило в вашей группе?*
- *Что помогло, а что мешало?*
- *Что нужно было сделать по-другому?*
- *Как вы себя чувствуете, когда вам все-таки удалось сказать нет? Или улучшить отказ?*
- *Какие выводы можно сделать из полученного опыта?*
- *Как можно связать это с реальностью и ситуациями, которые могут встретиться в жизни?*

Вывод: нам всем в жизни приходится кому-то говорить «нет». Но если Вам предлагают попробовать наркотик, лучше сразу ответить твердым отказом.

Для того, чтобы к вам по реже обращались с неприятными просьбами и предложениями, следует научиться сразу выражать свою позицию уверенно, не пользоваться такими оборотами, как «я подумаю», «может попробую разочек». Эти обороты очень похожи на обещания. Но даже если мы научились твердо, четко, ясно и спокойно объяснять свою позицию, этого бывает не достаточно. Иногда приходится прибегать к специальным техникам отказа. Те, кто на самом деле наши друзья, будут считаться с нашим «нет».

Время: 15 мин.

Заключительная часть.

Подведение итогов.

«Вот и закончились наши занятия по проблеме наркопотребления. В течение этих встреч мы с вами говорили о причинах употребления наркотических веществ и механизмах возникновения зависимостей; о том, как

распознать «опасную» ситуацию с точки зрения наркотиков и обсудили альтернативные источники общения и получения радости».

«Игра в снежки»

Необходимо попросить каждого участника написать на заранее подготовленных листах формата А 4 пожелание своему другу. Затем лист формируется в снежок и начинается игра. Участники бросают друг другу «снежки», в конце каждый оставляет себе по одной бумаге-снежку, после чего каждый может развернуть бумагу и для себя прочитать полученное пожелание.

Время: 5 мин.

Приложение №2

Вопрос 1

Нет ответственности

30 3 Вопрос 2

Лишение свободы

от 2 до 5 лет

Вопрос 3

Лишение свободы

от 8 до 13 лет с возможной конфискацией имущества

Приложение № 3

Законодательная база в отношении наркопотребления

Статья 327. Хищение наркотических средств, психотропных веществ

1. Хищение наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров –наказывается лишением свободы на срок до пяти лет.

2. То же действие, совершенное повторно, либо группой лиц, либо лицом, которому указанные средства вверены в связи с его служебным положением, наказывается лишением свободы на срок от трех до десяти лет с конфискацией имущества или без конфискации и с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью или без лишения.

3. Действия, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи,

совершенные путем разбоя или вымогательства, либо организованной группой, либо в крупном размере, –наказываются лишением свободы на срок от семи до пятнадцати лет с конфискацией имущества или без конфискации.

Статья 328. Незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ.

1. Незаконные без цели сбыта изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка наркотических средств, психотропных веществ - наказывается ограничением свободы на срок до пяти лет или лишением свободы на срок от двух до пяти лет.

2. Незаконные с целью сбыта изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка либо незаконный сбыт наркотических средств, психотропных веществ –наказывается лишением свободы на срок от пяти до восьми лет с конфискацией имущества или без конфискации.

3. Действия, предусмотренные частью 2 настоящей статьи, совершенные группой лиц, либо должностным лицом с использованием своих служебных полномочий, либо лицом, ранее совершившим преступления, предусмотренные статьями 327–329 или 331 настоящего Кодекса, либо в отношении наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере, либо в отношении особо опасных наркотических средств или психотропных веществ, либо сбыт наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров на территории учреждения образования, организации здравоохранения, воинской части, исправительного учреждения, арестного дома, в местах содержания под стражей или в месте проведения спортивных, культурно - массовых либо иных массовых мероприятий -наказываются лишением свободы на срок от восьми до тринадцати лет с конфискацией имущества или без конфискации.

4. Действия, предусмотренные частями второй или третьей настоящей статьи, совершенные организованной группой, –наказываются лишением свободы на срок от десяти до пятнадцати лет с конфискацией имущества или без конфискации.

Примечание. Лицо, добровольно сдавшее наркотические средства, психотропные вещества или их прекурсоры и активно способствовавшее выявлению или пресечению преступления, связанного с незаконным оборотом этих средств, веществ, изобличению лиц, их совершивших, обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление.

Статья 329. Посев или выращивание запрещенных к возделыванию растений и грибов, содержащих наркотические средства или психотропные вещества.

1. Посев или выращивание в целях сбыта или изготовления наркотических средств, психотропных веществ запрещенных к возделыванию растений и грибов, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, –наказываются штрафом, или арестом на срок до шести месяцев, или ограничением свободы на срок до трех лет, или лишением свободы на тот же срок.

2. Те же действия, совершенные повторно, либо группой лиц, либо лицом, ранее совершившим преступления, предусмотренные статьями 327, 328 и 331 настоящего Кодекса, –наказываются ограничением свободы на срок до пяти лет или лишением свободы на срок от трех до семи лет.

3. Действия, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи,

совершенные организованной группой, –наказываются лишением свободы на срок от пяти до пятнадцати лет с конфискацией имущества или без конфискации.

Статья 330. Нарушение правил обращения с наркотическими средствами, психотропными веществами.

Нарушение правил производства, переработки, хранения, учета, отпуска, реализации, распределения, перевозки, пересылки, приобретения,

использования, ввоза, вывоза или уничтожения наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров,

либо инструментов или оборудования, используемых для изготовления наркотических средств или психотропных веществ, находящихся под специальным контролем, совершенное лицом, обязанным соблюдать указанные правила, повлекшее по неосторожности утрату или расхищение названных средств, веществ или предметов, –наказывается штрафом, или арестом на срок до шести месяцев, или ограничением свободы на срок до пяти лет, или лишением свободы на тот же срок с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью или без лишения.

Статья 331. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ.

1. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ – наказывается арестом на срок до шести месяцев, или ограничением свободы на срок до пяти лет, или лишением свободы на тот же срок.

2. То же действие, совершенное в отношении двух или более лиц, либо несовершеннолетнего, либо с применением насилия, либо лицом, ранее совершившим преступления, предусмотренные статьями 327, 328 или 329 настоящего Кодекса, а равно склонение к потреблению особо опасных наркотических средств или психотропных веществ – наказывается лишением свободы на срок от трех до десяти лет.

Статья 332. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических или иных одурманивающих средств.

1. Предоставление помещений для потребления наркотических средств, психотропных веществ или других средств, вызывающих одурманивание, – наказывается штрафом, или арестом на срок до шести месяцев, или ограничением свободы на срок до пяти лет.

2. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств, психотропных веществ или других средств, вызывающих одурманивание, – наказывается ограничением свободы на срок от двух до пяти лет или лишением свободы на срок от трех до семи лет.

Статья 333. Незаконный оборот сильнодействующих или ядовитых веществ.

1. Незаконные с целью сбыта изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка сильнодействующих или ядовитых веществ, не являющихся наркотическими средствами или психотропными веществами, либо их сбыт, либо хищение –наказываются штрафом, или арестом на срок до шести месяцев, или ограничением свободы на срок до пяти лет, или лишением свободы на тот же срок.

2. Те же действия, совершенные повторно, либо группой лиц, либо хищение

сильнодействующих или ядовитых веществ путем разбоя или вымогательства – наказывается лишением свободы на срок от двух до десяти лет с конфискацией имущества или без конфискации.

Приложение №4



Теория зависимости. Психическая и физическая зависимость.

Психическая зависимость – это осознанная или неосознанная потребность

в

употреблении наркотического вещества для снятия психического напряжения и достижения необходимого уровня эмоционального комфорта.

Психическая зависимость – это развитие постоянной, иногда непреодолимой,

психологической потребности, которая заставляет принимать наркотик вновь и вновь. Широко распространено мнение о том, что если физическая зависимость не формируется, то и о серьезном вреде здоровью говорить не приходится. Это не так.

Психическая зависимость ничуть не менее разрушительна. Именно она приводит к тяжелейшим депрессиям, служит причиной попыток самоубийств, толкает людей на необдуманные поступки, порождает отчаяние и страх. Преодолеть психологическую тягу, «гон» (неодолимое влечение к наркотику), бывает труднее, чем физическую зависимость, особенно если человек настолько зависим от наркотиков, что не может без них жить.

Психическая зависимость – главный признак всех наркологических заболеваний, составной частью которого является влечение к наркотику. С момента формирования именно она определяет настроение, эмоциональный фон больного, сферу его интересов, направленность волевых усилий, привязанности, диктует поведение больного в целом.

Влечение к наркотику подавляет (или извращает) даже биологические инстинкты человека, а тем более разрушает социальные формы поведения. Именно синдром зависимости определяет аутоагрессивное поведение наркопотребителя, которое некоторые авторы образно называют «хроническое», «медленное самоубийство».

Выделяют два типа психической зависимости:

- позитивный - наркотик применяется для достижения и поддержания желаемого для наркопотребителя эффекта (эйфории, чувства бодрости, повышенного настроения и т.п.);
- негативный - наркотик необходим, чтобы избавиться от пониженного

настроения и плохого самочувствия. Отказ или невозможность, по каким – либо причинам принять наркотик сопровождается ухудшением настроения, развитием депрессивных состояний, желание принять дозу наркотика приобретает навязчивый характер.

Позитивная психическая зависимость наблюдается только на начальных этапах развития наркомании!

На этапе психической зависимости человек еще сохраняет способность контролировать употребление, может выбирать, в каких ситуациях, и в какой момент принять наркотик.

Такая частичная возможность контролировать прием создает у наркопотребителя иллюзию того, что он свободен в своих решениях и сможет прекратить в любой момент.

Период, когда у человека сформировалась психическая зависимость, а физической еще нет, называют «глухим». В этот период человек:

- считает, что именно он сумеет вовремя отказаться от употребления наркотика и не попадет в полную зависимость;
- часто вовлекает других в потребление наркотиков, искренне желая, чтобы им было также хорошо, как и ему;
- не воспринимает информацию об опасности употребления наркотиков, даже если она исходит от наркоманов, находящихся в стадии физической зависимости.

Физическая зависимость - состояние, характеризующееся интенсивными физическими расстройствами. Для человека становится привычным и нормальным регулировать свое состояние с помощью наркотиков. На стадии физической зависимости человек перестает получать удовольствие от употребления наркотика. Организм уже не может «нормально» функционировать без наркотика, так как последний стал частью обменных

процессов. Приспособившийся к постоянной интоксикации (отравлению), организм в отсутствие наркотика подает сигнал о том, что нужна очередная доза, которая воспринимается как жизненная необходимость. В отсутствие наркотика развивается синдром отмены – абстинентный синдром. (Синдром – совокупность признаков, характерных для какого-либо заболевания или состояния).

Кроме абстинентного синдрома для физической зависимости характерны следующие явления:

- физическое влечение (тяга), которое выражается в неодолимом стремлении к употреблению наркотиков. Оно вытесняет даже жизненные потребности – голод, жажду и т.п., определяет настроение, диктует поведение, подавляет контроль за приемом наркотиков;
- изменение толерантности (толерантность – физиологическая способность организма приспособиваться и переносить воздействие определенных доз наркотика).

При регулярном приеме переносимость наркотика возрастает. С развитием болезни привычная доза перестает вызывать желаемый эффект и

наркопотребитель вынужден переходить ко все большим количествам наркотика. Наркоман «со стажем» может переносить дозы, превышающие смертельные для здорового человека в несколько раз.

- исчезновение защитных реакций при передозировке. Защитные реакции (тошнота, рвота, кожный зуд, обильный пот, резь в глазах и др.) – это сигналы тревоги, которые организм подает при приеме дозы наркотика, превышающей безопасный предел.

Механизм формирования зависимости.

«Пусковым механизмом» для развития зависимости являются те приятные ощущения и переживания, которые человек испытал при знакомстве с наркотиком. В головном мозге человека есть участки, которые вырабатывают вещества (эндорфины), отвечающие за формирование хорошего настроения, чувства благополучия, спокойствия и уверенности.

При поступлении в организм наркотика человек испытывает положительные эмоции и переживания, схожие с естественными (как правило, гораздо более сильные). Но возникают они не естественным способом, а под воздействием химических веществ, поступающих в мозг. В то же время организм человека устроен таким образом, чтобы «не делать ничего лишнего». Поэтому, когда эмоции начинают стимулироваться искусственно, выработка эндорфинов сокращается – зачем организму производить то, что поступает извне безо всяких усилий.

В результате недостатка эндорфинов человек испытывает недостаток положительных эмоций, стремление к получению которых заложено в человеке природой. Поэтому он вынужден вновь прибегать к наркотикам. Выработка эндорфинов продолжает сокращаться, кроме того, снижается чувствительность участков нервной системы, которые реагируют на эндорфины. Поэтому для достижения того же эффекта человек вынужден увеличивать дозу наркотика. Получается замкнутый круг.

Приложение №5

Причины начала употребления наркотиков молодыми людьми

- **Любозытство.** Молодые люди слышат о приятных эффектах воздействия

наркотиков от других людей и хотят пережить такие же ощущения. Если соблазн ощутить необычные состояния преодолевает осознание опасности последствий, то подросток может решиться на эксперимент.

- **Протест.** Молодые люди начинают употреблять наркотики как средство протеста и выражения неудовлетворенности традиционными нормами и системой ценностей.

- **Желание развлечься и получить удовольствие.**

- Очень сильным мотивом для первой пробы наркотиков может быть **стремление не отставать от друзей** или других представителей социальной группы. Вероятность приобщения подростка к наркотикам очень сильно может зависеть от того, употребляют ли их его друзья.

- **Желание добиться признания**, стараясь выглядеть более отважными и решительными, чем другие, совершая поступки, на которые другие не отважатся. Молодые люди хотят показать, что они уже взрослые и могут делать то, что не позволительно детям.

- Еще одним важным мотивом может быть **желание избавиться от внутреннего напряжения и беспокойства**, уйти таким образом от проблем, или, наоборот, обрести способность им противостоять.

Застенчивые молодые люди больше предрасположены к употреблению наркотиков, чем более смелые и уверенные в себе. Наркотики становятся средством, позволяющим чувствовать себя среди людей более комфортно. Те, кто использует наркотики, чтобы снять внутреннее напряжение и беспокойство, уйти от проблем или действительности или же компенсировать ощущение собственной неполноценности, могут незаметно

привыкнуть постоянно прибегать к наркотикам как к простому и надежному средству.

Такие подростки неуверенны в себе, пассивны, зависимы от других. Для них жизнь – источник огорчения и тревог. Они стараются по возможности избегать каких-либо активных действий, надеются найти помощь у других или же ищут выход в употреблении наркотиков.

- Для некоторых подростков главным мотивом употребления наркотиков является **достижение более глубокого самопознания и познания других людей, религиозного откровения или же обретение более высокой творческой способности.**

Человек может действительно верить, что наркотик дает такое знание: некое

мистическое ощущение и глубочайшее понимание самого себя, своих эмоциональных проблем или новое видение жизни в аспекте любовных отношений.

- Некоторые молодые люди начинают заниматься продажей наркотиков в самом раннем возрасте, прежде чем сами начинают их употреблять.

- **Проблемы в семье.** На употребление наркотиков молодыми людьми влияют следующие семейные факторы:

Взаимоотношения в семье:

- Изоляция молодого человека от семьи.

Недостаточно близкие отношения с родителями.

- Недостаточная поддержка со стороны родителей.

- Недостаток любви.

- Неудовлетворенная потребность в признании, доверии, любви.

- Недоброжелательность и враждебность родителей.

- Чрезмерно близкие отношения, вплоть до вмешательства в личную жизнь.

- Отец принимает недостаточное участие в делах семьи.

Конфликты:

- Конфликты между родителями.

- Безответственность мужа.

- Несчастливая семья.
- Несчастливая мать.
- Дисгармония в семье.
- Дети – заложники семейных ссор.
- Сильные стрессы и психологические травмы.

Ребенок – «козел отпущения»:

• Родители обвиняют ребенка во всех конфликтах и проблемах, срывают на нем свое зло.

Разводы, неполные семьи:

- Неполные семьи.
- Один или оба родителя отсутствуют большую часть времени.
- Отсутствие одного из родителей (отсутствие отца переносится особенно болезненно).

Дисциплина:

- Родители не способны управлять ситуацией в семье.
- Отсутствие последовательности в дисциплинарных требованиях.
- Дисциплина слишком строгая или слишком вольная.
- Недостаток четких правил, ограничений, указаний.
- Чрезмерная строгость наказаний.

Лицемерие:

- Двойные стандарты поведения – одни для себя, другие для детей.
- Непризнание родителями своей неправоты и ошибок.

Психологические «костыли»:

• Родители чувствуют неуверенность в борьбе с жизненными проблемами, поэтому

употребляют наркотики в качестве психологических «костылей».

• Дети не учатся у родителей противостоять трудностям, а берут пример с тех, кто

«борется» с проблемами с помощью наркотиков и алкоголя.

Недостаток общения:

- Недостаточная способность к общению.
- Родители не понимают детей.
- Родители не стремятся к общению из опасения услышать что-либо нежелательное для себя.

• Дети, которые могут открыто говорить со своими родителями, значительно

реже прибегают к наркотикам, чем те, кто такой возможностью не обладает. В случае нарушения эмоционального контакта ребенка и родителей разрушается и эмоциональная зависимость – основа воспитания. Но человек не в состоянии существовать вне группы, и он начинает искать возможность «прикрепляться» к кому-то вне семьи.

Приложение №6

Возможные сценарии для отработки навыков осознанного принятия решения.

Необходимо, чтобы участники сами прорабатывали данные шаги и предлагали свои

мысли, при затруднении можно обратиться к группе за их подсказками и вариантами.

<p>Ситуация: «Пришло время и необходимо выбирать, поступать после 9-го класса или заканчивать 11 классов»</p>	<p>Ситуация: «На вечеринке у друзей мне предложили покурить марихуану»</p>
<p>1.Остановись (сделай паузу) Определение сложившейся ситуации. «Я могу поступить средне- специальное заведение по той специальности, которое хочу после 9-го класса, также я могу остаться в школе и поступить сразу после 11-го класса в высшее учебное заведение. Я понимаю, что мне необходимо проанализировать эту ситуацию</p>	<p>1. Остановись (сделай паузу) Определение сложившейся ситуации. «Я могу согласиться и покурить, тем более мне говорят, что это круто. Могу не соглашаться и не курить. Я понимаю, что мне необходимо проанализировать эт</p>
<p>2. Подумай. Определение основной цели «Я хочу получить хорошую специальность и удачно устроиться на работу. Также я хочу как можно меньше времени потратить на учебу, чтобы уже идти работать»</p>	<p>2. Подумай. Определение основной цели «Я хочу хорошо провести время. Хочу сохранить отношения со своими друзьями, но также у меня есть определенные планы в жизни, хочу стать важным и обеспеченным</p>
<p>3.Подумай о последствиях. Определение доводов «за» и «против» «1. Поступление после 9-го. «За»: раньше получу специальность, смогу жить самостоятельной жизнью. «Против»: больше времени учиться, больше экзаменов.</p>	<p>3. Подумай о последствиях. Определение доводов «за» и «против» «1. Я соглашюсь. «За»: весело проведу время, не будет напряжения в отношениях с друзьями. «Против»: это все равно быстро закончится, не хочу стать</p>

<p>2. Поступление после 11-го . «За»: сразу на высшее, меньше учиться. «Против»: возможно мои родители не смогут оплатить учебу, если я поступлю на платное. Есть большой риск, что я все-таки не поступлю сразу на высшее</p>	<p>зависимым, на карту может быть поставлен мой будущий успех». 2. Не соглашаюсь. «За»: нет чувства вины за неправильные вещи, нет риска стать зависимым, потерять свои мечты. «Против»: друзья будут недовольны»</p>
<p>4. Решай, что делать. Принятие решения. «Принимаю решение поступать после 9-го класса</p>	<p>4. Решай, что делать. Принятие решения. «Принимаю решение не соглашаться»</p>
<p>5. Оцени исход. (Часто это происходит по прошествии какого-то времени) «Главное – это было осознанное решение, буду теперь двигаться дальше»</p>	<p>5. Оцени исход. (Часто это происходит по прошествии какого-то времени) «Думаю, что принял правильное решение, что значит недовольство товарищей по сравнению с моим будущим?»</p>