

**ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ»**

**И.В. Ярославцева
В.И. Рерке**

**Выбор за тобой!
Профилактика наркомании и токсикомании в
молодежной среде**

Пособие для студентов

Иркутск 2013

ББК

УДК

Рецензенты:

Верхозина О.А. заведующая Центром научно-методического областного государственного учреждения дополнительного профессионального образования «Иркутский институт повышения квалификации работников образования», кандидат психологических наук

Щербак В.П. заместитель директора департамента предпринимательства, инноваций и высшей школы Иркутской области

Аксютин Т.П. заместитель директора по организации методической работы областного государственного образовательного учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»

Кедярова Е.А. заведующая кафедрой возрастной и педагогической психологии ГОУ ВПО «Иркутский государственный университет», кандидат психологических наук, доцент

Ярославцева И.В., Рерке В.И. Выбор за тобой!. – Иркутск: Изд-во _____, 2013. – 43 с.

В пособии рассматриваются вопросы развития, проявлений и последствий наркомании. Предложены методики самодиагностики личности, с помощью которых можно выявить возможности противостояния наркотикам и способность сделать правильный выбор. Пособие предназначено для молодежи, выбравшей здоровый образ жизни.

Печатается в рамках реализации долгосрочной целевой программы «Комплексные меры профилактики злоупотребления наркотическими средствами и психотропными веществами» на 2011-2013 годы по заказу областного государственного казенного учреждения «Центр профилактики наркомании»

ISBN

@ Ярославцева И.В., Рерке В.И., 2013

@ Областное государственное казенное учреждение «Центр профилактики наркомании», 2013

СОДЕРЖАНИЕ

ГЛАВА 1. Все о наркомании.....	2
1.1. Наркотик и наркотическая зависимость.....	2
1.2. История распространения наркомании	11
1.3. Наркотик и смерть	14
1.4. Внешние проявления наркотической зависимости.....	18
1.5. К вопросу о юридической ответственности.....	24
1.6. Мифы о наркомании	28
ГЛАВА 2. Методики самодиагностики личности	35
Литература.....	50

Глава 1. Все о наркомании

Дорогой друг! Если ты держишь в руках эту книгу, значит тебе не безразлично свое будущее и будущее твоих друзей!

Сегодня мы будем говорить о наркотиках. Можно предположить, что с тобой уже не раз говорили на эту тему. Наверняка ты не раз слышал из уст родителей, учителей, знакомых о том, что наркотики являются самой опасной болезнью нашего века. Существуют различные способы борьбы с наркоманией. И все же одно из лекарств против этой опасной болезни - правда о ней.

1.1. Наркотик и наркотическая зависимость

Мы полагаем, что у тебя на слуху такое словосочетание как «склонность к риску». Наверное, ты даже сам задумывался над тем, а кто же имеет повышенную склонность к риску? Есть ли она у тебя?

В реальной действительности склонность к риску присутствует практически у каждого человека, только степень выраженности ее у всех людей различна. Помнишь такое выражение: «кто не рискует – тот не пьет шампанского»? Всегда ли оправдан риск? Как ты считаешь, можно ли применить данное выражение по отношению к наркотическим веществам? Давай поговорим сначала о самом понятии «наркомания».

Начнем с общего понимания термина «наркомания». Данное понятие происходит от греческого слова и означает «оцепенение безумием». *Наркомания* - тотальное (то есть затрагивающее все стороны внутреннего мира и отношений с другими людьми) поражение личности, которое в большинстве случаев сопровождается осложнениями со стороны физического здоровья. Это значит, что человек, регулярно принимающий наркотики, постепенно уничтожает свои лучшие нравственные качества, становится психически зависимым от наркотических веществ, теряет друзей, потом семью, вовлекается в преступную среду, приносит несчастье себе и окружающим. Все это происходит из-за наркотиков.

«*Наркотики*» - это вещества (официально, в установленном порядке включенные в список наркотических веществ и наркотических лекарственных средств), оказывающие специфическое воздействие на нервную систему и весь организм человека, способные снижать болевые ощущения (особые состояния наркотического опьянения), а также воздействовать на сознание и т.д. Употребление наркотиков вызывает у человека в короткие сроки формирование жесткой зависимости. Это сказывается на его физическом и психическом самочувствии. Развивается тяжелая болезнь - наркомания.

Существует следующая *классификация наркотиков*:

- во-первых, это яды растительного происхождения, используемые в чистом виде (марихуана, гашиш, получаемые из индийской конопли; грибы);
- во-вторых, это ядовитые вещества растительного происхождения, подвергаемые химической переработке (гашишное масло, опий, морфин, героин, кодеин, кокаин, крэк);
- в-третьих, синтетические, то есть искусственно созданные соединения («экстази», ЛСД и др.).

Более подробно о наркотических веществах и их влиянии на организм мы с вами поговорим чуть позже. А теперь давайте вернемся к одному из составляющих наркотической зависимости - зависимости на уровне физиологии.

Физическая зависимость развивается в результате того, что организм «настраивается» на приём наркотиков и включает их в свои биохимические процессы. Т.е. наркотики начинают выполнять функции, которые раньше обеспечивались веществами, производящимися самим организмом. Тело больного, чтобы сэкономить внутренние ресурсы, прекращает или сокращает выработку этих веществ. И сами наркотики также постоянно разрушаются ферментными системами и выводятся через почки, кишечник и лёгкие. Поэтому люди, употребляющие наркотические вещества, вынуждены периодически их пополнять. В результате физическая зависимость принуждает употреблять наркотики регулярно, без передышки. При этом если процессы организма «настроились» на прием наркотиков, то при отсутствии последних начинается абстинентный синдром (болезненное состояние), или «ломка».

В состоянии постоянного влечения человек перестает взвешивать аргументы «за» и «против», потому что все его стремления, действия, поступки направлены на поиск и прием наркотика, а в дальнейшем - на преодоление препятствий к этому. Вот тогда вся жизнь человека, употребляющего наркотики, будет напоминать бег по кругу: найти деньги, достать наркотик, употребить его, на какое-то время почувствовать себя «нормально», опять искать деньги и т.д. В результате - круг замкнулся. Между этими действиями наступает абстинентный синдром. *Абстинентный синдром* - это состояние психологических и физических нарушений, которые развиваются после резкого прекращения употребления наркотического вещества. *Он является показателем сформировавшейся физической и психической зависимости от наркотика.* Абстиненция развивается из-за того, что организм зависимого человека не может уже функционировать без наркотика. А он в свою очередь воспринимается как жизненная необходимость. Проявления абстинентного состояния будут разными для каждого вида наркотической зависимости. Но при этом он всегда включает:

1. Изменение толерантности. *Толерантность (снижение реакции на воздействие дозы наркотического вещества)* - это физиологическая способ-

руками.

.....
Но я собрал еще остаток сил, -
Теперь его не вывезет кривая:
Я в глотку, в вены яд себе вгоняю –
Пусть жрет, пусть сдохнет, -
я перехитрил!

Состояние психической зависимости проявляется в том, что человек с помощью наркотика желает добиться внутреннего равновесия и стремится вновь и вновь испытать действие наркотика. При этом на определенном этапе наркотизации человек еще сохраняет способность контролировать употребление наркотических веществ, он еще может выбирать, в каких ситуациях и в какой момент можно принять наркотик. И это ложная возможность контролировать прием наркотика создает у потребителя иллюзию того, что наркотическое вещество все еще не влияет на его жизнь, и он сможет в любой момент прекратить его употребление. К большому сожалению, это не так! В период психической зависимости наркоманы склонны искать себе подобных, быстро группироваться в «клубы» со своими «уставами» и лидерами, они обща добывают на «черном рынке» наркотики, сообща их употребляют, ищут новых потребителей. А это в свою очередь происходит благодаря применению форм давления на ближайшее окружение. Давайте посмотрим, как это происходит.

В повседневной жизни мы часто замечаем, что испытываем на себе влияние окружающей среды и других людей: изменяем свое поведение, подражая; уступаем давлению других, отказываясь от своей позиции; следуем за другими, учитываем их мнение при принятии решений, хотя внутренне этому сопротивляемся. Одним словом, ведем себя не так, как вели бы себя наедине с собой. Это говорит о том, что мы испытываем на себе формы давления, одной из которых является манипуляция.

Манипуляция представляет собой скрытое психологическое воздействие, которое, создавая иллюзии у человека, вызывает у него намерения, не совпадающие с его действительными желаниями. После такого воздействия человек уверен, что он самостоятельно принимает решения и действует в соответствии со своими желаниями, хотя это не так. На самом деле это лишь иллюзия самостоятельности. Желания уже сформированы другим субъектом. Таким образом, манипуляция выступает в качестве механизма формирования деструктивной (т.е. саморазрушающей) зависимости личности от кого-либо или чего-либо.

Осуществляется манипуляция через создание у людей определенных иллюзий об окружающей действительности или о себе. Если вы видите людей, которые создают такие иллюзии, значит они манипулируют. Рассмотрим наиболее часто встречаемый пример манипуляции - реклама и кинематограф. Благодаря скрытому воздействию на подсознание зрителей, формируются потребности, далекие от актуальных. Так, например, пиво и сигареты не яв-

ляются потребностью подростка, но он пробует их исключительно благодаря внушению, вызванному скрытым психологическим воздействием рекламы, теле- и кинофильмов. А это уже есть деструктивная зависимость. Следовательно, манипуляция со стороны СМИ выступает в качестве некоего посыла к деструктивной зависимости от алкоголя, пива, наркотиков и табака.

В целом процесс формирования деструктивной зависимости личности подчиняется универсальному принципу иллюзионизма. Рассмотрим данный принцип на примере иллюзионизма фокусника. Он включает в себя три основных этапа (Гаррифулин Р.Р., 1997).

Первый этап - пальмировка (пальмировать - прятать в ладони). На данном этапе происходит следующее: подготовка маскирующего фона; подготовка и маскировка «сюрприза», который должен поразить зрителей; исследование зрителей, вводимых в заблуждение. Именно на этом этапе иллюзионист-манипулятор выбирает окончательный алгоритм своих действий, изучая зрителей как мишеней воздействия, а именно их желание обманываться.

Второй этап – пассировка или манипуляция. Это сам процесс введения в заблуждение, представляющий собой обманные движения и пасы (пассировать – значит создавать иллюзию пустых рук и перемещения предмета из одной руки в другую). Иными словами, это отвлекающие, заблуждающие действия руками, телом, глазами. Далее следуют действия, направленные на вхождение в доверие. Данные действия разработаны и реализуются по определенному сценарию (например, иллюзионист может дать проверить свой реквизит зрителям, чтобы они убедились, что в нем нет никакого секрета). На самом деле пассировка является манипуляцией, представляющей собой вид скрытого психологического воздействия, которое ведет к возбуждению зрителей, потери их бдительности.

Третий этап – шанжировка. На этом этапе происходит замена одного предмета другим. В результате чего иллюзионист отмечает, что фокус удался.

Тот же самый принцип иллюзионизма использует наркоманипулятор с будущей жертвой, из которой он хочет сделать наркозависимую марионетку. В этом случае пальмировка представляет собой подготовительный этап перед началом воздействия наркоманипулятора на будущую жертву. В большинстве случаев пальмировка включает в себя:

- создание соответствующих условий для более эффективного воздействия на жертву;
- разведку и психодиагностику, проводимые для более правильного воздействия на жертву (изучение ее интересов, потребностей, психологических характеристик);
- выбор методов и алгоритмов воздействия (определение «слабых» мест жертвы), последовательности действий;
- сокрытие воздействия.

Для наркоманипулятора важны условия, в зависимости от которых будут варьироваться его действия. Они включают в себя: место общения (на

дискотеке, природе и т.д.), воздействующие запахи, интерьер, располагающий к иллюзиям и т.п.

Наркоманипулятор создает и культурный фон общения. Он учитывает язык, национальные традиции, культурные нормы, стереотипы восприятия, предрассудки.

Наконец, он формирует групповой контекст – совокупность интересов, объединяющих собравшихся людей, сообщество уже потребляющих наркотики и новичков.

Вполне очевидно, что жертвы обычно не догадываются о заранее создаваемых условиях атмосферы наркосборища. Так, в группе всегда будут подставные лица, которые играют роль счастливого наркомана, тем самым помогают наркоманипулятору.

Мы уже отметили, что наркоманипулятор проводит своеобразный этап психодиагностики с целью выбора «слабых» мест жертвы, алгоритмов и методов воздействия. Такая психодиагностика протекает как скрыто (замаскировано), так и явно. Если в процессе диагностики не обнаружены «слабые» места, то манипулятор начинает самостоятельно формировать такие «мишени». Рассмотрим наиболее «слабые» места будущей жертвы:

- регуляторы и побудители активности - целевые, оценочные, смысловые, мировоззренческие и т.д.;

- когнитивные (информационные) структуры - знания о людях, об определенной информации и др.;

- психологические состояния – эмоциональность, тревожность, внушаемость и др.;

- психофизиологические структуры - мозг, организм. Воздействие на них производится чаще всего психохимическим (алкоголь, транквилизаторы и др.), психофизиологическим (например, стресс, вызванный совершением противозаконного поступка), физическими способами (угроза, физическое насилие и др.).

Следующая форма давления в системе действий наркоманипулятора связана с пассивацией или манипуляцией. На этом этапе устанавливается контакт, формируется доверие к себе. Особое место занимает целенаправленное преобразование информации, т.е. происходит формирование положительных информационных и психофизических иллюзий. Так, контакты включают в себя телесный (прикасание), сенсорный (слуховой, зрительный и т.д.), эмоциональный (сопереживание, эмоциональное одобрение и т.д.), личностный, духовный (общность мыслей, ценностей) уровни взаимодействия. Заканчивается данный этап - предложением бесплатной пробы наркотического вещества.

Третий этап манипулятивного давления связан с шанжировкой. Это заключительный этап наркоманипуляции, когда жертва оказывается в наркотической зависимости, формируется психологическая и физиологическая зависимости. На этом этапе заканчивается манипуляция и начинается эксплуатация жертвы, вовлечение ее в криминальные действия. В результате происхо-

дит «смена» ролей и жертва осознает, что стала объектом обмана и манипуляции.

Рассмотрим данные этапы на достаточно типичном примере наркоманипуляции. Молодой человек, страдающий наркоманией (наркоманипулятор), испытывает постоянную нехватку денег на покупку наркотика. Он обращает внимание на то, что в его группе есть юноша или девушка из состоятельной семьи, с которым никто не дружит и у которого часто бывает плохое настроение (эти данные получены в результате «разведки» и психодиагностики). Это будут те «слабые» места, на которые и будет воздействовать наркоманипулятор. Наркоман начинает дружить с будущей жертвой (скрытое воздействие), заинтересовывает его философией буддизма, мечтой о нирване, т.е. создает соответствующий фон для более эффективного воздействия на личность жертвы. Наркоманипулятор просвещает, как можно расслабиться с помощью пива. Жертва принимает данную информацию и начинает применять ее. Возникает некое подобие дружбы между молодыми людьми, установлен эмоциональный, личностный и духовный контакты. Наркоман заслужил большое доверие жертвы (пассировка) и предложил ей, как бы в награду, принять наркотическое средство. Жертва не отказалась. Когда иссякают все домашние ресурсы жертвы, наркоманипулятор перестает дружить с ним. Жертва столкнулась с жестокой реальностью, узнав истинную цену этой «дружбы» (шанжировка). Манипулирование закончилось, началась открытая эксплуатация жертвы.

Процесс группового давления с помощью разного рода манипуляций является другой формой влияния на личность. Начнем с того, что приведем пример наиболее типичных ситуаций, которые иллюстрируют данный феномен. Например, члены учебной группы решили уйти с занятий, но несколько человек это делать не хотят, и на них начинают давить одноклассники, желающие «сбежать»: «Ты будешь предателем!», «Ты боишься!», «Ты - маленький сынок!». Это достаточно агрессивный вариант давления. Часто в таких случаях используется просьба: «Мы всегда все делали вместе!», «Не отрывайся от общества!». Особенно усердствуют в уговорах и провокациях те члены группы, которые чувствуют себя в группе менее уверенно и тем самым пытаются, с одной стороны, продемонстрировать преданность группе, с другой – подстегнуть самих себя на несправедливое общее дело. Многие ощущают себя в таком случае в тупике, и как результат - подавленное состояние и абсолютная беспомощность.

Чтобы авторитет не оказал влияние, нужно уметь противостоять групповому давлению. Одной из эффективных стратегий выступает стратегия формирования уверенности в себе. Убедительно причину неуверенности в себе показали психологи А.Бандура (теория социального научения) и М.Селигман (теория «выученной беспомощности»).

С позиций первого подхода репертуар навыков уверенного или неуверенного поведения возникает как результат копирования ребенком тех стереотипов поведения, которые он имеет возможность наблюдать. С других позиций «выученная беспомощность» и ее возникновение объясняются пре-

имущественно как недостаток веры в эффективность собственных действий. Негативные оценки, критика, неуспех порождают переживания, сомнения, тревогу у подростков, и одним из способов повышения самооценки являются заменяющие действия с сигаретой или наркотиком.

Таким образом, и педагогам и учащимся необходимо научиться распознавать структуру иллюзионизма и манипуляции в различных деятельности, особенно в тех, которые ведут к деструктивной зависимости и негативным последствиям. Манипуляция и зависимость в случае наркомании являются этапами организованного иллюзионизма. Вот таким образом наркоман «со стажем» затягивает в свои сети новичков. Если же он решает бросить наркотики, то ему сложно, во-первых, разорвать прежние связи, во-вторых, справиться с абстинентным синдромом.

Люди, страдающие наркоманией, долгое время не обращаются к врачу. В больницу они попадают в состоянии сильного отравления ядами (передозировки) или в состоянии сильной «ломки», когда больного «трясет» так, что он уже не может ничего скрыть. Но без помощи врачей от страшной зависимости избавиться нельзя. Иногда и помощь приходит поздно.

Как результат - жизнь, похожая на ад, и смерть в расцвете лет – вот цена любопытства, риска и ложной романтики! Подумайте! Стоит ли за несколько минут сомнительного счастья отдавать свою жизнь?

Поймите, мы ни в коем случае не хотим вас запугивать, мы лишь хотим рассказать о тех последствиях, с которыми сталкивается человек, начавший принимать наркотические вещества. Но прежде немного истории.

1.2. История распространения наркомании

О том, какую роль играют наркотики в жизни человека, ходит много разных мифов. Одни говорят одно, другие – другое. Чему верить? Красивым заманчивым мифам или грустным и мрачным исповедям наркомана?

А вместе с тем, наркотики знакомы людям уже несколько тысяч лет. Их употребляли люди разных культур в разных целях: во время религиозных обрядов, для восстановления сил, для снятия боли и неприятных ощущений. Уже в дописьменный период есть свидетельства того, что люди знали и использовали психоактивные химические вещества: алкоголь и растения, потребление которых влияет на сознание.

Различные растения, вызывающие физиологические и психические изменения, использовались обычно в религиозных обрядах или при проведении медицинских процедур, например, использование на Ближнем Востоке в V тыс. до н.э. «злака радости» (по всей видимости, опиумного мака). Люди каменного века знали опиум, гашиш и кокаин и использовали эти наркотики для изменения сознания (в ходе религиозных обрядов) и при подготовке к сражению. На стенах погребальных комплексов индейцев Центральной и Южной Америки есть изображения людей, жующих листья коки (один из способов приема кокаина), датируемые серединой III тыс. до нашей эры.

Около 2700 г. до н.э. в Китае уже использовали коноплю (в виде настоя, как чай): император Шей Нунг предписывал своим подданным принимать ее в качестве лекарства от подагры и рассеянности. Нужно, правда, иметь в виду, что факт использования наркотика в одной культуре не дает нам права предполагать, что и в других культурах в это же самое время люди знали этот наркотик и употребляли его. Как и сейчас, в употреблении наркотиков людьми разных культур есть и сходства, и различия.

Европейцы узнали опиум и гашиш, широко распространенные на Востоке, в результате крестовых походов и путешествий Марко Поло. Основные психоактивные вещества, привезенные в Европу из Америки - кокаин (из Южной Америки), различные галлюциногены (из Центральной Америки) и табак (из Северной Америки) появились в Европе в результате колониальных завоеваний.

Как показали исследования, между культурами происходил двусторонний обмен. Родина кофейного дерева - Эфиопия. Европейцы познакомились с кофейным напитком в XVII веке, когда моряки завезли кофейные зерна в Южную Америку, которая теперь является главным мировым производителем кофе. Добавим, что из Европы в Америку пришел алкоголь, полученный в результате перегонки, а в Чили в 1545 году появилась конопля.

1938 год стал очень важным в истории наркомании. В этом году швейцарскому химику Альберту Хоффману удалось синтезировать лизергиновую кислоту (ЛСД), что явилось началом развития массового употребления наркотиков в размерах, которые до этого не имели прецедента в истории человечества. После экспериментов Хоффмана с ЛСД этот наркотик был занесен в группу так называемых психозомиметических средств, так как была

подтверждена его способность вызывать у человека необычайные состояния, похожие на психоз. *Сегодня научно доказано, что даже однократная проба ЛСД изменяет генетический код человека.*

И, тем не менее, до начала XX века практически не существовало ограничений на производство и потребление наркотиков. Иногда делались попытки сократить или вообще запретить использование определенных веществ, но они были непродолжительными и, как правило, неудачными. Например, табак, кофе и чай были поначалу встречены Европой в штыки. Первый европеец, закуривший табак, - спутник Колумба Родриго де Херес - по прибытии в Испанию был заключен в тюрьму, так как власти решили, что в него вселился дьявол. Было несколько попыток объявить вне закона кофе и чай. Известны и случаи, когда государство не запрещало наркотики, а наоборот, содействовало процветанию торговли ими. Лучший пример - вооруженные конфликты между Великобританией и Китаем в середине XIX века. Они называются опиумными войнами, потому что английские торговцы ввозили в Китай опиум. К середине XIX века несколько миллионов китайцев пристрастились к опиуму. В это время Китай, безусловно, вышел на первое место в мире по потреблению опиума, большая часть которого выращивалась в Индии и переправлялась в страну англичанами. Китайское правительство приняло множество законов о контроле над импортом опиума, но ни один из них, включая полное запрещение, не возымел желаемого действия.

Америка также пострадала от волны наркотиков. Наркомания захватила «черный» рынок еще в 20-х годах XX века. Это колесо смерти прокатилось и по Европе в 50-е годы и уткнулось в сталинский железный занавес, который спас Россию от наркотиков, но ненадолго. В 90-е годы наркотики вместе с другими западными «ценностями» пришли к молодежи, распространяясь по подвалам и улицам городов и поселков. Основная часть наркоманов периода перестройки - подростки, которые психологически намного слабее взрослых, и оказались не в состоянии отказаться попробовать наркотики.

Как это ни покажется парадоксальным, но даже сегодня, когда не осталось ни одной проблемы, ни одного вопроса, которые не подверглись бы тщательному препарированию в средствах массовой информации, далеко не все имеют четкое представление о масштабах проблемы наркомании. А она почти повсюду в мире превратилась в грозную опасность как для граждан, так и для государственных институтов. Информация большинства стран мира свидетельствует, что злоупотребление наркотиками распространилось во всех социальных слоях и возрастных группах, особенно среди молодежи. Дети и подростки в настоящее время приобщаются к наркотикам в более раннем возрасте, чем в недалеком прошлом.

Мы полагаем, что вам известно о том, что многие знаменитые люди уходят из жизни из-за наркотической передозировки. Наркомания, как и любая болезнь, не щадит никого. К сожалению, многие знаменитые люди употребляли наркотики: особенно, в мире музыки и поэзии. Подобные факты иногда воспринимаются молодыми людьми в качестве оправдания употребления наркотиков.

В основе этого лежит вполне понятное желание быть чем-то похожим на знаменитых людей. Но вместо того, чтоб попытаться тоже чего-то добиться (ведь знаменитыми становятся благодаря труду, а не благодаря употреблению наркотиков) наивные юноши и девушки повторяют ошибки кумиров. В глубине души они считают, что, начав употреблять наркотики, тоже становятся великими людьми. К тому же, потребление наркотиков не требует от них ни напряжения творческих сил, ни ума.

1.3. Наркотик и смерть

Если проанализировать биографии музыкантов, поэтов, употреблявших наркотики, можно увидеть: именно наркотики помешали им полностью реализоваться. Жизнь большинства известных наркоманов трагически оборвалась еще в молодости. А сколько никому не известных талантов погибло от наркотиков, поддавшись моде и подражанию? Зачем же копировать в том, что уничтожало талант?

От наркотиков умерли: гитарист группы Sex Pistols Сид Вишес (21 год), Дженис Джоплин (23 года), гитарист группы Manic Street Preacher Ричи Меник (25 лет), вокалист группы Nirvana Курт Кобейн (26 лет), Джими Хендрикс (27 лет), гитарист группы Rolling Stones Брайан Джонс (27 лет), вокалист группы Doors Джим Моррисон (28 лет), Тим Бакли (28 лет), барабанщик группы Led Zeppelin Джон Бонем (33 года), вокалист группы AC/DC Бон Скотт (33 года), Элвис Пресли (42 года), вокалист группы Grateful Dead Джерри Гарсия (52 года), Дон Черри (59 лет).

Вот несколько историй, но прежде вспомним диалог литературных героев Шерлока Холмса и Ватсона из романа Конан Дойла «Знак четырех».

Ватсон: «Шерлок Холмс взял с камина пузырек и вынул из аккуратного сафьянового несессера шприц для подкожных инъекций. Нервными длинными белыми пальцами он закрепил в шприце иглу и завернул манжет левого рукава. Несколько времени, но недолго он задумчиво смотрел на свою мускулистую руку, испещренную бесчисленными точками прошлых инъекций. Потом вонзил острие и удовлетворенно вздохнул. Три раза в день в течение многих месяцев я был свидетелем одной и той же сцены, но не мог к ней привыкнуть. Но в тот день... я не выдержал и взорвался...»

Холмс: «Возможно, вы правы, Ватсон. Наркотики вредят здоровью. Но зато я открыл, что они удивительно стимулируют умственную деятельность и проясняют сознание. Так что их побочным действием можно пренебречь».

Ватсон: «Но подумайте, какую цену вы за это платите! Я допускаю, что мозг ваш начинает интенсивно работать, но это губительный процесс, ведущий к перерождению нервных клеток и в конце концов к слабоумию. Вы ведь очень хорошо знаете, какая потом наступает реакция. Нет, Холмс, право же, игра не стоит свеч! Как можете вы ради каких-то нескольких минут возбуждения рисковать удивительным даром, каким природа наделила вас? Поймите, я говорю с вами не просто как приятель, а как врач, отвечающий за здоровье своего пациента».

Ты можешь сказать, зачем мне знать историю пусть знаменитого, но все же литературного персонажа? Но судьба у наркомана порой складывается однотипно.

Так что же побуждает человека пробовать наркотическое вещество? Скорее всего, это желание испытывать новые ощущения, улучшить свои способности, успокоиться, забыться и так далее. Большинство молодых людей знакомится с наркотиками в компаниях сверстников. Помимо любопытства,

первые «пробы» могут быть продиктованы желанием «самоутвердиться» или завоевать популярность. Все это было и в жизни Элвиса Пресли.

У него было в жизни все: фанатичные поклонницы, громкая слава, деньги и необыкновенный талант певца. Его жизнь, яркая и динамичная, оборвалась в сорок два года. В последние годы это был совершенно разбитый и уставший человек. Его кровь была перенасыщена наркотиками. С ними он вставал и ложился. Наркотики были спутниками его жизни.

Погиб он, конечно, из-за наркотиков. Как только певец приезжал на гастроли в какой-нибудь город, он сразу же посылал своих дружков раздобыть ему дозу. Его сводный брат Дэвид Стенли вспоминает случаи в Лас-Вегасе, когда не удалось достать для Элвиса наркотики. "Он вскочил на стол, вытащил пистолет и закричал: "Да я могу, если захочу, купить весь этот город с его чертовыми складами наркотиков. Я получу, что хочу. А вы, придурки, должны решить - со мной вы или нет!"

В 1969 году Элвис возобновил свою певческую карьеру и еще больше попал в зависимость от наркотиков. Вот что говорил о нем телохранитель Рик Стенли: "Он перестал сдерживать себя и начал колоться. Когда он сел на иглу, я стал серьезно беспокоиться за его здоровье. Его тело стало напоминать подушечку для иглолок".

Все это время поклонники не знали о пагубном пристрастии певца.

В конце своей жизни Элвис чрезвычайно злоупотреблял наркотиками. Только за последние два года он получил от своего врача 19 тысяч доз различных наркотических веществ. У него стали выпадать волосы, а тело и мозг были настолько пропитаны наркотиками, что нарушились функции внутренних органов, и его ассистенты вынуждены были подкладывать перед выступлением под его расшитый золотом костюм пеленки. Элвис регулярно лечился в клинике из-за вздутия кишечника и болей в печени, но беспорядочный образ жизни сводил все усилия врачей на нет. У Пресли были телохранители и преданные слуги, тысячи так называемых друзей, но в трудный момент никого не оказалось рядом с великим певцом... Три часа безжизненное тело Элвиса Пресли остывало на коврике в ванной комнате...

Еще одна история жизни. Джим Моррисон. Его смерть наступила 3 июля 1971 года в Париже и произошла незаметно.

От начала и до конца своей блестящей, но короткой карьеры Джим Моррисон писал о смерти, говорил о смерти и изображал смерть на сцене. У него было множество причин для подобной мании смерти, и он мучительно пытался выразить их. Прежде всего, он рассматривал жизнь как попытку высвободиться из смертельных объятий безумия и бесчувственности, отупляющего воздействия повседневности. И единственный способ прорваться к страсти, свету и экстазу была для него жизнь в опасности. Одной из таких опасностей - наркотики...

То, что причиной смерти и самого Джима Моррисона был героин, подтверждает рассказ Дэнни Шугермэна в книге "Авеню в стране чудес", где он описывает вечер, который певец провел со своей подругой, когда они "кололись коричневым сахаром" (мексиканский героин). Она сказала: "Я убила

его. Это был мой наркотик... Он узнал, что я готовлю его, и - ты знаешь Джима решил попробовать. И я ему дала. Он никогда раньше его не принимал, а я ему дала. Потом он сказал, что плохо себя чувствует... Мне надо было вызвать "скорую", но я махнула рукой... Когда я проснулась на рассвете... я зашла в ванную, и он лежал там... Он улыбался... и я подумала, что он меня разыгрывает".

И, наконец, история Курта Кобейна. Знаменитого лидера группы «Нирвана».

Апрель 1994 года. В доме певца Курта Кобейна обнаружен труп. Мужчина выстрелил себе в рот из крупнокалиберной винтовки "Ремингтон" 11-ой модели... После первоначального осмотра места происшествия была зарегистрирована смерть потерпевшего в результате самоубийства. Была произведена идентификация трупа по отпечаткам пальцев. К ужасу миллионов поклонников эксперты констатировали, что убитый - именно лидер "Нирваны". Самоубийство произошло задолго до обнаружения трупа. Чтобы покончить с жизнью, Курт поставил винтовку между ног и выстрелил себе в рот.

Какие же события предшествовали трагической развязке? Во время турне по Европе Курт Кобэйн попал в клинику, где его 36 часов выводили из наркотической комы. В этот раз он был спасен медиками, которые восстановили жизнедеятельность организма, но были не силах вернуть ему душевное равновесие. Заключение было однозначным - попытка самоубийства при помощи болеутоляющего.

Две недели после возвращения Курт держал себя в руках. Но длился этот период недолго.

Перед смертью Кобейн написал: "Уже много лет я не испытывал волнения при прослушивании, а также при создании музыки, и на концертах и в процессе сочинения. Не могу передать словами, как мне стыдно за все это. Например, когда мы за сценой, и загораются огни, и начинается этот безумный рев толпы, это не трогает меня так, как это было с Фредди Меркьюри, которому, кажется, нравилось наслаждаться любовью и обожанием толпы, чему я сильно удивляюсь и завидую. Дело в том, что я не могу обманывать всех вас, никого из вас. Это просто было бы нечестно по отношению к вам или ко мне. Худшее преступление, которое я могу себе представить, - это обманывать людей таким притворством и делать вид, будто я на все 100% чувствую радость".

Это только несколько историй из жизни зарубежных музыкантов.

В нашей стране от этой страшной зависимости погибли Сергей Есенин, Александр Блок, Владимир Высоцкий. Мы полагаем, что список известных людей, которых не обошла стороной наркотическая зависимость, и чья жизнь закончилась летально, ты можешь продолжить и перечислить еще немало трагических историй из жизни знаменитых людей.

Думаем, что ты согласишься, если бы не наркотики, эти люди еще многое бы сделали для культуры. Но их жизнь была принесена в жертву так называемому "праву на ошибку". Наркомания - не та область, где можно учиться на своих личных ошибках. Джиму Моррисону, умершему от первого

же "укола" очищенного героина, на приобретение такого опыта, на правильные выводы не хватило времени. Элвис Пресли успел понять всю пагубность наркомании, но так и не сумел преодолеть эту болезнь. Курт Кобейн начал лечиться от зависимости, но вызванная наркоманией депрессия подтолкнула его к самоубийству.

Судьба этих звезд служит предупреждением молодому человеку, легкомысленно берущему в руки шприц, "косячок" или горсть нелегальных таблеток.

Очень часто у человека, начинающего употреблять наркотики, возникает иллюзия того, что окружающие не замечают признаков наркотического опьянения. Но это не так!

1.4. Внешние проявления наркотической зависимости

Прежде, чем перейти к заявленному параграфу, мы хотим рассказать тебе одну древнюю притчу, дошедшую до наших дней.

Однажды, холодным вечером, трое путников подъехали к крепостной стене, окружавшей город, и остановились перед воротами. Крепостные ворота тогда запирались на ночь, и путники вынуждены были заночевать под открытым небом. На их счастье поблизости оказался караван-сарай, теплая уютная чайхана, где можно было плотно поужинать горячим жирным пловом, выпить виноградного вина или душистого чая, а затем отдохнуть на мягкой подстилке. Приехавший на коне выпил вина, приехавший на верблюде выкурил трубочку с анашой, а тот, кто приехал на осле, принял дозу опиума.

Через некоторое время принятые средства начали оказывать на путников свое «волшебное» действие. Всадник, приехавший на коне, громко воскликнул: «Чего мы будем мерзнуть под дождем всю ночь? Давайте взломаем ворота и проникнем в город!» Ему возразил путник, приехавший на верблюде: «Зачем ломать ворота? Мы можем проникнуть в город через замочную скважину!» Их спор рассудил прибывший на осле: «А зачем нам вообще туда пробираться? Ведь здесь так хорошо и уютно!»

Эта притча дает возможность проследить воздействие каждого наркотика на организм. В первом случае человек не мог соизмерить свои желания с объективными возможностями. Во втором – все казалось возможным, доступным, легко разрешимым, даже нелепое, невозможное, нереальное. В третьем - человек погрузился в полное благодушие, ему было уютно и тепло даже под дождем...

Состояние одурманивания, опьянения, возникающее у человека вследствие действия на его мозг какого-либо наркотического или токсического

средства, является, по существу, состоянием отравления (интоксикации) разной степени тяжести. Различия степени интоксикации зависят от вида одурманивающего вещества, его дозы, способа употребления, от того, на какой стадии развития наркомании оно употребляется.

В обобщенном виде можно говорить о двух типичных вариантах состояния наркотического опьянения:

1) с преобладанием явлений торможения, когда наблюдается общая вялость, малоподвижность, сонливость, иногда переходящая в сон, который, в зависимости от вида наркотика, может быть поверхностным, легко прерываемым или глубоким - с тяжелой обездвиженностью. Наблюдаются затруднения при попытках общения: бледность, вялость, нечеткость, иногда полная неразборчивость речи, замедленность движений, нарушение их координации, эмоциональная заторможенность, подчас безразличие, апатия;

2) с преобладанием явлений возбуждения нервной системы, выражающихся в психическом и двигательном возбуждении - поведенческая расторможенность с размашистыми, плохо координированными движениями; повышенная, а нередко избыточная активность, суетливость, непоследовательность в действиях; затрудненная концентрация внимания, повышенная отвлекаемость; убыстренность темпа речи, многословие с частым уходом от темы разговора, ответами невпопад; беспричинный, часто внезапный смех. Возбуждение может усиливаться, сопровождаться раздражительностью, агрессивностью, драчливостью.

Признаки наркотического опьянения будут зависеть от самого наркотика.

Гашишная наркомания - возникает в результате приема наркотиков, изготовленных на основе конопли. Эти наркотики употребляются в основном путем курения и орально (*гашиш* – это сырая или высушенная порошкообразная растительная масса или бесформенные комки, спрессованные плитки, шарики различного диаметра, таблетки. Цвет - серо-коричневый, темно-зеленый, светло-зеленый, коричнево-зеленый. На жаргоне наркоманов - «план», «паль», «дурь»).

Специально приготовленная смесь отделенной смолы и пыльцы конопли или смесь, приготовленная путем обработки (измельчением, прессованием и т.д.) верхушек конопли с разными наполнителями независимо от того, какая форма придана смеси - таблетки, пилюли, спрессованные плитки; пасты и др.

Для состояния наркотического опьянения, вызванного приемом производных конопли, характерны:

- снижение интеллектуальных способностей;
- учащение дыхания; пульса;
- чувство голода, жажды, тошноты, рвоты, головной боли;
- дрожь всего тела;
- вялая реакция на свет;
- возникновение острого страха или безразличия к окружающим; галлюцинации.

Также характерны состояния веселья и агрессии.

Внешний вид лиц, систематически употребляющих препараты конопли:

- вид физической и психической истощенности, апатия;
- покраснение лица, глаз;
- усиленный блеск глаз, расширение зрачков;
- отеки век, сосочков языка;
- сухость кожи.

При наркотическом опьянении частота пульса резко меняется; кожные покровы бледнеют или краснеют; наблюдается усиленное «слюно-, потоотделение» либо чрезмерная сухость кожи и слизистых оболочек; опьяневший часто облизывает губы; голос садится; глаза становятся мутными, застывшими, наливаются кровью или лихорадочно блестят. Меняется ширина зрачков от «точечных» до огромных - «во все глаза». Изменяется почерк. Нарушается мышление - способность к пониманию, осмыслению происходящего вокруг; к анализу, обобщению, формулировке мнений, оценок, суждений, решению простых логических или математических задач.

Опийная (морфинная) наркомания вызывается употреблением препаратов, изготовленных на основе опия; его производных и синтетических заменителей (опия-сырца, морфина, промедола, омнопона, кодеина, героина, диморфина, метадона и др.).

Наркотики опийной группы (кустарного изготовления или синтетические) занимают второе место после производных конопли по распространенности в России. Употребляются подкожно, внутривенно, орально, путем курения.

Для состояния наркотического опьянения, вызванного приемом наркотиков опийной группы, характерны:

- понижение артериального давления;
- резко меняется частота пульса;
- снижение активности кишечника, запоры;
- настроение благодушное;
- ускорена речь;
- появляется оживленность, расторможенность;
- снижается критическая оценка поступков и высказываний.

При передозировке:

- заторможенность, сонливость, но с легким пробуждением;
- язык - розоватый с беловатым налетом;
- зуд кончика носа; лба; подбородка.

Внешний вид лиц, систематически употребляющих препараты опийной группы:

- на вид выглядят старше своих лет;
- кожные покровы бледные с легким желтушным оттенком; сухие;
- эластичность кожи снижена;
- пигментация кожи в области локтевых ямок, плеча, предплечий, кистей;

- рубцы от гнойных абсцессов;
- узкие зрачки («булавочная головка»);
- запавшие темные «дорожки» вен;
- следы уколов.

Эфедриновая наркомания - возникает при внутривенном употреблении эфедрина. Для лица, находящегося в состоянии наркотического опьянения вследствие приема эфедрина, характерны:

- некоторое повышение давления, частое сердцебиение;
- суетливые движения, повышение общей возбудимости; отсутствие аппетита и потребность во сне;
- возбужденность, болтливость, излишняя откровенность; быстрая речь;
- вялость, слабость, апатия через 3-4 часа после приема препарата.

При передозировке - острый страх с манией преследования.

Внешний вид лиц, систематически употребляющих эфедрин:

- глаза, заплывшие с нездоровым блеском; кожа очень бледная с сероватым оттенком и множественными пигментными пятнами в местах порезов и ссадин;
- расширение зрачков глаз;
- на лице и спине - гнойничковая сыпь;
- вес тела значительно снижен;
- эластичность и бледность кожи, мышечный тонус понижены;
- сухость губ;
- дрожь рук; век.

Наиболее часто подростки злоупотребляют летучими наркотическими веществами. Это различные средства бытовой химии и косметики, которые наиболее доступны и дешевы. В состоянии наркотического опьянения подросток заторможен, вял, погружен в свои ощущения и восприятия более глубоко, чем при злоупотреблении другими наркотиками. Поэтому таких подростков чаще обнаруживают в укромных, а не публичных местах. Нередки передозировки и смертельный исход.

Для лица, находящегося в состоянии наркотического опьянения вследствие приема летучих наркотических веществ, характерны:

- малоподвижность, расслабленность мышц;
- походка с бросанием вперед или в сторону;
- заторможенность, медленная речь.

Характерен запах вещества на волосах и одежде.

Внешний вид людей, систематически употребляющих летучие наркотические вещества:

- лицо отечное, покрасневшее (особенно краснеют и отекают слизистые носа);
- зрачки расширены (попросите посмотреть прямо на лампу и тут же закройте ее светонепроницаемым предметом; отметьте: реагирует ли зрачок; однако, насколько это возможно, избегайте конфликтов при этой неприятной проверке, постарайтесь убедить, что хотите помочь).

Внешний вид, злоупотребляющих снотворными, седативными средствами и транквилизаторами (жаргонное выражение - «сесть на колесо») резко отличается от внешнего вида наркоманов, употребляющих опиий и гашиш.

Характерны такие признаки:

- лицо одутловатое, маскообразное, бледное, с землистым оттенком;
- многочисленные гнойничковые высыпания, жирный сальный налет на коже, особенно на лбу и спинке носа;
- неряшливость и нечистоплотность.

Признак, не наблюдающийся при приеме других наркотических средств: зуд кожи лица (особенно кончика носа) и верхней половины туловища. Поэтому надо обращать внимание на многочисленные расчесы кожи головы, шеи, верхней части туловища. Этот признак присущ начинающим наркоманам, с течением времени он исчезает.

Но и это еще не все критерии, по которым возможно «вычислить» наркомана. Особое внимание необходимо обратить на предметы, указывающие на возможную причастность к потреблению наркотиков.

Подготовка некоторых наркотических средств к употреблению и сам процесс приема наркотиков требуют использования различных химических веществ, медицинских препаратов, иных приспособлений. Обнаружение таких веществ и препаратов у ваших сверстников, в его жилище, дают веские основания предполагать, что данный человек является потребителем наркотических средств. Итак, обрати особое внимание на своих знакомых!

К веществам и предметам, которые могут сигнализировать о возможной наркотизации их владельца, относятся:

- 1) таблетки, ампулы, пробирки, воронки, вата, бинты и другие формы лечебных препаратов и медицинской продукции;
- 2) любые приспособления для инъекций - шприцы, иглы, жгуты;
- 3) какие-либо химические вещества, реактивы (ацетон, кристаллический йод, марганцовка, уксусная кислота, бензин, клей, пятновыводители и т.д.), препараты, жидкости, особенно из класса органических растворителей; различные средства бытовой и технической химии, приспособления для их вдыхания (трубки, пакеты, маски);
- 4) приборы (или их детали) для обработки растений, перегонки или очистки химических препаратов - прессы, фильтры из марли, ваты, бинты, пропитанные раствором различных оттенков коричневого цвета;
- 5) закопченная посуда, ножи со следами неизвестного вещества растительного происхождения;
- б) целые растения или их части, измельченная растительная масса в пакетах, рюкзаках, других ёмкостях.

О возможной принадлежности к употреблению наркотиков могут свидетельствовать также:

- наличие специфического химического запаха, исходящего от кожи, волос, одежды, а также ощущаемого в выдыхаемом воздухе;
- запах табачного дыма в воздухе жилых или других помещений, сочетающийся с запахом жженой травы или синтетических материалов.

1.5. К вопросу о юридической ответственности

А теперь давайте обратимся к юридической стороне проблемы наркомании.

- В декабре 2001 года в России был принят новый Кодекс об административных правонарушениях (КоАП), который вступил в силу с 1 июля 2002 года. В статье 6.9. нового КоАП говорится о том, что *потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача* влечет наложение административного штрафа в размере *от пяти до десяти* минимальных размеров оплаты труда или административный арест на срок до пятнадцати суток.

Следует отметить, что согласно закону, если наркоман соглашается пройти курс лечения от наркомании, он освобождается от административной ответственности за данное правонарушение.

- Административный штраф в размере от десяти до пятнадцати минимальных размеров оплаты труда по части второй статьи 20.20 КоАП с 1 июля 2002 года налагается за потребление наркотиков либо иных одурманивающих веществ на улицах, стадионах, в скверах, парках, в транспортном средстве общего пользования, в других общественных местах.

Административная ответственность наступает с 16 лет.

¹ Бычкова А.М. Наркомания: Мифы ирреальности. Сценарий беседы по профилактике наркомании: Методические рекомендации для специалистов, работающих в сфере профилактики наркомании. – Иркутск, 2005. – 32 с.

- До достижения 16-летнего возраста ответственность за ребенка несут его родители. Появление несовершеннолетнего в состоянии опьянения в возрасте до шестнадцати лет, а также распитие ими алкогольной и спиртосодержащей продукции, потребление ими наркотиков или иных одурманивающих веществ на улицах, стадионах, в скверах, парках, в транспортном средстве общего пользования, в других общественных местах влечет наложение административного штрафа *на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних* в размере от трех до пяти минимальных размеров оплаты труда (ст. 20.22 Кодекса РФ об административных правонарушениях).

- Административная ответственность установлена также за незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработку наркотиков без цели сбыта (то есть для собственного употребления).

Таким образом, административная ответственность для потребителей наркотиков наступает в том случае, если они приобретают, хранят, перевозят,

изготавливают, перерабатывают наркотики: 1) без цели сбыта; 2) в небольшом размере.

Уголовная ответственность

- Действия с наркотиками в крупном или особо крупном размере, а также все действия, связанные со сбытом наркотиков, независимо от их размера, входят в сферу действия Уголовного кодекса.

Крупным размером признается количество наркотика, превышающее размеры средней разовой дозы потребления в десять и более раз, а особо крупным размером - в пятьдесят и более раз. Размеры средних разовых доз наркотических средств и психотропных веществ утверждены Правительством Российской Федерации от 6 мая 2004 года.

- Статья 228 Уголовного кодекса устанавливает ответственность только для потребителей наркотиков, приобретающих наркотические вещества в крупных размерах без цели сбыта, то есть для собственного употребления.

- Статья 228.1, устанавливает ответственность для производителей и сбытчиков наркотиков. Согласно части 1 статьи 228 УК РФ, незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка без цели сбыта наркотиков в крупном размере *наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до трех лет.*

- Часть 2 статьи 228.1 УК РФ предусматривает наказание в виде лишения свободы на срок от трех до десяти лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового за те же деяния, совершенные в особо крупном размере.

Причем, лицо, совершившее преступление, предусмотренное этой статьей, добровольно сдавшее наркотические средства, психотропные вещества или их аналоги и активно способствовавшее раскрытию или пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, изобличению лиц, их совершивших, обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление.

Не признается добровольной сдачей наркотиков изъятие указанных средств, веществ или их аналогов при задержании лица, а также при производстве следственных действий по их обнаружению и изъятию.

- Статья 228.1 определяет ответственность за незаконные производство, сбыт или пересылку наркотиков.

- Согласно части 1 ст. 228.1, незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов наказываются лишением свободы на срок от четырех до восьми лет.

Сбытом наркотических средств считаются любые способы их возмездной или безвозмездной передачи другим лицам (продажа, дарение, обмен, уплата долга, дача взаймы и т.д.), а также иные способы распространения, например, путем введения инъекций наркотиков.

При этом обратите внимание, что ответственность за сбыт наркотиков наступает независимо от их размера. То есть, даже если сбываются наркотики в небольших размерах, речь идет об уголовной, а никак не об административной ответственности.

- Статья 230 УК РФ. За склонение к потреблению наркотических средств предусмотрено наказание в виде лишения свободы на срок до 5 лет. Под «склонением» понимается возбуждение у другого лица желания потребить наркотик не только путём предложения, дачи совета, просьбы, уговора, обмана, но и путём высказываний, восхваляющих ощущения, вызываемые введением наркотика в организм. Например, лишение свободы на срок от 3 до 8 лет грозит Василию в случае, если правоохранительные органы докажут, что он склонял к потреблению наркотиков заведомо несовершеннолетних, либо 2-х или более лиц. Такое же наказание ждёт тех, кто, склоняя к потреблению наркотиков, применяет насилие или угрожает его применить.

- А если вдруг после склонения наступает по неосторожности смерть потерпевшего (например, от передозировки) или иные тяжкие последствия (в том числе, приобретение наркотической зависимости), то виновным гарантировано лишение свободы на срок от 6 до 12 лет.

Уголовный кодекс также устанавливает ответственность за содержание притонов для потребления наркотиков, посев или выращивание запрещённых к возделыванию растений, а также культивирование сортов конопли, мака и других растений, содержащих наркотические вещества, незаконную выдачу либо подделку рецептов или иных документов, дающих право на получение наркотиков.

Но всё вышесказанное относится к тем, кто уже достиг возраста 16 лет. Достигшим возрастной отметки в 14 лет угрожает наказание за хищение либо вымогательство наркотиков в виде лишения свободы на срок от трех до семи лет. Сроки лишения свободы возрастают, если это преступление совершено с применением насилия или под угрозой его применения.

Кроме того, требует пояснения вопрос, какое вещество в нашей стране является наркотическим. В России вещество признаётся наркотическим и вносится в Перечень наркотических средств Правительством Российской Федерации¹. Поэтому в Законе РФ «О наркотических средствах и психотропных веществах» наркотические средства определяются как «вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Рос-

сийской Федерации, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 года».

Наркологическая помощь больным наркоманией оказывается по их просьбе или с их согласия, а несовершеннолетним в возрасте до 16 лет по просьбе или с согласия их родителей или законных представителей. При этом, если вам уже исполнилось 16 лет и вы обратились за медицинской помощью по поводу проблем, связанных с наркотиками, то без вашего согласия врачи не могут сообщить об этом ни вашим родителям, ни в вашу школу. Это правило – о врачебной тайне – установлено Законом «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при её оказании» и Основами законодательства РФ о здравоохранении.

1.6. Мифы о наркомании

Часто в реальной жизни нас с вами сопровождают определенные мифы и легенды. Не обошла определенных мифов и проблема наркомании. Давайте сейчас посмотрим критично на некоторые из них.

Мифы	Аргументы
Наркотики – это модно.	Мода прошла – смерть пришла.
Небольшая доза наркотика не приведет к летальному исходу	Сразу не убьет, но от этого не становится менее ядовитой! Просто этот яд будет разрушать организм постепенно.
Наркотики употребляют в основном сильные и талантливые люди	Все они очень скоро деградировали и многие раньше времени ушли из жизни.
Наркотик делает человека свободным	Да, наркоманы абсолютно свободны, но только от всех радостей жизни.
От наркотика, если захочешь, всегда можно отказаться	Отказаться можно только один раз – первый, если осталась еще воля.
Наркотики избавляют от обыденной жизни.	Да, но, к сожалению, избавляют вместе с жизнью.
Наркотики помогают решать жизненные проблемы.	Решение будет однодневным, а под час одномоментным.
В жизни надо все попробовать, даже наркотик.	Да, попробовав наркотик, ты расплачиваешься самой жизнью, лишаешь себя всех других удовольствий.
Если легализовать наркотики, это снимет уровень преступности и наркотизации.	Швеция в 1965-67 годах легализовала некоторые виды наркотиков, что привело к росту преступности, наркотизации, росту смертности от передозировок. Показатели выросли в 2 раза. На Аляске, в Голландии и Англии после непродолжительного периода легализации введен полный запрет.
Наркомания - не болезнь.	Наркоман серьезно больной человек, который нуждается в длительной медицинской и психологической помощи, а до 90% наркоманов - погибают.
Есть люди, которые употребляют наркотики и живут в свое удо-	Наркоман живет в среднем 3-4,5 года с начала употребления наркотиков, живет в страшных мучениях с целью «Найти

<p>вольствие.</p>	<p>дозу и забыться»</p>
<p>«Легкие» наркотики безвредны для здоровья.</p>	<p>Содержание ядов на один грамм веса в «легких» наркотиках меньше, чем содержание ядов на один грамм в «тяжелых» наркотиках. Но меньшее количество яда не отменяет процесс отравления организма.</p> <p>Накопление ядов в организме происходит медленно и незаметно. У человека постепенно ухудшается память, мыслительные способности, он впадает в апатию, затем становится раздражительным и агрессивным. Появляется чувство панического страха.</p> <p>90 процентов наркоманов начинали с «легких» наркотиков.</p>
<p>С первого раза не возникает зависимости?</p>	<p>Существует распространенное убеждение: наркотики – это удовольствие, которое запрещается зря, потому что только дураки «салятся на систему» (то есть попадают в зависимость).</p> <p>Человек, как правило, сам не замечает, как редкие дозы «удовольствия» переходят в наркотическую зависимость. Что с ним происходит дальше, всем уже известно: физическая и нравственная деградация, финансовые проблемы, мошенничество или воровство, тюрьма... или смерть.</p>
<p>Наркотик улучшает сексуальные ощущения</p>	<p>На самом деле происходит следующее. Организм, сопротивляясь ядам (наркотикам), выделяет на свою защиту дополнительную энергию и витамины. Часть этой энергии активизирует работу сердца, у человека повышается кровяное давление и усиливается сексуальное возбуждение. Но через определенное время (от 20 минут до 1 - 1,5 часов) сексуальное возбуждение исчезает. Пока организм восстанавливает силы, мужчина не может заниматься сексом. На восстановление функций требуется от 2 - 3 до 20 -</p>

	<p>30 часов.</p> <p>При длительном употреблении наркотиков мужчина полностью утрачивает сексуальные функции. Но этим наркоманы не хвастаются.</p> <p>Женщина при длительном употреблении наркотиков теряет естественное сексуальное влечение. Наркотики парализуют работу центральной нервной системы, ухудшают проводимость нервных каналов, нарушая чувствительность тела. Женщина деградирует, все ее мысли направлены только на получение наркотика, и ради очередной «дозы» наркоманка готова заняться сексом с кем угодно и где попало.</p> <p>Похоже ли это на удовольствие?</p>
--	---

А теперь давай посмотрим на то, что ждет тебя впереди, если наши доводы тебя не убедили.

ВПЕРЕДИ.....

- Мнимый кайф, а затем «зомби», психическая неполноценность;
- Зависимость;
- Страх и презрение близких, брезгливость знакомых;
- Обнищание и разорение семьи;
- Ломка (агрессия, желание свести счеты с жизнью) боли, сильнейшие боли;
- Больница, СПИД, гепатит;
- Преждевременное старение и инвалидность и смерть;
- Психическое уродство (это будешь уже не ты);
- Медленная и мучительная смерть в одиночестве;
- Твоя беда принесет прибыль и красивую жизнь наркодельцам;
- Ты никогда не сможешь иметь хорошую семью, детей;
- Постоянное раскаяние о первой дозе.

Что ты можешь сделать в таком случае?

- Реши для себя раз и навсегда будут ли в твоей жизни наркотики.
- Научись отказываться от того, что тебе не нужно.
- Подумай о том, как ты поступишь, когда тебя будут уговаривать попробовать наркотик.
- Подумай, кто тебе может реально помочь.
- Уважай себя и умей говорить «НЕТ».

- И если вдруг тебе настоятельно предлагают попробовать, обещая, что это классно, попытайся, на предложение как бы шутливо, но прямо в глаза, сказать магические слова «А зачем мне это надо!» Повторив это трижды, ты увидишь, что от тебя отстанут.

А теперь обрати внимание на свое *будущее без наркотиков*:

- счастливая семейная жизнь;
- профессиональный рост;
- друзья и интересные встречи;
- здоровые дети;
- увлекательные путешествия;
- самодостаточность;
- постоянная поддержка близких и любимых людей.

И может лучше ПРОСТО один раз сказать НЕТ

Вот несколько рекомендаций:

- Спокойно смотреть в глаза и твердо говорить свое НЕТ: именно НЕТ, а не двусмысленное «посмотрим», «может быть», «я не могу».
 - Если тебя не оставили в покое – перейти в наступление: «Не дави на меня! Я сам знаю, что делать».
 - Не нервничать, отшутиться и твердо и спокойно поставить точку: «Я больше не хочу говорить на эту тему».
 - Или пойти на компромисс и предложить другой способ провести время.
 - Или сослаться на занятость или тренировку...
 - Скажите НЕТ и порадитесь за себя. Потому что, когда вы говорите НЕТ наркотикам, одновременно вы говорите ДА: своей жизни, своему настоящему и будущему, своему успеху и любимому делу, своей свободе, своей самостоятельности, ответственности и настоящему счастью!
- Вы думаете, предлагая вам наркотик и в радужных тонах описывая его действие, наркоман хочет, чтобы вам было хорошо? Нет! Тогда выбор за тобой!

Но если все же случилось так, что твои друзья или близкие нуждаются в помощи нарколога или консультации специалиста, в этом случае можно обратиться за помощью в организации города Иркутска:

Организация	Адрес	Телефон
Телефоны доверия		
Телефон доверия центра медико-социальной, психологической и психотерапевтической помощи населению	г. Иркутск, ул. Красноармейская, 12	24-00-07, 24-00-09
Телефон доверия автономной некоммерческой организации Реабилитационный центр «Перекресток семи дорог»	г. Ангарск, пос. Цементников, ул. Клубная, 8	(8-21) код Ангарска 56-06-22, 57-77-99
Медицинская и психологическая помощь		
Областное государственное учреждение «Центр профилактики наркомании»	г. Иркутск, ул. Академическая, 74, офис 219	42-52-74 42-83-64
Иркутский областной психоневрологический диспансер	г. Иркутск, ул. Гагарина, 6	24-39-59
Центр медико-социальной, психологической и психотерапевтической помощи населению	г. Иркутск, ул. Красноармейская, 12	24-04-03 (регистратура) 20-16-63
Иркутский областной центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями	Г. Иркутск, ул. Маршала Конева, 90	30-71-97
Социально-психологический центр помощи детям и взрослым «Диалог»	Г. Иркутск, ул. Коммунаров, 10, оф. 1	20-30-59
Иркутская областная общественная организация «Матери против наркотиков»	г. Иркутск, ул. Академическая, 74, офис 220	40-10-93 41-96-29
Реабилитационные центры		
Областное государственное учреждение реабилитационный центр «Воля»	г. Иркутск, ул. Академическая, 74, офис 220	20-20-52 40-10-93 41-96-29
Автономная некоммерческая организация Реабилитационный центр «Перекресток семи дорог»	г. Ангарск, пос. Цементников, ул. Клубная, 8	(8-21) код Ангарска 56-06-22, 57-77-99
Автономной некоммерческой организации Реабилитационный центр для	Г. Иркутск, ул. Авиастроителей, 30А-25	32-40-86

наркозависимых «Сибирь»		
Душепечительский центр им. Святого Иннокентия Иркутского	г. Иркутск, Князе-Владимирский храм, предместье Рабочее. Ул. Каштаковская, 52	34-59-50
Наркологический реабилитационный центр Ангарской городской психиатрической больницы	г. Ангарск, ул. Мира, 17	(8-21) 52-91-83

Глава 2. Самодиагностика личности

Для того, чтобы ты имел представление о себе, мы предлагаем тебе провести небольшую самодиагностику.

Мотивация успеха и боязнь неудачи (опросник А.А.Реана)

Инструкция: отвечая на нижеприведенные вопросы, необходимо выбрать ответ «да» или «нет». Если Вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» объединяет как явное «да», так и «скорее да, чем нет». То же относится к ответу «нет». Отвечать на вопросы следует быстро, не задумываясь долго. Ответ, который первый приходит в голову, как правило, является и наиболее точным.

Текст опросника

1. Включаясь в работу, как правило, оптимистично надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативности.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь по возможности найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо заниженно легкие задания, либо нереалистически высокие по трудности.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей собственной целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий, в условиях ограничения времени, результативность деятельности ухудшается.
10. Склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если рискую, то скорее с умом, а не бесшабашно.
13. Не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели, чем нереалистически высокие.
15. В случае неудачи при выполнении какого-либо задания, его притягательность, как правило, снижается.
16. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих неудач.

17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.
18. При работе в условиях ограничения времени результативность деятельности улучшается, даже если задание достаточно трудное.
19. В случае неудачи при выполнении какого-либо задания от поставленной цели, как правило, не отказываюсь.
20. Если задание выбрал себе сам, то в случае неудачи его притягательность еще более возрастает.

Ключ к опроснику

Да: 1,2,3,6,8,10,11,12,14,16,18,19,20.

Нет: 4,5,7,9,13,15,17.

За каждое совпадение ответа с ключом испытуемому дается 1 балл. Подсчитывается общее количество набранных баллов.

Если количество набранных баллов от 1 до 7, то диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи).

Если количество набранных баллов от 14 до 20, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех).

Если количество набранных баллов от 8 до 13, то следует считать, что мотивационный полюс ярко не выражен. При этом можно иметь в виду, что если количество баллов 8 или 9, есть определенная тенденция мотивации на неудачу, а если количество баллов 12 или 13, имеется определенная тенденция мотивации на успех.

Мотивация на успех относится к позитивной мотивации. При такой мотивации человек, начиная дело, имеет в виду достижение чего-то конструктивного, положительного. В основе активности человека лежит надежда на успех и потребность в достижении успеха. Такие люди обычно уверены в себе, в своих силах, ответственны, инициативны и активны. Их отличает настойчивость в достижении цели, целеустремленность.

Мотивация на неудачу относится к негативной мотивации. При данном типе мотивации активность человека связана с потребностью избежать срыва, порицания, наказания, неудачи. Вообще, в основе этой мотивации лежит идея избегания и идея негативных ожиданий. Начиная дело, человек уже заранее боится возможной неудачи, думает о путях избегания этой гипотетической неудачи, а не о способах достижения успеха.

Люди, мотивированные на неудачу, обычно отличаются повышенной тревожностью, низкой уверенностью в своих силах.

Тест Раутса

Данный тест дает возможность определить общую модель Вашего поведения. Уверенное (ассертивное) поведение - выражение себя и удовлетворение своих собственных потребностей, душевный комфорт и доброжелательное отношение окружающих. Неуверенное поведение - отказ от собственных желаний с целью помочь кому-либо, игнорирование своих потребностей, затруднения сказать «нет», что является источником стресса.

Инструкция: Укажите, насколько типично для вас каждое из следующих утверждений:

- +3- очень характерно для меня;
- +2- в большей части характерно для меня;
- +1- отчасти характерно для меня;
- 1- отчасти нехарактерно для меня;
- 2- скорее нехарактерно для меня;
- 3- совсем для меня нехарактерно

Опросник

1. Большинство людей более агрессивны и настойчивы, чем я.
2. Я не решался назначить свидание или принять приглашение на свидание из скромности.
3. Когда еда в ресторане приготовлена не по моему вкусу, я жалуюсь на это официанту или официантке.
4. Я очень боюсь ранить чувства других людей, даже когда понимаю, что меня оскорбили.
5. Если продавец предлагает товар, который совсем мне не подходит, мне очень тяжело сказать «нет».
6. Когда меня просят что-то сделать, я настаиваю на том, чтобы узнать, для чего это нужно.
7. Иногда я стремлюсь спровоцировать бурную дискуссию.
8. Я прилагаю усилия к тому, чтобы преуспеть так же, как большинство людей в моем положении.
9. Откровенно говоря, люди часто обманывают меня.
10. Мне нравится беседовать с новыми знакомыми и заводить разговоры с незнакомыми людьми.
11. Зачастую я затрудняюсь сделать комплимент привлекательным лицам противоположного пола.
12. Обычно я стесняюсь делать телефонные звонки в официальные учреждения.
13. При поиске работы мне легче послать резюме по факсу, чем проходить собеседование.

14. Мне трудно возвращать в магазин некачественные товары.
15. Если близкие и уважаемые родственники досаждают мне, я скорее подавляю свои чувства, чем выражаю раздражение.
16. Я избегаю задавать вопросы из страха выглядеть глупым.
17. Во время спора я нередко боюсь, что настолько выйду из себя, что весь затрясусь.
18. Если известный и обладающий авторитетом лектор делает утверждение, которое я считаю неправильным, я попрошу аудиторию выслушать также и мою точку зрения.
19. Я избегаю спорить о ценах с продавцами и торговцами.
20. Когда я делаю что-нибудь важное или стоящее, я стараюсь, чтобы другие об этом не узнали.
21. Я открыт и искренен в своих чувствах.
22. Если кто-либо распространяет обо мне ложные слухи, я стараюсь увидеть этого человека как можно скорее, чтобы поговорить с ним об этом.
23. Мне часто тяжело сказать «нет».
24. Я чаще сдерживаю свои эмоции, чем устраиваю сцены.
25. Я жалуюсь на плохой сервис в ресторане или других общественных местах.
26. Когда мне делают комплимент, я теряюсь.
27. Когда кто-либо возле меня в театре или на лекции разговаривает слишком громко, я делаю замечание и прошу этих людей вести себя тише или поговорить в каком-нибудь другом месте.
28. Любой, кто пытается пройти куда-либо без очереди, встречает с моей стороны сильное сопротивление.
29. Я без задержки могу выразить свое мнение.
30. Бывают времена, когда я ничего не могу сказать.

Обработка полученных данных. Для оценки своей степени настойчивости сначала измените значки (+ или -) в пунктах 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 и 30.

Теперь подсчитайте число пунктов с плюсом, подсчитайте пункты с минусом и вычтите общее число минусов из общего числа плюсов.

Таким образом, вы получите свой результат. Эти баллы могут варьировать от -90 до +90. Чем выше балл (ближе к +90), тем более уверенно вы обычно себя ведете. Чем ниже балл (ближе к -90), тем больше ваше типичное поведение можно охарактеризовать как неуверенное.

Тест на определение стрессоустойчивости

Инструкция: В каждой из шести групп утверждений выберите те, которые соответствуют вашему характеру.

Опросник

1. а) в работе, в отношениях с представителями противоположного пола, в спортивных или азартных играх вы не боитесь соперничества и проявляете агрессивность;

б) если в игре вы теряете несколько очков, если представитель противоположного пола не реагирует должным образом на самые первые ваши знаки внимания, то вы сдаетесь и «выходите из игры»;

в) вы избегаете какой бы то ни было конфронтации.

2. а) вы честолюбивы и хотите многого достичь;

б) вы сидите и ждете «у моря погоды»;

в) вы ищете предлог увильнуть от работы.

3. а) вы любите работать быстро, часто вам не терпится поскорее закончить дело;

б) вы надеетесь, что кто-то будет вас «подстегивать»;

в) когда вы вечером приходите домой, то думаете о том, что сегодня было на работе.

4. а) вы разговариваете слишком быстро и слишком громко, высказываетесь чересчур категорично и перебиваете других;

б) когда вам отвечают «нет», вы реагируете совершенно спокойно;

в) вам с трудом удается скрывать ваши чувства и тревоги.

5. а) вам часто становится скучно;

б) вам нравится ничего не делать;

в) вы действуете в соответствии с желаниями других людей, а не со своими собственными.

6. а) вы быстро ходите, едите, пьете;

б) если вы забыли что-то сделать, вас это не беспокоит;

в) вы сдерживаете свои чувства.

Обработка полученных данных. Подсчитайте баллы, учитывая ответы «а»- 6 баллов, «б»- 4 балла, «в»- 2 балла.

24-36 баллов - вы в высшей степени подвержены стрессу, у вас даже могут появиться симптомы болезней, вызванных стрессом, таких, как сердечная недостаточность, язвенная болезнь, болезни кишечника. С вами, должно быть, очень трудно ужиться. Самое главное для вас- научиться успокаиваться, это нужно вам самим и окружающим людям.

18- 22 балла - вы человек спокойный и не подверженный стрессу. Если вы набрали немного больше 18 баллов, то вам можно посоветовать быть терпимее к окружающим. Это позволит вам добиться большего.

12-16 баллов - ваша бездеятельность тоже может стать причиной стресса. Вы, наверное, очень раздражаете ею окружающих. Вам стоит составить перечень своих положительных качеств и совершенствовать каждое из них.

Тест «Социальная установка»
(Автор Потемкина О.Ф.)

Внимательно читайте каждое утверждение. Если вы с ним согласны, ставьте «Да», если не согласны, ставьте «Нет».

1. Вы считаете, что самое главное в жизни — быть мастером своего дела.
2. Вы очень дорожите возможностью самостоятельного выбора решения.
3. Ваши знакомые считают вас властным человеком.
4. Вы считаете, что люди, которые не могут зарабатывать деньги, не стоят уважения.
5. Творческий труд для вас является наслаждением в жизни.
6. Основное стремление в вашей жизни — свобода.
7. Иметь власть над людьми — наиболее важная ценность.
8. Ваши друзья — состоятельные в материальном отношении люди.
9. Вы хотите, чтобы все вокруг вас были заняты увлекательным делом.
10. Вам всегда удается следовать своим убеждениям вопреки требованиям со стороны.
11. Вы считаете, что самое главное для обеспечения власти — это сила.
12. Вы уверены, что все можно купить.
13. Вы выбираете людей по деловым качествам.
14. Вы стараетесь не связывать себя различными обязательствами перед другими людьми.
15. Вы испытываете чувство негодования, если кто-либо не подчиняется вашим требованиям.
16. Деньги куда надежнее, чем власть и свобода.
17. Вам бывает не по себе без любимой работы.
18. Каждый должен обладать свободой в рамках закона.
19. Вам легко заставить людей делать то, что вы хотите.
20. Вы согласны, что лучше иметь высокую зарплату, чем высокий интеллект.
21. Вас радует только отличный результат работы.
22. Самое важное в вашей жизни — свобода.
23. У вас есть способности руководить большим коллективом.
24. Заработок — ваша главная цель в жизни.
25. Любимое дело для вас важнее, чем власть и деньги.
26. Вам обычно удается отвоевать право на свободу.
27. Вы испытываете потребность к власти и стремление руководить.
28. Вы согласны с тем, что «деньги не пахнут» и не важно как они заработаны.
29. Вы работаете, даже бывая на отдыхе.
30. Ради свободы вы можете пожертвовать многим.
31. Вы чувствуете себя главой семьи.
32. Вам трудно ограничить себя в деньгах.
33. Ваши друзья и знакомые ценят ваш профессионализм.

34. Люди, ущемляющие вашу свободу, вызывают у вас негодование.
35. Власть может заменить вам многие ценности.
36. Вам обычно удается накопить нужную сумму денег.
37. Труд — наибольшая ценность для вас.
38. Вы уверенно чувствуете себя среди незнакомцев.
39. Вы согласны ущемить свою свободу ради власти.
40. Наиболее сильное потрясение для вас — отсутствие денег.

Оценка

1. Подсчитайте количество «Да» по пунктам: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37 — *это ориентация на труд.*
2. Количество «Да» по пунктам: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38 — *это ориентация на свободу.*
3. Количество «Да» по пунктам: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39 — *это ориентация на власть.*
4. Количество «Да» по пунктам: 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40 — *это ориентация на деньги.*
5. Расположите выявленные ориентации на векторах: «свобода — власть», «труд — деньги». Отложите на каждой прямой от центра количество подсчитанных баллов. Соедините полученные точки, и вы получите плоскость, отражающую характер установки.

«Диагностика клинической зависимости»

(Автор-Менделевич В.Д.)

Используя, метод самодиагностики, вы можете определить возможность развития своей зависимости на клиническом уровне. Для этого вам следует критично соотнести свои поведенческие проявления с перечисленными признаками.

Для отнесения человека к зависимому типу выделяют перечисленные ниже признаки, *пять* из которых достаточно для диагностики клинической зависимости:

- неспособность принимать решения без советов других людей;
- готовность позволять другим принимать важные для него решения;
- готовность соглашаться с другими, из страха быть отвергнутыми, даже при сознании, что они не правы;
- затруднения начать какое-то дело самостоятельно;
- готовность добровольно идти на выполнение унижительных или неприятных работ с целью приобрести поддержку и любовь окружающих;
- плохая переносимость одиночества - готовность прилагать значительные усилия, чтобы его избежать;
- ощущение опустошения или беспомощности, когда обрывается близкая связь;
- охваченность страхом быть отвергнутым;
- легкая ранимость, податливость малейшей критике или неодобрению со стороны.

Шкала созависимости

(Игольницына Л.М., Семенова Э. Ф., Мальцев А.В., Говорина М.Г. Профилактика социально-негативных явлений в среде детей, подростков и молодежи.- Иркутск, 2005.- 288с.)

1. Тревожитесь ли Вы о проблемах других людей, направляете ли свою энергию на решение проблем других людей?
2. Теряете ли Вы сон из-за проблем и поведения других людей?
3. Думаете и чувствуете ли Вы, что вы ответственны за других людей — за их чувства, мысли, действия, выбор, желания, потребности, благополучие, судьбу?
4. Чувствуете ли Вы злость, когда Ваша помощь оказывается неэффективной?
5. Пытаетесь ли Вы доставить удовольствие другим, вместо того, чтобы самим получить удовольствие от жизни?
6. Даете ли Вы советы другим, когда они не просят Вас об этом?
7. Считаете ли Вы себя жертвой, не оцененной людьми, которым Вы помогали?

8. Чувствуете ли Вы вину, когда тратите деньги на себя?
 9. Бойтесь ли Вы отвержения близких людей?
 10. Испытываете ли Вы часто чувство вины?
 11. Бойтесь ли Вы позволить себе быть естественным?
 12. Бойтесь ли Вы позволить другим людям быть теми, кто они есть?
 13. Беспокоитесь ли Вы о том, нравитесь ли Вы другим, любят ли Вас другие люди?
 14. Разрешаете ли Вы событиям течь естественным путем?
 15. Переносите ли Вы оскорбления, чтобы удержать рядом с собой людей, которых любите?
 16. Можно ли сказать, что Вы НЕ умеете говорить НЕТ?
 17. Избегаете ли Вы говорить о себе, о своих проблемах, чувствах, мыслях?
 18. Поддерживаете ли Вы такие отношения, в которых люди причиняют Вам страдания?
 19. Бойтесь ли Вы вызвать чувство гнева у других людей?
 20. Стараетесь ли Вы подавлять свои чувства?
 21. Испытываете ли Вы трудности в сексе, не решаясь просить сделать партнера то, что Вам приятно?
- Варианты ответа: 0 — нет; 1 — иногда; 2 — да 0/1/2 Число баллов от 10 и более — сильно зависимая личность, 5-10 — зависимая личность, 4 балла и менее — риск развития зависимого поведения низкий.

Опросник агрессивности Басса – Дарки

Инструкция: поставьте «да» около тех предложений, с которыми вы согласны, и «нет» - около тех, с которыми не согласны.

Текст опросника

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда я сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не просят по-хорошему, я не выполню просьбы.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, то даю им это почувствовать.
8. Если мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется его нарушить.
13. Другие умеют (лучше, чем я) почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется окружающим.
20. Если кто-то корчит из себя начальника, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня не много огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали мои права.

32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят нас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.
34. От злости я иногда бываю мрачен.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я этого заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на это внимание.
37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к «сильным» выражениям.
40. Мне хочется, чтобы мои ошибки были прощены.
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня просто своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверяй чужакам».
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что я о нем думаю.
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С десяти лет я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-то приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще, чем другие.
56. Я могу вспомнить случай, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал её.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь со злости.
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне надо применить физическую силу, я применяю её.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу по столу кулаком.
64. Я бываю, грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.

67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не раздражаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто просто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Обычно я стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

Обработка результатов. Индексы различных форм агрессивных и враждебных реакций определяются суммированием полученных ответов:

1. Физическая агрессия: «да» - № 1,25,33,48,55,62,68; «нет» - № 9,17,41.
2. Косвенная агрессия: «да» - № 2,18,34,42,56,63; «нет» - № 10,26,49.
3. Раздражение: «да» - № 3,19,27,43,50,57,64,72; «нет» - № 11,35,69.
4. Негативизм: «да» - № 4,12,20,23,36.
5. Обида: «да» - № 5,13,21,29,37,51,58; «нет» - № 44.
6. Подозрительность: «да» - № 6,14,22,30,38,45,45,59; «нет» - № 65,70.
7. Вербальная агрессия: «да» - № 7,15,23,31,46,53,60,71,73; «нет» - № 39,74,75.
8. Угрызение совести, чувство вины: «да» - № 8,16,24,32,40,47,54,61,67.

Физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение и вербальная агрессия вместе образуют суммарный индекс агрессивных реакций, а обида и подозрительность – индекс враждебности; враждебность – общая негативная, недоверчивая позиция по отношению к конкретным лицам.

Опросник выделяют следующие формы агрессивных и враждебных реакций:

Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.

Косвенная агрессия – агрессия, окольными путями направленная на другое лицо (сплетни, злобные шутки), а так же агрессия, которая ни на кого не направлена (взрывы ярости, проявляющиеся в критике, топании ногами, битьё кулаками по столу и т.д.).

Раздражение – готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.

Негативизм – оппозиционные реакции, направленные против авторитета и руководства (от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся правил и законов).

Обида – зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания.

Подозрительность – недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намеренно причиняют вред.

Угрызение совести, чувство вины выражают сдерживающее влияние чувства вины на проявление форм поведения, которые обычно запрещаются (нормами общества), степень убежденности человека в том, что он является плохим человеком, совершающим неправильные поступки.

Литература

1. Абрамович Г.М. Первая помощь при клинической смерти от различных причин: монография. - Иркутск : Вост.-Сиб. кн. изд-во, 2004. - 143 с.
2. Актуальные проблемы наркоситуации в молодежной среде: состояние, тенденции, профилактика. - М. : ЦСП, 2004. - 500 с.
3. Актуальные проблемы современной психологии на рубеже столетий: Научное издание / Научно-практическая конференция (21-22 ноября 2001 г.; Иркутск); Отв. ред. И.В. Ярославцева. - Иркутск: ИГПУ, 2001. - 161 с.
4. Возвращение в жизнь: Научно-популярная литература /Комитет по молодежной политике администрации Иркутской области ; Комитет по молодежной политике администрации Иркутской области. - Иркутск: Б. и, 2001. - 115 с.
5. Гоголева А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика : Учебное пособие. - 2-е изд., стер. - М. : МПСИ ; Воронеж : НПО МОДЭК, 2003. - 240 с.
6. Гарифуллин Р.Р. Скрытая профилактика наркомании. М.: Сфера, 2002.-64с.
7. Джонсон В. Как заставить наркомана или алкоголика лечиться : Руководство для родных и близких тех, кто страдает от химической зависимости. - М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002. - 126 с.
8. Комиссаров Б.Г. SOS: наркомания: научно-популярная литература. - Ростов н/Д : Феникс, 2000. - 318 с.
9. Коробкина З.В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи: учебное пособие. - М.: Академия, 2002. - 190 с.
10. Лисовский В.Т. Духовный мир и ценностные ориентации молодежи России: Учебное пособие / В.Т. Лисовский. - СПб.: СПбГУП, 2000. - 508 с.
11. Медведева И. Я. Убийца предупреждает: убийство опасно для вашего здоровья (Сага о наркотиках): научно-популярная литература / И. Я. Медведева, Т. Л. Шишова. - М., 2002. - 24 с
12. Наркомания в России: состояние, тенденции, пути преодоления : пособие для педагогов и родителей / под общ. ред : А. Н. Гаранский. - М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 532 с. - (Психология безопасности и успеха)
13. Нейкт А. Наркотики: научно-популярная литература /А. Нейк. - М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. - 128 с.
14. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании: монография / ред.: С. В. Березин, К. С. Лисецкий, И. Б. Орешникова. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2000. - 241 с. - (Золотой фонд психотерапии)
15. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами в студенческой среде: Опыт. Проблемы. Перспективы /сост.: Г. И. Зинина,

Н. И. Кучер, Г. И. Семикин; ред.: И. Б. Федоров. - М.: МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2004. - 198 с.

16. Профилактика наркомании в учреждениях образования: законодательный аспект : научно-популярная литература /Ред. В.Н. Богомолова, ред. В.Н. Иванова, ред. В.А. Тюльпанов. - М.; СПб., 2004. - 80 с

17. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике : Научно-популярная литература / Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, И.И. Хажиллина, Н.С. Видерман. - М.: Генезис, 2001. - 216 с.

18. Рерке В.И. Наркозависимое поведение подростков: содержание, диагностика, предупреждение : монография. - Иркутск: ИГЛУ, 2006. - 112 с.

19. Рожков М.И. Профилактика наркомании у подростков: Учебно-методическое пособие. - М.: ВЛАДОС, 2003. - 143 с. - (Психология для всех)

20. Свищева Т.Я. Как избавиться от вредных привычек: Алкоголизм. Курение. Наркомания. Неразборчивый секс. - М. ; СПб. : ДИЛЯ, 2000. - 223 с. : ил

21. Сирота Н.А. Профилактика наркомании и алкоголизма: учебное пособие. - М.: Академия, 2003. - 176 с. - (Высшее образование)