

# Профилактика наркомании

Лечение наркомании часто не дает положительных результатов, поэтому профилактика наркомании – один из важнейших путей ее предупреждения.

И начинать следует с семьи, где пример родителей и их трезвый образ жизни имеют немаловажное значение.

Доверительные отношения, открытое общение между детьми и родителями – залог профилактики наркомании. Равнодушие, грубая и диктаторская практика в семейных отношениях делают ребенка незащищенным от плохих соблазнов, в том числе и от наркотиков. Если у подростка назревают проблемы в общении, замкнутость, действенную помощь ему могут оказать психологические тренинги.

Не имеют права оставаться в стороне и учебные заведения, где профилактика наркомании должна проводиться в доступной форме, формировать у подростков твердую позицию отказа от наркотиков.

Эта работа – постоянная и с вовлечением, как можно большего числа молодежи. Она проводится в виде бесед, лекций и показов кинофильмов.

Исполнительные власти каждого региона обязаны организовать необходимую пропаганду здорового образа жизни через средства массовой информации.

Кроме того, профилактика наркоманий включает в себя ужесточение законодательства, улучшение социума, сокращение контактов с наркотиками.



# Виды профилактики наркомании

Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) вплотную занимается проблемой наркомании, в связи с чем выделила несколько видов ее профилактики:

- первичная (отвечает за предупреждение употребления наркотиков);
- вторичная (работа с лицами, употребляющими наркотические вещества: их выявление, лечение, наблюдение, контроль над возникновением рецидивов);
- третичная (направлена на социально-трудовую терапию и медицинскую реабилитацию наркозависимых).

Непосредственно профилактика наркомании, как она понимается и трактуется обществом, заключена, согласно классификации ВОЗ, в ее первичном виде. Данная форма включает в себя такие формы воздействия, как:

- воспитательная работа среди молодежи;
- санитарно-гигиеническое воспитание общества;
- общественная борьба с потреблением и распространением наркотиков;
- административно-законодательные меры.

Важным аспектом проведения профилактической работы среди подростков является возможность определения потенциально склонных к наркомании личностей. Как правило, в такую группу входят ребята и девушки с нестабильной психикой, сложным бунтарским и истеричным характером, эмоционально неустойчивые, с чувством пренебрежения к социальным нормам и моральным устоям, склонные к депрессивным состояниям. Неприятие и непонимание обществом таких личностей ведет к их отстраненности и, как следствие, поиском успокоения в наркотиках.

Основное направление нашей медицины — это профилактика заболевания, так как все знают, что любую болезнь проще предупредить, чем потом лечить. «Туши искру до пожара», — гласит народная мудрость.

Особенно этот постулат касается наркомании и токсикомании, где профилактике должно быть отдано исключительное предпочтение. Нужно проводить борьбу с наркоманами не только там, где они есть, но и там, где могут появиться.

Профилактика — это сложная система комплексных, государственных и общественных, социально-экономических и правовых, медико-санитарных, психолого-педагогических и психологических мероприятий. По сути она представляет комплекс мероприятий, направленных на обеспечение высокого уровня здоровья людей, их творческого долголетия, устранение различных причин заболеваний, улучшение условий труда, быта и отдыха, охрану окружающей среды.

# Первичная профилактика наркомании

Это в основном социальная профилактика, массовая и наиболее эффективная. Она прежде всего направлена на сохранение и развитие условий, способствующих здоровью человека, и на предупреждение влияния различных неблагоприятных факторов. Основа этого типа профилактики — утверждение здорового образа жизни каждого человека и всего общества. Здоровый образ жизни означает полноту включенности человека в многообразные формы и способы социальной деятельности соответственно оптимальному и гармоничному развитию всех его подструктур — телесной, психической, социальной.

Одним из главных моментов в первичной профилактике наркоманий являются обще профилактические мероприятия, направленные на устранение всех причин и условий, способствующих возникновению и распространению этого заболевания.

## Целенаправленная работа по профилактике наркомании

Борьба за здорового человека должна начинаться с раннего детства. Именно в этом возрасте дети начинают формировать свои понятия о курении, культуре употребления алкоголя и последствиях злоупотребления им и другими наркотическими средствами. Поэтому профилактические мероприятия для детей этого возраста более эффективны, чем попытка изменить сравнительно прочно укоренившееся представление о наркотических средствах у подростков в старших классах. Значит, нужно идти в начальную школу, детские сады, чтобы не опоздать. В эту систему должна включиться вся система образования, иначе потеряем наших детей.

Однако главная ответственность за воспитание ребенка, конечно, лежит на родителях.



С давних пор существует святой родительский долг — воспитать для своей Родины полноценного гражданина, здорового физически и духовно. Из чего складывается их ответственность? Какими методами они влияют на своих детей в отношении употребления наркотических или токсических веществ? Родители должны осознать, какое глубокое воздействие они оказывают на психику детей и их поведение. Родители — это первые воспитатели, формирующие взгляды, наклонности и личность ребенка. Известно, что если в семье хороший микроклимат, спокойная обстановка, полное взаимопонимание, родители внимательны, заботливы, стараются проводить досуг вместе с детьми, то вероятность появления наркомании у детей в этой семье невелика.

Статистически установлено, что большинство наркоманов воспитывались в неблагополучных семьях. Трудно представить, как могут воспитывать детей родители, страдающие хроническим алкоголизмом или наркоманией. Даже если постараться представить, что ребенку в такой семье уделяется должное внимание (что мало вероятно), то все равно детям свойственно копировать поведение своих родителей, они ищут образец подходящего для ситуации поведения. Если столь велик отрицательный пример родителей, то ему нужно противопоставить положительные примеры — жизнь людей, стремящихся к гуманным ценностям. Это и будет спасительным противовесом наркотическому «вирусу». Помочь таким людям могут, активно действуя сообща, медицинские работники, преподаватели школ, техникумов работники правоохранительных органов. Так как наркомания — это прежде всего молодежная проблема, то одной из профилактических мер является целенаправленное воспитание с формированием у ребенка положительных установок и полноценной жизненной позиции.

Всем людям в большей или меньшей степени свойственно присутствие в сознании некоего внутреннего контролера поведения — необходимость оценивать свое поведение в соответствии с собственными представлениями о том, что и как надлежит делать, а чего делать нельзя. Эти представления формируются в процессе развития личности под влиянием воспитательных мероприятий и в конце концов ведут к оформлению жизненных позиций.

При этом запреты как мера воздействия на поведение детей должны иметь третьестепенное значение. У нас же они, к сожалению, часто являются главными. Природа человеческой психики такова, что ей свойственно сопротивляться запретам, и чем сильнее давление сверху, тем сильнее противодействие снизу. Поэтому главный упор в воспитательных мероприятиях надо делать на убеждение, а не на запрет. Родители, как правило, виноваты не только в том, что не уследили и не запретили, а, главное, в том, что воспитали детей без четкого понимания недопустимости приема наркотических веществ, хотя юридически несут ответственность за прием детьми наркотиков.

Нельзя пускать вопросы потребления токсических веществ на самотек, предоставляя детям возможность опираться на свой «жизненный опыт» или опыт друзей, так как это

может привести к трагедии. В последнее время значительно возросло число профилактических программ, которые строятся на развитии альтернатив употреблению наркотических средств. Эти программы предполагают вовлечение детей и подростков в различные продуктивные виды деятельности.

В жизни молодежи не должно быть вакуума, ничем не заполненной душевной пустоты, бездеятельности, отрицательного отношения к учебе, спорту, труду. Увлеченность молодых людей в любой области знаний или искусства (поэзия, литература, музыка, живопись и пр.) — один из действенных путей нормального, ничем не нарушенного психофизического развития, отдаляющего юношей и девушек от наркотических средств. С раннего детского возраста необходимо формировать резко отрицательное отношение к каким бы то ни было искусственно вызываемым состояниям любыми веществами растительного или химического происхождения. Нужно вырабатывать в сознании детей нетерпимость и презрение к любым наркотическим веществам, культивировать у формирующейся личности подростка чувство неприязни и отвращения к наркотикам.

Особое внимание следует уделить воспитанию чувства опасности, настороженности к приему, даже к одноразовому, каких бы то ни было лекарственных средств или других химических агентов, идущих вне врачебного совета, даже если они свободно продаются в аптеке. Надо учить детей любить себя и свое здоровье. Надо учить детей не только распознавать опасность употребления каких бы то ни было незнакомых веществ, но и уметь сопротивляться косвенному и прямому принуждению принять их. Например, учить отказываться от предложения «только попробовать» наркотическое вещество, когда это исходит от сверстников, а также умению сопротивляться отрицательному лидеру в группе.

Умение сопротивляться требует определенной тренировки и включает в себя комбинацию некоторых информационных и поведенческих стратегий. Прежде всего, необходимо развивать умение распознавать межличностные и массовые формы агитации — рекламы алкоголя и сигарет, а также умение сопротивляться им. Необходимо четкое развитие представления о воздействии наркотиков на здоровье. Следует развивать в детях твердость, умение решать проблемы, принимать решения, выражать недовольство, сообщать о своих потребностях. Обучать самосознанию и самоуважению, сохраняя оптимистический настрой, объяснять, как решать проблемы и общаться с людьми и, конечно, обучать искусству справляться с беспокойством и нервозностью без использования наркотиков.

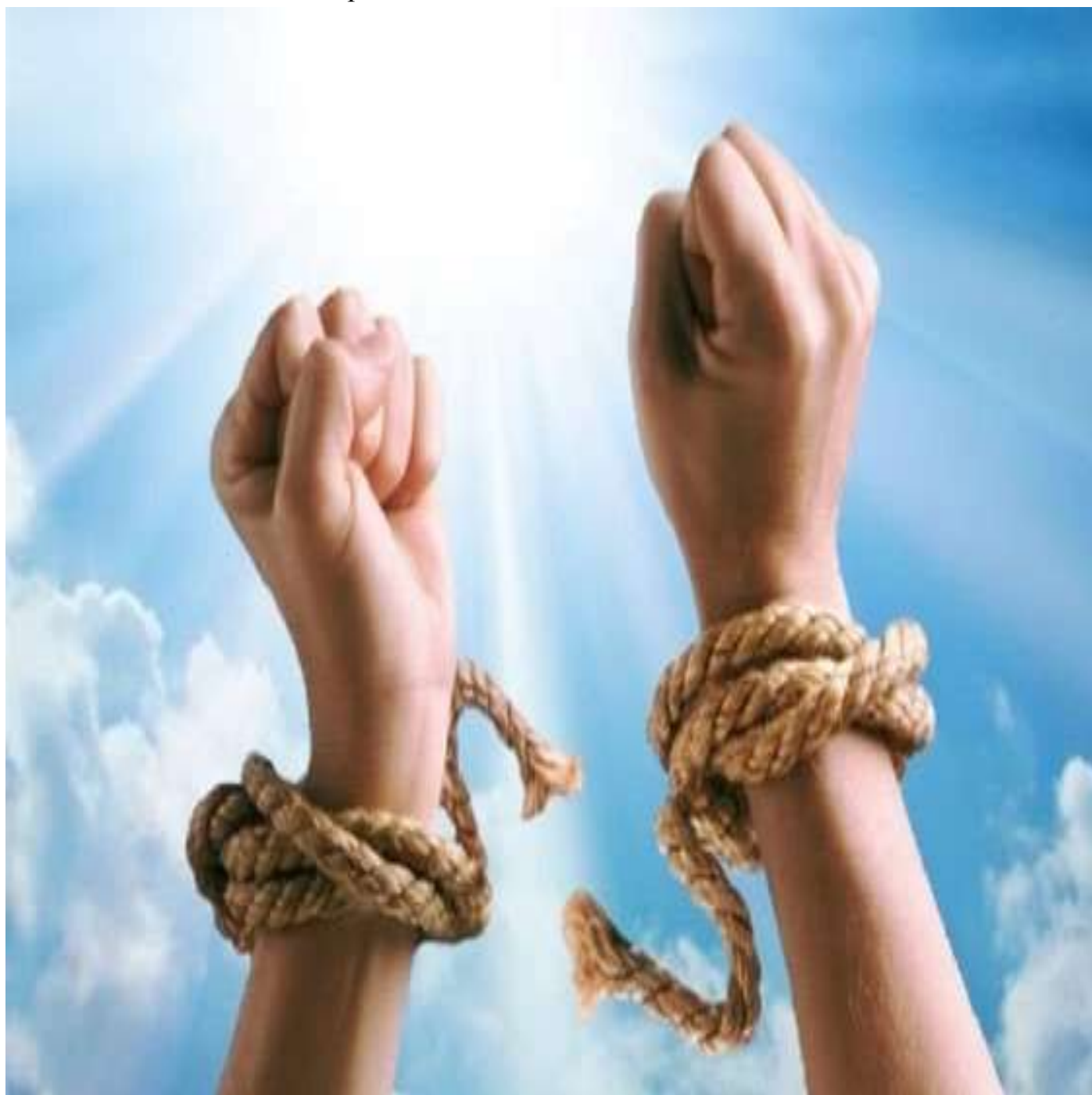
Как же можно помочь этим молодым людям? Никогда не ограничивайте своего влияния на ребенка и не отказывайтесь от своей роли родителей. Конечно, невозможно полностью защитить детей от всех тревог и дурных влияний, поэтому не старайтесь оградить ребенка от всего на свете. Лучше с определенным тактом и чуткостью наставляйте его, никогда не забывая, что каждый ребенок индивидуален и неповторим. Проявляя доброту и любовь, можно сделать многое для того, чтобы



подросток чувствовал себя уверенно и защищено. Это поможет ему вырасти с чувством самоуважения и безопасности.

Кроме того, в каждом доме необходим контроль за содержимым домашней аптечки. Лучше всего, если для нее приспособлен специальный настенный шкафчик с замком, в котором все лекарства расставлены в определенном порядке, чтобы было заметно их исчезновение. Правильным воспитанием можно приглушить предрасположенность к употреблению наркотических веществ.

В процессе воспитания каждый молодой человек должен четко уяснить, что существует свобода воли, что она дарована человеку природой и он волен поступать хорошо, или не очень хорошо, или волен не поступать плохо. В конечном счете, ответственность за свое здоровье несет каждый из нас.



## **Вторичная, или социально-медицинская, профилактика наркомании**

- направлена на выявление наиболее ранних изменений в организме с целью осуществления незамедлительного полного и комплексного лечения, оздоровления микросоциальной среды и применения различных воспитательных мер. Очень важно, чтобы антинаркотическая информация охватывала все семьи. Именно здесь в первую очередь могут обнаружить, что кто-то из близких становится на опасную дорогу. Родители обязаны всегда быть в состоянии повышенного внимания ко всем проблемам ребенка, должны активно наблюдать за жизнью своих детей, интересоваться, как они проводят свободное время, к чему стремятся, какие у них формируются вкусы, возникают желания и какие совершают поступки под влиянием окружения, микросоциальной среды. Родители должны улавливать все происходящие изменения в детях, уметь разбираться в поведении и особенностях их реакций, так как это необходимо для выявления первых признаков приема наркотических веществ.



# **Третичная, или медицинская, профилактика наркомании**

- направлена на предупреждение прогрессирования заболевания, перехода его в более тяжелую стадию, предупреждение обострений и осложнений, а также на снижение уровня инвалидности и смертности.

## **Профилактика наркомании среди подростков**



Подростки – это категория населения в возрасте от двенадцати до семнадцати лет, в основной своей массе вовлеченная в образовательный процесс, проводимый в школах и ВУЗах. В обществе принято считать подростковый возраст самым опасным и сложным в плане своей непредсказуемости, спровоцированной происходящими процессами становления личности, которые, в свою очередь, сопровождаются физическими, физиологическими и умственными изменениями. Поэтому вполне закономерно, что профилактика наркомании в большей мере направлена именно на юношескую часть населения той или иной страны.

Наркомания - одна из глобальных социальных проблем, притягивающая к себе различные слои населения.

Увеличивается наркомания среди подростков, пополняющая свои ряды, в основном, из числа детей, проживающих в неблагополучных семьях.

Подростковая наркомания – это страшное социальное явление, при котором ломается жизнь молодого, неокрепшего организма.



При наличии несформировавшейся психики, подростки легко принимают наркотики, не зная или не задумываясь о последствиях, которые их ожидают в ближайшем будущем. Находясь под воздействием наркотиков, они не понимают, что наркомания губит их жизни.

Подрастающее поколение, поддаваясь огромному желанию выделиться среди своих сверстников, встает на путь наркомании, что в большинстве случаев приводит к совершению преступлений.

Наркомания порождает подростковую преступность, что является большой проблемой для всего общества.

Подростковая наркомания уверенно входит в жизнь молодежи, калеча их морально и физически.

Вылечить подростка-наркомана – очень сложно потому, что ему нравится находиться в наркотическом опьянении, когда перед ним исчезают все проблемы, не требуется быть сильным и отвечать за свои поступки. Поэтому такой подросток не желает жить по-другому и всячески избегает лечения.

Наркомания среди подростков должна быть, если не искоренена совсем, то значительно сокращена общими совместными усилиями всех членов общества.

## **Общественность в профилактике наркомании.**



*Лучшая методика борьбы с наркоманией - профилактика.* Ведь как показывает мировая практика, излечить от наркомании удастся не более 2 -3 процентов заболевших.

Большая нагрузка на исполнительные органы власти каждого региона ложится в связи с острой необходимостью пропаганды здорового образа жизни. Для этого следует задействовать все средства массовой информации, максимально расширить социальную базу здравоохранения, привлекая к работе с медиками на основе

партнерских отношений объединения граждан, клубы, благотворительные фонды больных и их родственников.

В последнее время особенно обострилась проблема борьбы с наркоманией, уже превратившейся в социальное бедствие. И здесь сотрудничество власти с общественными организациями и медиками способно внести решающий вклад в локализацию очагов наркотической эпидемии.

Огромную роль могут сыграть и средства массовой информации, которые в значительной степени формируют общественное мнение. К сожалению, социальная реклама у нас, в отличие от западных стран, до сих пор в диковинку. Только в последнее время власть и средства массовой информации стали использовать ролики, посвященные антинаркотической пропаганде.

Существующая система наркотической помощи ориентирована, прежде всего, на помощь лицам уже страдающим химической зависимостью и недостаточно эффективна для оказания помощи потребителям наркотиков на этапе начала заболевания. Профилактические программы направленные на предотвращение злоупотребления наркотиками не получили должного распространения в нашей стране. Несмотря на наличие богатого мирового опыта в области профилактики наркомании, оригинальных отечественных разработок, профилактических программ остается без должного внимания заинтересованных ведомств. Основной причиной такой ситуации является межведомственная разобщенность и отсутствие единой стратегической концепции профилактики.

Реальным выходом из создавшейся ситуации является привлечение к профилактической работе педагогов и психологов школ и ВУЗов. Очевидно, что максимальной возможностью при проведении профилактики обладают люди, имеющие постоянный контакт с детьми и подростками, которые могут уловить те нюансы состояния и поведения, зачастую ускользающие от родителей и специалистов наркологов.

Обучение педагогов основам профилактической работы, предоставление им адекватной информации о наркологических заболеваниях, вооружение их конкретными психотерапевтическими приемами (ролевые игры, тренинги, дискуссионная работа), способами формирования системы альтернативных наркотикам увлечений, позволит уже в ближайшем будущем оградить подрастающие поколения страны от наркотической эпидемии.

**• Организация мероприятий по профилактике наркомании строится на основе целевых программ, объединенных общей концепцией профилактической работы.**

Цели такой работы - создание в молодежной среде ситуации, препятствующей злоупотреблению наркотиками и снижающей вред от их употребления. Любая профилактическая программа должна включать в себя определенные виды деятельности в каждом из следующих направлений:

- Распространение информации о причинах, формах и последствиях злоупотреблении наркотических средств;

- Формирование у подростков навыка анализа и критической оценки информации, получаемой о наркотиках, и умения принимать правильные решения.

- **Предоставление альтернатив наркотизации.**

Цель работы в данном направлении - коррекция социально - психологических особенностей личности.

- Целевая работа с группой риска и определение групп риска, и оказание адекватной помощи в преодолении проблем, ведущих к появлению тяги к наркотикам. Взаимодействие с организациями и структурами, проводящими профилактическую работу. Работа по изменению отношения к злоупотребляющим наркотиками - оно должно стать более гуманным. Необходимо пресекать любые попытки распространения идей о легализации наркотиков.

Это общие принципы ведения профилактики наркомании. Школа, как социальный институт, обладает рядом возможностей для их успешной реализации:

- Возможность привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контролем;

- Влияние на уровень притязаний и самооценку;

- Свободный доступ к семье подростка для анализа и контроля ситуации;

- Возможность привлечения специалистов по профилактике.

Просветительские программы должны вестись на протяжении всего периода обучения ребенка в школе, начинаться в младших классах и продолжаться до выпуска. А в ходе программ должна предоставляться точная и достоверная информация о наркотиках и их влиянии на психологическое, социальное и экономическое благополучие человека.

Родители и другие взрослые, играющие важную роль в жизни ребенка, должны вовлекаться в разработку стратегии антинаркотического просвещения.

**Чего не следует допускать, работая в области антинаркотического просвещения:**

- Использования тактики запугивания, неэффективность такой тактики доказана;

- Искажения и преувеличения негативных последствий злоупотребления наркотиками при описании их воздействия;

- Ложной информации. Даже после однократно ее подачи вся дальнейшая информация будет отторгаться подростками, которые на сегодняшний день достаточно хорошо информированы;

- Оправдания употребления наркотиков, какими бы то ни было причинами.

Подготовка квалифицированных кадров - одно из важнейших условий профилактики наркомании. Болезнь легче предотвратить, чем тратить силы и средства на ее лечение.

Если у Вас или у Ваших близких есть НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ, не теряйте время, обратитесь за помощью, где Вас выслушают и помогут.



**Государственное учреждение “Территориальный центр социального обслуживания населения Полоцкого района”**  
**Телефон «Доверия» 461795**

Также Вы можете обратиться в Общественное объединение «Анонимные наркоманы»,  
тел.+375296646964



Узнать более полную информацию о возможности выздоровления тем, кто еще употребляет наркотики и страдает от зависимости, Вы можете, перейдя по ссылке <https://na-rb.by> на сайт белорусского сообщества “Анонимные наркоманы”, а также мы предлагаем Вам перечень ссылок на сайты сообществ “Анонимные наркоманы”.

*Сайты сообщества "Анонимные Наркоманы"*



<a href="http://na.org">na.org</a>	— Офис Мирового Обслуживания
<a href="http://edmna.org">edmna.org</a>	— Европейский съезд делегатов
<a href="http://na-tranzit.org">na-tranzit.org</a>	— Мировой русскоязычный Форум Транзит
<a href="http://na-russia.org">na-russia.org</a>	— Русскоязычный Зональный Форум
<a href="http://rko-na.ru">rko-na.ru</a>	— Региональный Комитет Обслуживания «Западная Россия»
<a href="http://na-msk.ru">na-msk.ru</a>	— Региональный Комитет Обслуживания «Большая Москва»
<a href="http://na-szr.ru">na-szr.ru</a>	— Региональный Комитет Обслуживания «Северо-Западная Россия»
<a href="http://na-sibiri.ru">na-sibiri.ru</a>	— Региональный Комитет Обслуживания «Сибирь»
<a href="http://na-ural.org">na-ural.org</a>	— Региональный Комитет Обслуживания «Урал и Западная Сибирь»
<a href="http://na-dv.ru">na-dv.ru</a>	— Региональный Комитет Обслуживания «Дальний Восток»
<a href="http://na-msk.ru">na-msk.ru</a>	— АН Москва
<a href="http://na-spb.ru">na-spb.ru</a>	— АН Санкт-Петербург
<a href="http://na-nsk.ru">na-nsk.ru</a>	— АН Новосибирск
<a href="http://na-rnd.ru">na-rnd.ru</a>	— АН Ростов-на-Дону и Ростовская область
<a href="http://na-ua.org">na-ua.org</a>	— АН Украина
<a href="http://na-kiev.org">na-kiev.org</a>	— АН Киев
<a href="http://na-kz.com">na-kz.com</a>	— АН Казахстан
<a href="http://na-estonia.org">na-estonia.org</a>	— АН Эстония
<a href="http://na-holland.nl">na-holland.nl</a>	— АН Голландия

Берегите себя и Ваших близких!!!