

**Наркотикам - нет!**

## Защити себя сам



Получи достоверную информацию и воспользуйся ею, чтобы защитить себя

Вероятно, ты много уже знаешь о наркотиках. Возможно, кто-то из твоих друзей или знакомых пробовал их или знаком с теми, кто пробовал.

**Свою судьбу ты решаешь сам, но знай, что наркотик может сделать с тобой** (внимание: читай внимательно и запоминай – прим. ред.):

- наркотик может лишить тебя жизни в случае передозировки, но даже если тебе повезет и ты останешься жив, то тебя будут «загружать» проблемы;
- ты теряешь друзей, любимых;
- у тебя возникают сложности с учебой;
- твои отношения с семьей становятся напряженными;
- твоё окружение становится криминальным, опасным для тебя самого.

**Твои перспективы:**

- разрушенная воля и больное тело;
- хроническая нехватка денег и нищета;
- одиночество и страх (теперь хорошенько подумай: тебе это надо? – прим. ред.).

**Ты можешь и должен противостоять наркомании, даже если тебе трудно в это поверить!**

- Обрети уверенность в том, что тебе лично наркотики не нужны! Найди здравые объяснения своей уверенности!
- Будь готов привести свои объяснения любому, кто заведет с тобой разговор о наркотиках.
- Твои слова должны быть сильнее любых доводов, расхваливающих употребление наркотиков.
- Не будь безразличным к тому, кого пытаются уговорить, объясни ему, почему ты не хочешь употреблять наркотики.
- Не осуждай тех, кто «подсел», лучше подумай, как помочь; если очень захочешь, то решение придет.
- Будь серьезен. Не заигрывай с теми, кто продает и употребляет наркотики: первые – ради наживы, вторые – ради «дозы» пойдут на все.
- Найди друзей, которые могут так же, как и ты, быть против наркотиков.
- Не пытайся обманывать самого себя. Найди в мире, в людях, в себе что-то прекрасное и открой это другим!

**Есть 3 наиболее распространенные причины, приводящие к употреблению**

**наркотиков:**

- от скуки (из любопытства);
- за компанию;
- уйти от реальности и проблем.

Но конечной причиной употребления наркотиков является непонимание огромной ценности человеческой жизни.

Нежелание прилагать усилия для достижения желаемого результата в жизни приводит к ложному чувству, что помочь может только наркотик.

**Ложь – религия наркомании. Не попадись!**

**Что в итоге?**

- Наркомания – это болезнь, которая вызвана повторяющимся употреблением наркотических веществ.
- Наркомания наиболее опасна для юных и молодых. Быстро развиваясь, она приводит к духовной деградации и полному физическому истощению организма.
- Долговременное употребление разрушает все внутренние органы, иммунную систему и психику, делая употребляющего наркотики инвалидом на всю жизнь.
- Молодой человек становится не способным позаботиться о себе и произвести на свет здоровое потомство, часто – даже если пройдет курс лечения.
- Табак и алкоголь – тоже наркотики.
- Наркоман – раб наркотика; ради него он пойдет на любую низость и преступление, что рано или поздно приведет его к смерти.
- Даже одного приема достаточно, чтобы стать «зависимым».

Отказаться от наркотика можно только один раз – ПЕРВЫЙ.

Чтобы быстрее приучить к наркотикам, торговцы часто дают первые одну-две дозы бесплатно, но давно известно, что бесплатный сыр только в мышеловке!

Умение отказаться – очень ценно, но оно эффективно, только если человек по-настоящему хочет сказать «нет».

*Продолжение следует.*

**Из «Памятки студенту».**