

## **Информационные материалы по профилактике употребления спайсов и других ПАВ**

### **Как действовать при обнаружении факта употребления спайсов или других психоактивных веществ?**

Одним из основных условий эффективной работы с несовершеннолетними, имеющими опыт употребления спайсов или любых других психоактивных веществ (ПАВ), является как можно более раннее установление факта приобщения к ПАВ. Педагог, столкнувшись с отклоняющимся от нормы поведением несовершеннолетнего, вправе предположить, что он употребляет ПАВ, особенно если этот учащийся общается с теми, кто использует психоактивные вещества.

При подозрении на употребление несовершеннолетними наркотиков следует помнить, что установление состояния наркотического опьянения является компетенцией врача, в частности психиатра-нарколога или психиатра. Тактичность и осторожность в работе с несовершеннолетними, имеющими наркологические проблемы, являются обязательным правилом, так как необоснованные подозрения в употреблении наркотических веществ могут сами по себе оказаться психотравмирующим фактором и в свою очередь подтолкнуть к их реальному употреблению. При подозрении на состояние опьянения, выражающееся в измененном состоянии сознания, двигательных нарушениях и других признаках, педагог обязан (по возможности) обратиться к медицинскому работнику образовательного учреждения и дальнейшие действия осуществлять совместно с ним. Профилактическую работу с обучающимся, у которого имеются признаки наркотического опьянения, необходимо проводить индивидуально. Публичные меры могут ухудшить социальную ситуацию для подростка, усилить его дезадаптацию.

Когда **факт наркотизации установлен**, необходимо определить этап **наркогенного заражения**.

1. На этапе **первичных проб** нельзя однозначно сказать, следует или нет сообщать родителям учащегося о его наркогенном опыте. Это зависит от множества факторов: возраста учащегося, наличия в его окружении людей, употребляющих

наркотики, возможности для него в дальнейшем использовать наркотические вещества, а главное, согласия на информирование родителей **самого воспитанника**. Дело в том, что *основным условием* первичной беседы с учащимся является *ее конфиденциальность*, и нарушение этого условия может подорвать доверие несовершеннолетнего к педагогу и сделать невозможной дальнейшую работу. Целесообразно избегать репрессивной и осуждающей тактики. Специалисту, проводящему беседу, необходимо попытаться убедить учащегося в необходимости сотрудничества с родителями в противостоянии дальнейшему наркогенному заражению.

При подтверждении приобщения несовершеннолетнего к спайсам или иным психоактивным веществам ответственный за данную работу специалист образовательной организации решает вопрос о проведении с ним профилактической или реабилитационной работы, о направлении на консультацию к специалистам в психолого-педагогический и медико-социальный центр, наркологический диспансер, территориальное учреждение социальной работы с семьями или с подростками с девиантным поведением, реабилитационный центр и др., с учетом особенностей личности учащегося и сложившейся семейной ситуации.

При приближении к достижению **обучающимся 16 лет** важно предупредить о **наступлении уголовной ответственности** за приобретение, хранение, сбыт наркотических веществ. Обратит внимание на то, что трудно доказать в ряде случаев, что обнаруженное наркотическое средство используется только для употребления (подростки могут знать, что за употребление нет уголовной ответственности). Чтобы что-то употребить, это что-то надо приобрести и какое-то время хранить. Ответственность за сбыт наркотических веществ – срок наказания 7 лет, 10 лет. Если устанавливается факт приобретения для личных нужд – срок наказания – до 2-х лет, если задержан впервые – возможно условное наказание. Подростки, зачастую не понимая этого, при задержании утверждают, что наркотик ему самому не нужен. В этом случае он будет отвечать по статье за сбыт наркотических веществ, а это более серьезные сроки наказания (более подробно см. вебинар Кащенко М.В. «Юридические аспекты профилактической работы в школах,

средних специальных учебных учреждениях» на YouTube, режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=J7J5uAXUg98>).

Вопросы, связанные с наступлением уголовной ответственности по достижению детьми 16 лет, следует обсудить в контексте изменения правового статуса обучающегося в этом возрасте с приглашением специалистов – юристов.

На этапе первичных проб учащемуся необходимо объяснить негативные последствия наркотизации, показать, как злоупотребление спайсами и другими ПАВ может негативно отразиться на его будущей жизни. Сделать акцент на негативных последствиях для здоровья и **личности** (утрата интересов, желаний, способности действовать по своей воле и др.). С учетом причины первой пробы несовершеннолетнему необходимо предложить альтернативные варианты решения его проблемы, заставившей обратиться к наркотику, и показать преимущества таких вариантов. Например, если мотивы первичного приобщения носили вынужденный характер, следует обсудить с учащимся поведенческие схемы, позволяющие противостоять наркогенному давлению, и в ролевых играх отработать навыки отказа. А если при первичных пробах наркотических веществ у учащегося выявляются гиперактивные мотивы, нужно помочь ему в организации досуга: выявить круг интересов, найти клубы или секции, где могут реализоваться интересы несовершеннолетнего. На этом этапе основная задача - сформировать у несовершеннолетнего готовность отказаться от дальнейшего приобщения к ПАВ. Следует дать понять подростку: «ты отвечаешь за свою жизнь», «такой, какой она будет, зависит только от тебя», «мы выбираем здоровье», используя позитивно сформулированные утверждения. Желательно избегать императивных утверждений с частицей «не»: не пей, не кури, не употребляй наркотики.

**Важно, чтобы эту работу проводил педагог, которому подросток доверяет.**

2. Если несовершеннолетний уже злоупотребляет наркотическими или другими веществами (принимает их систематически с целью достижения эйфорического эффекта), но симптомы зависимости отсутствуют, педагогу или психологу следует настоять на беседе с родителями или **родственником, которому учащийся доверяет (или иным значимым взрослым, с которым подросток**

**находится в контакте).** Вместе с родителями (значимыми взрослыми) нужно обсудить способы организации **антинаркогенного контроля**, продумать варианты снижения активности факторов, способных провоцировать наркотизацию. Нужно объяснить взрослым членам семьи необходимость консультации у специалистов наркологической службы, что такая консультация является анонимной и не будет иметь никаких негативных последствий для их ребенка, но поможет определить эффективные пути предотвращения развития наркогенного заражения. Работа с несовершеннолетним на этом этапе отличается тем, что необходимо научить учащегося корректировать свое состояние, связанное с желанием вновь испытать эйфорические ощущения от наркотизации. Как и на предыдущем этапе, вместе с учащимся нужно найти наиболее эффективный способ «замещения» наркотизации, помочь ему организовывать свой досуг и противостоять наркогенному давлению среды. Кроме этого, надо организовать помощь несовершеннолетнему в более эффективной адаптации в школе, в частности способствовать повышению успеваемости по различным дисциплинам.

*Можно обсудить проблему: Хочу бросить: с чего начать?*

*Первый шаг – осознать серьезность своего положения, развеять мифы о безвредном употреблении курительных смесей. Необходимо понять, что:*

- теперь ты не хозяин самому себе, а зависишь от наркотика;*
- ты нуждаешься в помощи, и зависимость просто так тебя не опустит.*

*Только при условии полного, а не формального осознания этих двух пунктов тебе можно помочь бросить курить.*

*Если человек волевой и устойчивый, он может попробовать избавиться от зависимости самостоятельно. Для этого потребуется:*

- отказаться от общения с компанией курителей «спайсов»,*
- занять свой день «от» и «до» (при наличии свободного времени психологи рекомендуют записаться в секцию по интересам (спортивную, творческую и т.п.), заводить новые социально- положительные знакомства),*

– *приготовиться преодолевать физические (тошнота, головные боли, судороги) и психические (раздражительность, тревожность, депрессия) проявления отказа от приема смеси.*

Добровольный отказ от устойчивых привычек, как правило, не происходит сразу, а представляет собой более или менее длительный процесс, на протяжении которого человек проходит несколько этапов. На каждом из этапов человеку, меняющему свое поведение, требуется соответствующая информация и поддержка. Без учета этих психологических особенностей профилактическая работа с несовершеннолетними рискует остаться на уровне 1-го и 2-го этапов, когда закономерностей часть подростков, употребляющих ПАВ, даже не задумывается о том, что подвергает себя опасности, а другая часть, хотя и задумывается, но не предпринимает никаких шагов для изменения такового положения.

### **Этапы успешного изменения поведения.**

(Джеймс Прочаска, Карло Ди Клементе)

Этап изменения поведения	Содержание профилактической работы	Формы работы
1. Даже не задумывается о том, что привычное поведение может быть опасным	Необходимо привлечь внимание, шокировать, привести к осознанию собственного риска	Социальная реклама, плакаты, видеоклипы, занятия по профилактике. Действует в основном на первой стадии. Помогает человеку задуматься.
2. Начинает задумываться	Необходимо сообщить конкретную информацию о степени риска, помочь осознать, какие потребности удовлетворяются рискованными для здоровья действиями, помочь проанализировать «за» и «против» изменения привычного поведения, творчески искать здоровые способы удовлетворения потребностей	Для изменения поведения требуется конкретная информация – печатные материалы, телефон доверия, консультации специалистов
3. Готов действовать	Необходимо обучать новым здоровым навыкам и техникам удовлетворения потребностей,	Для достижения стабильных результатов нужны группы поддержки, социально-психологические службы,

	самоконтроля, поощрять успехи, помочь изменить привычную обстановку, научить принимать решения, обращаться за социальной поддержкой, избегать рискованных ситуаций	целенаправленная работа с окружением, родными и близкими.
4. Действует	Необходимо создать систему самоподдержки, взаимоподдержки, профессиональной поддержки	
5. Устойчивый результат	Необходимо выработать чувство гордости достигнутым, постоянно ощущать поддержку близкого человека	

3. Если у несовершеннолетнего уже сформировалась **психологическая** или **физическая зависимость**, основная задача педагога или психолога - убедить учащегося и его родителей, привлекая значимых взрослых, в необходимости обращения за помощью к специалистам. Следует дать взрослым адреса, где несовершеннолетний может получить квалифицированную консультацию, и проследить, чтобы он ее получил.

Часто лечение несовершеннолетнего осуществляется амбулаторно и он продолжает посещать школу, поэтому для такого учащегося необходимо создать условия, благоприятствующие реабилитационному процессу, помогающие преодолевать дискомфортные ощущения, обусловленные отказом от ПАВ, а также дающие опыт переживания положительных ощущений.

Такой режим включает в себя организацию щадящей учебной нагрузки, помощь в освоении предметов и поддержку положительных сдвигов в освоении школьной программы, что дает возможность формировать у учащегося представление о социально приемлемых способах реализации потребности в признании, успехе, достижении психологического комфорта, повышает его самооценку. Следует отметить, что школьная неуспеваемость может быть как следствием употребления несовершеннолетним психоактивных веществ, так и

фактором, способствующим наркотизации, в связи с чем данная работа является чрезвычайно важным компонентом реабилитации в условиях образовательной организации и в ней должны участвовать все учителя.

Сложнейшая проблема, которую нужно будет решить педагогу в отношении учащегося, систематически использующего наркотические вещества или иные ПАВ, - организация его общения в классе. При решении этой проблемы важно вовлечь несовершеннолетнего в жизнь школьного коллектива, создать условия, при которых пребывание в школе будет для него комфортным и он будет получать опыт социально одобряемой активности, самореализации. Целесообразно включать его в групповую работу, где он будет нести ответственность за результаты совместной деятельности и получать от педагога оценку своего личного вклада. При этом нельзя исключать возможность вовлечения несовершеннолетним в наркотизацию его одноклассников. Поэтому надо внимательно следить не только за самим несовершеннолетним, злоупотребляющим ПАВ, но и за школьниками, тесно с ним общающимися.

Организация строжайшего контроля, исключающего возможность употребления спайсов и других ПАВ, является важнейшим условием практической работы с несовершеннолетними. Поэтому необходимо контролировать посещаемость учащимися всех уроков, сразу же выясняя причины пропусков и следя за возможными изменениями в их состоянии, свидетельствующими о возможной наркотизации. К контролю за посещаемостью учащимися школьных занятий должны быть привлечены все учителя. Но такая работа только тогда будет иметь смысл, когда строгий антинаркотический контроль осуществляется и в семье несовершеннолетнего.

### **Правила поведения педагога при обнаружении факта распространения наркотических средств или психотропных веществ на территории школы**

1. Не предпринимать никаких самостоятельных действий по предотвращению распространения наркотических средств и психотропных веществ (не проводить

собственных расследований, исключить попытки контакта с распространителями и т.д.).

2. Исключить возможность утечки информации, т.е. не обсуждать этот вопрос даже со своими коллегами.

3. Зафиксировать как можно больше информации (если распространение происходит с использованием транспорта: марка, номер, цвет машины, по возможности приметы распространителя и периодичность появления; если распространение организовано через курьера, то указать его приметы и периодичность появления).

4. Всю имеющуюся информацию передавать только в УМВД по Вологодской области, подразделение, на которое возложены задачи и функции упраздненного территориального органа ФСКН России, тел. 78-63-41 - по вопросам распространения и профилактики

Единый «телефон доверия» УМВД России по Вологодской области – тел. 79-45-83.

### **Передозировка психоактивных веществ.**

Самым грозным осложнением употребления наркотиков и токсических веществ является передозировка. В этом случае может наступить смерть от остановки дыхания, сердца или перекрытия рвотными массами дыхательных путей. Важно вовремя оказать первую медицинскую помощь и вызвать скорую медицинскую помощь. Признаками передозировки являются: потеря сознания, резкая бледность, неглубокое и редкое дыхание, плохо прощупывающийся пульс, отсутствие реакции на внешние раздражители.

#### **Этапы оказания первой медицинской помощи:**

- вызвать скорую помощь;
- повернуть на бок лицом вниз;
- очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс;
- следить за характером дыхания до прибытия врачей;

- при частоте дыхательных движений меньше 8-10 ударов в мин. необходимо провести искусственное дыхание «изо рта в рот», используя специальный переходник, например, из дорожной аптечки.

### Литература

Ивлева Н.В. Синтетическая отравы под названием «спайс»//ОБЖ. Основы безопасности жизни.- 2014.-№11.- С.56-60

Габер И.В., Елгин С.Г. Действия при обнаружении факта распространения или употребления несовершеннолетними наркотических средств или психотропных веществ//ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2013. - №10.- С41-45.

### *Классный час «Спайс – опасность нашего времени»(для 8-11 классов)*

**Цель:** формирование адекватного представления об опасности употребления курительных смесей, снижение вероятности вовлечения подростков в экспериментирование с курительными смесями.

**Задачи:**

Способствовать осознанию влияния наркотиков на будущее человека, на его состояние здоровья и перспектив личностного развития.

Способствовать развитию умений распознаванию манипуляций, склоняющих к приему ПАВ.

Способствовать формированию ответственного отношения к своему здоровью

**Материалы:** текст анкеты по осведомленности в проблеме употребления курительных смесей, листки для проведения анкетирования, презентация «Спайс – опасность нашего времени», текст «Песни кота и лисы (из ф-ма «Приключения Буратино»)». Автор текста (слов) Окуджава Б.

Ход занятия.

Введение.

Человек растет, становится более независимым и самостоятельным в выборе того, что он считает важным и допустимым в своей жизни. Многие социальные явления распространены в обществе, несмотря на негативные последствия: курение, неумеренное употребление алкоголя. Вызывает озабоченность распространение наркотиков (включая спайсы). Вам и вашему сверстнику приходится делать выбор: что он возьмет в свою жизнь, а от чего откажется. Важно сделать это осознанно, понимая как это отразится на вашей жизни, какой вы себе ее представляете. Наш классный час о спайсах.

**Ведущий.** «Проверим, насколько объективны наши представления о спайсах (курительных смесях). Прошу заполнить небольшую анкету. На каждый вопрос - 3 варианта ответов: «да», «нет», «не знаю»

(анкету можно предъявить на слайде презентации; обучающиеся в этом случае на листках бумаги выписывают номер вопроса и вариант своего ответа). После заполнения анкеты можно по поднятым рукам определить процент того или иного ответа в группе. Либо выбрать группу «счетчиков», которые определяют процент осведомленности (суммируются ответы «не знаю», неверные «нет»).

Анкета

Вопросы	Да	Нет	Не знаю
I. Являются ли курительные смеси наркотиками*			
II. Использование спайсов (курительных смесей):			
1) приводит к изменению круга общения			
2) приводит к изменению интересов, характера			
3) приводит к нарушениям памяти, мышления			
4) нарушается способность контролировать свое поведение			
5) может привести к нарушениям восприятия, галлюцинациям (видениям)			
6) приводит к депрессии, суицидным попыткам			
7) может нарушить репродуктивное здоровье, один из самых кратчайших путей к бесплодию			
8) вызывает отравление (тошноту, рвоту)			
9) становится причиной развития воспалений дыхательных путей хронического характера			
10) приводит к расстройствам координации			
11) приводит к разрушению мозга, печени, почек			
12) может привести к инвалидности по причине тяжелых поражений центральной нервной системы (ЦНС)			

\*Наркотики – психоактивные вещества, вызывающие измененные состояния сознания. Употребление наркотиков приводит к зависимости, наркомании. **Наркомания – хроническое, психическое, неизлечимое заболевание.** Связано с систематическим приемом ПАВ, имеет негативные последствия для организма и **личности** больного. Помощь ориентирована на достижение ремиссии, т.е. способности обходиться без наркотиков в ситуации зависимости от них.

По окончании заполнения анкеты - подведение итогов, подсчет баллов по оценке «не знаю», дополнение учителем (психологом) сведений о последствиях употребления спайсов (можно использовать данные Приложения 1).

*Информация для ведущего.* В выводах важно подчеркнуть риски: употребление курительных смесей - «русская рулетка» (задать вопрос – знают ли о том, что такое «русская рулетка»). **Скорость формирования зависимости и эффекты мало предсказуемы**, зависят от **дозировок** (которые невозможно контролировать потребителю, их состав постоянно меняется, у

спайсов нет строгой «рецептуры» — туда намешивают, что угодно и в каких угодно пропорциях: от веществ, вызывающих галлюцинации (видения) до тяжелых ядов), **конституциональных особенностей организма** каждого, кто их использует.

Если при заполнении анкеты много ответов «нет», «не знаю», желательно провести деловую **игру «Орел или решка, развенчание мифов о наркотиках»** (4, с.69).

Распределяются роли. Выбирается «Ареопаг» (5 человек), задача которого –внимательно выслушивать доводы участников игры и оценивать их. «Ареопаг» также подводит итоги дискуссии по каждому из вопросов.

Группа из 3-4 подростков представляет «прессу». Они должны записывать все наиболее важные мысли, выводы, прозвучавшие в ходе игры. После игры представители «прессы» выпускают специальный номер газеты.

Задача игроков – как можно убедительнее отстоять свою точку зрения.

В начале игры одна из команд подбрасывает монету. Если ей выпадает «орел», то она становится обвинительной стороной (ей необходимо развенчать миф, выносимый на обсуждение), если выпадает «решка» - команда должна представить доводы «за» - отстоять правоту данного мифа.

На подготовку отводятся 2-3 минуты, после чего «Ареопаг» поочередно предоставляет слово каждой команде.

При подведении итогов учитывается четкость и убедительность доводов, представленных командами.

**«Ареопаг», резюмируя услышанное, должен подчеркнуть ошибочность представлений о безопасности наркотизации.**

На плакате (можно спроецировать на экран) заранее выписаны мифы о наркотиках:

Существуют неопасные наркотики, от которых не возникает зависимость.

Ничего страшного не случится, если один раз попробуешь наркотик

Можно контролировать процесс: «Когда захочу-брошу»

Наркотики спасают людей от житейских невзгод

Благодаря наркотику испытываешь чувство эйфории

Наркотики расширяют сферу духовной свободы человека, поэтому их употребление способствует прогрессу.

**Вопрос ведущего** обучающимся после заполнения и обсуждения результатов анкетирования (завершения деловой игры):

*«Что бы ты сказал сверстнику, который решил попробовать курительные смеси или уже употребляет их какое-то время?»*

**Ведущий:** *«Склоняют к употреблению наркотиками, **манипулируя** сознанием человека. Как ты понимаешь выражение манипулировать (использовать манипуляции) в общении с другим человеком».*

Обобщая ответы подростков, следует обратить их внимание на то, что манипуляция – это стремление побудить человека сделать то, что противоречит его интересам, соответствует интересам манипулятора.

**Задание:** *Вспомните текст песни (прочитайте слова) «Песня кота и лисы (Приключения Буратино)» Автор текста (слов): Окуджава Б. Композитор (музыка): Рыбников А. (Приложение)*

*Попробуйте привести примеры из собственной жизни, когда человека побуждали сделать то, что не в его интересах в соответствии с тремя вариантами манипуляций, которые приводятся в тексте песни.*

*Могут ли быть безобидные манипуляции? Предложение наркотиков (курительных смесей) как форма манипуляции. Особенно частый вариант- утверждение их безопасности, что, безусловно, является обманом, как в песне:*

Покуда есть на свете дураки,

Обманом жить нам, стало быть, с руки.

Какое небо голубое,

Мы не сторонники разбоя:  
На дурака не нужен нож,  
Ему с три короба наврешь -  
И делай с ним, что хошь!

**Ведущий:** «Чем бы ты дополнил (или изменил) рекомендации, которые помещены ниже, адресованные тем подросткам, которые по той или иной причине уже имеют опыт употребления (работа в мини-группах)?»

### **Хочу бросить: с чего начать?**

Первый шаг – осознать серьезность своего положения, развеять мифы о безвредном употреблении курительных смесей. Необходимо понять, что:

- теперь ты не хозяин самому себе, а зависишь от наркотика;
- ты нуждаешься в помощи, и зависимость просто так тебя не опустит.

Только при условии полного, а не формального осознания этих двух пунктов тебе можно помочь бросить курить.

Если человек волевой и устойчивый, он может попробовать избавиться от зависимости самостоятельно. Для этого потребуется:

- ✓ отказаться от общения с компанией курителей «спайсов»,
- ✓ занять свой день «от» и «до» (при наличии свободного времени психологи рекомендуют записаться в секцию по интересам (спортивную, творческую и т.п.), заводить новые социально-положительные знакомства),
- ✓ подготовиться преодолевать физические (тошнота, головные боли, судороги) и психические (раздражительность, тревожность, депрессия) проявления отказа от приема смеси.

**Ведущий:** «Предлагаю познакомиться с высказываниями по проблеме употребления наркотиков. Какое из них для вас наиболее актуально и значимо?»

«Все наркотики — это пустая трата времени. Они разрушают вашу память, самоуважение, все, что связано с самолюбием...», Курт Кобейн, американский певец, автор песен, музыкант и художник, вокалист и гитарист рок-группы Nirvana

«Эксперименты с наркотиками — тренировочная стрельба, где мишенью служит твоя голова», Майкл Джозефсон, американский социолог

«Тот, кто сказал, что зомби не существует, не был знаком с пьяницами и наркоманами», Дарий, философ

**Ведущий:** «Предлагаю составить свой слоган, адресованный сверстникам, который сможет их остановить в ситуации, когда им кто-то будет предлагать попробовать тот или иной наркотик (или выбрать из списка высказываний, подготовленных педагогом)».

Работа в мини-группах, затем представление своих результатов представителями (участниками мини-групп).

Завершение занятия: выбор наиболее удачного слогана.

Рефлексия: что было наиболее значимо для меня на занятии. Что было неизвестно?

### **Рекомендуемая литература:**

#### **Для ведущих: учителей, социальных педагогов, психологов**

1. Габер И.В., Елгин С.Г. Действия при обнаружении факта распространения или употребления несовершеннолетними наркотических средств или психотропных веществ//ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2013. - №10.- С41-45.
2. Дубовик И.М. Как уберечь ребенка от наркотиков?//Народное образование. – 2015. - №1. - С.207-210
3. Ивлева Н.В. Синтетическая отравка под названием «спайс»//ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2014.- №11. - С.56-60.
4. Курганский С.М. Правда о спайсе//Справочник классного руководителя. - 2015. - №4. - С.16-30

5. Лебедева О.А. Наркотики: мифы и реальность (классный час, посвященный преодолению у учащихся вредных привычек // Воспитание школьников. - 2014. - №3 - С.65-71
6. Михайлов В.Д. Осторожно: синтетические наркотики// ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2013. - №10. - С35-40.
7. Стебенева Н.В. «Время молодых» Интерактивный тренинг для волонтеров.// Не будь зависим.- 2014.- №1(25.-).- С.60-64

#### Для обучающихся:

Ди СНАЙДЕР. Практическая психология для подростков, или как найти свое место в жизни. – М.: АСТАПРЕСС, 2000. – 286с., ил (здесь: опасный путь: наркотики и алкоголь, можно читать по ссылке [http://www.e-reading.club/chapter.php/53230/44/Snaiider\\_-\\_Kurs\\_vyzhivaniya\\_dlya\\_podrostkov.html](http://www.e-reading.club/chapter.php/53230/44/Snaiider_-_Kurs_vyzhivaniya_dlya_podrostkov.html))

## Приложение 1

### Информация о спайсах.

**Спайс** («*spice*» в переводе с английского - специя, пряность, разновидность курительных смесей, вызывающих наркотический эффект).

6-7 лет назад в больницы крупных городов России начались массовые поступления подростков и молодых людей с отравлениями неизвестным веществом. Их состояние вызывало серьезные опасения и расценивалось как угрожающее жизни. В последствии выяснилось, что причиной являлись появившиеся в России курительные смеси – спайсы.

Несмотря на официальный запрет, большинство подростков воспринимают «спайс» в качестве безопасного метода получения удовольствия.

Сегодня подростку могут предложить наркотики во дворе, на дискотеке, в Интернете.

Курительные смеси распространяются также через «наружную рекламу» (на асфальте, заборах, стенах подъездов, гаражей и т.д.). В социальных сетях множество предложений бесплатно приобрести курительные смеси.

Благодаря тому, что смеси продолжают нелегально продаваться через Интернет, они по-прежнему доступны для физических лиц (в их числе – несовершеннолетние).

В состав курительных смесей входят разные растения. В одном случае нейтральные по своему воздействию на человека травы пропитываются синтетическим аналогом марихуаны (который в 5-10 раз сильнее ее самой), в иных случаях они могут содержать разнообразные травы, вызывающие измененные состояния сознания. Но, как правило, без добавок синтетических наркотических и психотропных веществ не обходится.

То, что спайсы имеют вид травяной смеси, напоминая знакомую в той или иной степени аптечную, может снижать порог ее опасности, восприниматься как безвредное средство, чем и пользуются распространители этого вида наркотических средств. Продавцы, предлагая приобрести спайс, доказывают, что "он совершенно безвреден, так как состоит только из трав, без химических добавок, а ведь природа - друг человека". Наркологи единодушно причисляют спайс к тяжелым наркотикам.

Действие наркотика может длиться от 20 минут до нескольких часов.

#### **Важно помнить, что:**

**(!) употребляя «спайс», человек подвергает свой организм воздействию химических веществ, ряд из которых не были испытаны на людях, а отсюда их истинное воздействие на конкретного человека остается неизвестным;**

**(!) передозировка «спайсами», как и другими видами наркотиков, может привести к смерти;**

**(!) лучший способ избежать отрицательных эффектов – держаться от «спайсов» подальше**

#### **Признаки употребления спайсов.**

Потребителя спайсов выдает неадекватность поведения, которая может иметь различные проявления. Наиболее характерный симптом – выраженная активность. Принявшего дозу тянет все время двигаться. При этом, однако, **координация движений нарушена и активность хаотична**. Нередко накурившийся совершает неосознанные действия. Например, ходит кругами

или по определенной траектории, натываясь на разные предметы. При сильном обкуривании, наоборот, впадает в *подобие ступора* и минут на 20-30 застывает в одной позе при полном молчании. Может также отмечаться слабая реакция на внешние раздражители, напряжение мышц. Пульс учащен, давление повышено.

Другими характерными признаками являются **покраснение белков глаз, расширенные зрачки, отрешенность взгляда, невнятность речи, кашель** (из-за раздражения дымом слизистой оболочки верхних дыхательных путей).

Нарушение сознания проявляется заторможенностью мышления, потерей связи с реальностью, приступами смеха. Но возможна тревожность, агрессия.

Имеют место **галлюцинаторные расстройства**. При закрытых глазах наблюдаются образы, возникают визуальные эффекты, могут слышаться голоса.

После употребления смесей в течение нескольких дней и дольше человек испытывает упадок общего физического состояния, нарушение концентрации внимания, апатию (особенно к работе и учебе), нарушение сна, перепады настроения (из крайности в крайность). Возможна **амнезия** – человек не может вспомнить, что он делал и что в это время происходило вокруг.

При повышении дозы наступают признаки химической интоксикации: выраженная бледность кожных покровов, сильная слабость, головная боль, рвота, судороги, отсутствие реакции на внешние раздражители. В самых тяжелых случаях полная потеря сознания, коматозное состояние, возможен смертельный исход.

Внешними следами употребления могут быть **пакетики с травой, рассыпанная трава, приобретенные папиросы «Беломор», пластиковые бутылочки с отверстием и др.**

## **Последствия употребления спайса. Медицинские и социально-психологические.**

### **Воздействие на физическое здоровье:**

Поскольку активные вещества курительных смесей – яды, то как и любые другие яды они поражают клетки и ткани всех органов.

Нарушаются функции печени и почек, они теряют способность выводить токсины и шлаки из организма. В результате - печеночная и почечная недостаточность. Исход – быстрая или медленная смерть.

Развивается сердечная недостаточность (при отравлении жалуются на боль в сердце).

Разрушается центральная нервная система.

Происходит снижение иммунитета, нарушение гормонального фона, возникает **риск бесплодия**, развитие сахарного диабета, рака легких, выпадение волос, ухудшение состояния кожи, зубов.

### **Воздействие на психическое здоровье.**

В первую очередь страдает психическая сфера. Кислородное голодание и гибель клеток мозга. Поражаются все психические функции: внимание, память, мышление. В конечном счете, **спайс ведет к слабоумию**.

Возникающие галлюцинации могут привести к трагическим последствиям (проявиться либо в агрессии к окружающим, нападении, либо в суицидных попытках).

Курительные смеси способны вызвать **зависимость буквально с первой дозы**

### **Социально-психологические последствия, влияние на личность.**

**Разрушается личность**, уходят присущие ранее интересы и ценности

Развивается опустошенность, равнодушие к самому себе, своему будущему и близким людям, теряется смысл жизни, жизненной доминантой становится наркотик.

Разрушаются социальные связи: потеря друзей, учебы, семьи.

Характерна **анозогнозия** -(новолат. anosognosia; греч. ἀ- — не- + νόσος — болезнь + γνῶσις — знание, познание) – утрата способности осознавать связанные с приемом ПАВ расстройства личности и поведения.

Наркоман попадает под ограничение в получении некоторых специальностей. Запрет на вождение транспорта, приобретение оружия.

Как следствие социальная деградация, риск вовлечения в незаконный оборот наркотиков.

**Текст (слова) песни «Песня кота и лисы (Приключения Буратино)»** Автор текста (слов): Окуджава Б. Композитор (музыка): Рыбников А.

Пока живут на свете хвастуны  
Мы прославлять судьбу свою должны.  
Какое небо голубое,  
Мы не сторонники разбоя:  
На хвастуна не нужен нож,  
Ему немножко подпоёшь -  
И делай с ним, что хошь.

Покуда живы жадины вокруг,  
Удачи мы не выпустим из рук.  
Какое небо голубое,  
Мы не сторонники разбоя:  
На жадину не нужен нож,  
Ему покажешь медный грош -  
И делай с ним, что хошь!

Покуда есть на свете дураки,  
Обманом жить нам, стало быть, с руки.  
Какое небо голубое,  
Мы не сторонники разбоя:  
На дурака не нужен нож,  
Ему с три короба наврёшь -  
И делай с ним, что хошь!

Тематические изображения для презентации к занятию







*Вам и вашему сверстнику приходится делать выбор: что он возьмет в свою жизнь, а от чего откажется. Важно сделать это осознанно, понимая как это отразится на вашей жизни, какой вы себе ее представляете.*

#### **Актуально**

За полтора месяца в России от спайсов погибло более 30 человек, и более 700 получили тяжелейшие отравления.

**Спайс** («*spice*») в переводе с английского - специя, пряность, разновидность курительных смесей, вызывающих **наркотический эффект**. В состав смесей входит, как правило, синтетический аналог марихуаны (который в 5-10 раз сильнее ее самой) или иного психотропного вещества, вызывающего **измененные состояния сознания**.



Спайсы наносят вред физическому, психическому здоровью (в том числе может нарушиться

**репродуктивное здоровье**, это один из самых кратчайших путей к бесплодию),

Разрушается **личность**, уходят присущие ранее **интересы и ценности**

Развивается опустошенность, **равнодушие к самому себе, своему будущему и близким** людям, теряется смысл жизни.

Развивается **анозогнозия** (новолат.

anosognosia; греч. ἀ- не- + νόσος - болезнь +

γνώσις - знание, познание) – отсутствует

осознание изменений **личности и поведения**

#### **Важно помнить, что:**

**(!) употребляя «спайс», человек подвергает свой организм воздействию химических веществ, ряд из которых не были испытаны на людях, а отсюда их истинное воздействие на конкретного человека остается неизвестным;**

**(!) передозировка «спайсами», как и другими видами наркотиков, может привести к смерти;**  
**(!) лучший способ избежать**



**отрицательных эффектов – держаться от «спайсов» подальше.**

#### **Знаете ли вы:**

Что употребление курительных смесей - «русская рулетка».

**Скорость формирования зависимости и эффекты** мало предсказуемы, зависят от **дозировок** (которые невозможно контролировать, у спайсов нет строгой «рецептуры») — туда намешивают, что угодно и в каких угодно пропорциях: от веществ, вызывающих галлюцинации (видения) до тяжелых ядов), **конституциональных (индивидуальных) особенностей организма** каждого, кто их использует.

**Наркотик может восприниматься твоими сверстниками как средство преодоления проблем одиночества, нарушенной коммуникации, плохого самочувствия и т.д., что фактически создает иллюзию разрешения проблем в результате употребления психоактивного вещества.**

Департамент образования  
Вологодской области  
АОУ ВО ДПО «ВИРО»

## **Осторожно, СПАЙС!**

**Памятка для обучающихся по профилактике употребления курительных смесей**



Вологда 2016

Центр психолого-педагогического сопровождения региональной системы образования

### **Обрати внимание:**

Продавцы, предлагая приобрести спайс, доказывают, что "он совершенно безвреден, так как состоит только из трав, без химических добавок, а ведь природа - друг человека".

### **Наркологи единодушно причисляют спайс к тяжелым наркотикам.**

#### **Имей в виду:**

**Предложение наркотиков** (курительных смесей) всегда **манипуляция**, попытка заставить человека делать то, что **не в его интересах**. Особенно частый вариант - **утверждение их безопасности**, что, безусловно, является обманом, как в известной песне:

Покуда есть на свете дураки,  
Обманом жить нам, стало быть, с руки.  
Какое небо голубое,  
Мы не сторонники разбоя:  
На дурака не нужен нож,  
Ему с три короба наврешь -  
И делай с ним, что хошь! (Б.Окуджава)

### **«Подсел» на курительные смеси: что делать?**

Зависимость от «спайсов» возникает достаточно быстро. Без очередного приема состояние становится невыносимым - усиливается тревога, сердце «выскакивает» из груди.

#### **Хочу бросить: с чего начать?**

Первый шаг – осознать серьезность своего положения, развеять мифы о безвредном употреблении курительных смесей.

Необходимо понять, что:

- ✓ теперь ты не хозяин самому себе, а зависишь от наркотика;
- ✓ ты нуждаешься в помощи, и зависимость просто так тебя не опустит.

Только при условии полного, а не формального осознания этих двух пунктов тебе можно помочь бросить курить.

Если человек волевой и устойчивый, он может попробовать избавиться от зависимости самостоятельно. Для этого потребуется:

- ✓ отказаться от общения с компанией курителей «спайсов»,
- ✓ занять свой день «от» и «до» (при наличии свободного времени психологи рекомендуют записаться в секцию по интересам (спортивную, творческую и т.п.), заводить новые социально- положительные знакомства),
- ✓ подготовиться преодолевать физические (тошнота, головные боли, судороги) и психические (раздражительность, тревожность, депрессия) проявления отказа от приема смеси.

### **Куда обратиться за помощью и консультацией:**

- Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей **8-800-2000-122 (8:00-20:00)**
- Экстренная круглосуточная психологическая помощь при МЧС России (тел.: 112 – опишите проблему, вас переключат на психолога) Бесплатно. Анонимно. Круглосуточно.
- Центр профилактики и медико-психологической помощи БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер №1, г. Вологда, ул. Псковская, д.11В. Тел.: **(8172)51-37-83**
- БУ ВО «Областной центр ППМСП», телефон социально-психологической поддержки «Перекресток»
- **(8172)51-39-86**

### **Признаки отравления, когда незамедлительно следует вызвать скорую помощь** (тел.: 112)

- ✓ Сознание отсутствует или есть ответ только на болевые раздражители
- ✓ Боль в груди по типу стенокардической (давящая, сжимающая)
- ✓ Судороги, похожие на эпилептические
- ✓ Температура более 38 градусов
- ✓ Учащенное сердцебиение
- ✓ Нарушение дыхания
- ✓ Галлюцинации



