**Беседа с подростками**

**«О ценностях жизни»**

Профилактическая беседа с подростками

Возможно, от некоторых сверстников или от ребят постарше тебе приходилось слышать красочные, заманчивые рассказы о действии наркотиков. Может быть тебя убеждали, что это замечательно, захватывающе, свидетельствует о мужестве и равенстве со взрослыми. Процедура употребления наркотиков обычно при этом описывается как веселое, полное радости и сопровождаемое комическими сценками мероприятие. Понятно, это очень интересно, тем более что запрещено. К тому же, ты получаешь удовольствие от общения с друзьями, а наркотик, по мнению некоторых из них, способствует лучшему пониманию, становясь в некоторых молодежных компаниях своего рода ритуалом.

И все же не спеши принимать на веру веселые рассказы. Подумай о том, почему радио, телевидение, газеты и журналы стали все чаще обращаться к теме опасности наркомании? Ведь просто так в жизни ничего не происходит. А разве родители не говорили тебе о трагедии наркоманов? Если нет, спроси их сам. Может быть, ты считаешь себя уже взрослым, у тебя есть своя точка зрения и ты не желаешь, чтобы родители решали за тебя то, что ты должен решать сам. Прекрасно! Но будь объективным и справедливым. Ты уверен, что учел все факты и обстоятельства, чтобы твое решение было безошибочным? Согласись, твоя информация получена, в основном, из рассказов приятелей и знакомых. А так ли она полна и объективна? Давай подумаем вместе. Ты читал о наркомании в газетах, журналах, видел телевизионные передачи? Ну и как? Разве тебе не было жутковато при виде наркоманов в состоянии “ломки” или детей- уродов, рожденных наркоманами? Если да, то ты действительно представляешь сложность и опасность явления. В таком случае тебе следует выработать собственную позицию в отношении наркотиков.

Прежде всего ответь себе на следующие вопросы:

Хочу ли я стать уважаемым, авторитетным человеком и полноценной личностью?

Каким путем я могу этого достичь?

Какое влияние наркотики могут оказать на формирование моих личности и социального статуса?

Что вообще я люблю и ценю в жизни? Что имеет для меня действительную ценность? Что мне даст, в конечном счете, употребление наркотиков?

Ответы на эти вопросы помогут тебе принять правильное решение. Неплохо при этом учесть и другие моменты. Например, что наши эмоции хороши лишь в сочетании с рассудком. Действительно, разве можно сравнить, например, чувства и наслаждения, получаемые от истинной любви, которая делает нашу жизнь интересной и осмысленной, с ощущениями от наркотиков. Это все равно, что сравнивать реальную жизнь с миражом или сном.

А если вдруг в твоей жизни возникли трудности и проблемы?

Как поступать в этих случаях? Подумай об этом без спешки, основательно. Поможет ли наркотик решению твоих проблем, преодолению трудностей? Скажешь: - “но другие же пробуют!”. Пробуют слабые, неуверенные в себе люди. А разве ты слабый? Тебе ведь по силам найти верные пути решения проблемы. Может быть, ты думаешь, что некоторые из твоих трудностей неразрешимы? Ошибаешься! Твои проблемы обычны. Они бывают у многих, особенно у молодых людей. Такие же или несколько иные, но бывают обязательно. Жизнь без проблем не бывает. Пройдут годы и, вспоминая о сегодняшних трудностях, ты, скорее всего, устыдишься своих слабостей. Да и стоит ли поддаваться панике и унынию? Подумай, как твое решение может повлиять на достижение поставленной жизненной цели.

Запомни: наркотики могут в два счета разрушить все в твоей жизни, в том числе и уверенность в себе, самостоятельность, независимость, ясность сознания, привлекательную внешность и взаимопонимание с друзьями. А потому - будь тверд и рассудителен, не поддавайся ни на какие уговоры попробовать наркотики.

Подумай на досуге над моими советами, которые апробированы жизнью многих людей.

Хотя может быть и не так легко бывает иногда ответить отказом на предложение приятеля или твоей девушки (парня), имей решимость воздержаться от употребления наркотика.

Имей мужество отказаться, несмотря ни на какие уговоры кого бы то ни было, от соблазна попробовать наркотик.

Не заблуждайся, считая наркотик средством быстро повзрослеть. Это - то же самое, что стучать головой об стенку с целью поумнеть. Быть на "ты" с наркотиками еще не значит утвердить себя в глазах окружающих и достичь уверенности в себе. Одурманенный наркотиком молодой человек скорее смешон, чем мужественен. Он напоминает осоловевшего петушка, сорвавшего голос, но изо всех сил старающегося взять высокую ноту.

Все рассуждения наркоманов о стимулирующих свойствах наркотиков - это всего лишь способ скрыть свою беспомощность и зависимость перед этим злом.

Принимая наркотики, ты разрушаешь свое желание быть независимым, так как зависимость от наркотиков - самая жестокая зависимость из всех возможных.

Будет ли тебе действительно хорошо, если у тебя появятся еще и проблемы, связанные с наркотиком? Не добавляй себе дополнительный груз тяжких проблем.

Подумай дважды, трижды..., подумай, как следует! Твое будущее зависит только от тебя.

Подготовь себя к возможной встрече с теми, кто захочет приобщить тебя к наркотикам, начиная с первой пробы, с первого эксперимента. Умей сказать "Нет", выбери несколько способов, подходящих, по твоему мнению, лично для тебя. Заранее продумай варианты решительного поведения.

ПЯТЬДЕСЯТ СПОСОБОВ СКАЗАТЬ "НЕТ"

1. Спасибо. Я буду рад этим воспользоваться, как только мне это понадобится.

2. Я в этом не нуждаюсь.

3. Я не курю.

4. Не похоже, чтобы мне сегодня стало от этого хорошо.

5. Я не собираюсь загрязнять организм.

6. Я не в настроении, поэтому не хочу сегодня это пробовать.

7. Не сегодня или не сейчас.

8. Я не думаю, что мне стоит это начинать до тех пор, пока я не буду иметь своих денег.

9. Нет, я не хочу неприятностей.

10. Сейчас не могу. Моя мать нюхает меня, когда я прихожу домой.

11. Когда мне это понадобится, я дам тебе знать.

12. Мои родители меня убьют.

13. Я таких вещей боюсь.

14. А почему, как ты думаешь, эту штуку называют дурманом?

15. Когда-нибудь в другой раз.

16. Это не для меня.

17. Нет, спасибо.

18. Если тренер узнает, он заставит меня бежать 20 кругов.

19. В последний раз, когда мать застала меня за курением, МНЕ не давали денег шесть месяцев (два года и т.п.).

20. Меня посадят на мель, если плохо буду следить за своей маленькой сестрой;

21. Ненавижу думать о том, что случится, если мама застанет меня за курением (выпивкой и т.д.).

22. Нет, спасибо, у меня и так хватает неприятностей с родителями.

23. Нет, спасибо, я дождусь, пока мне это будет разрешено законом (по возрасту).

24. Ты надо мной смеешься. Меня не выпускают из дома, даже если от меня пахнет сигаретным дымом после того, как был рядом с курящими людьми.

25. Нет, спасибо, у меня и так ужасные оценки.

26. Я за витамины!

27. Нет, спасибо, препаратов не хочу.

28. Я и без этого превосходно себя чувствую.

29. Нет, спасибо, у меня завтра проверочная работа за четверть, и мне сегодня вечером надо подготовиться.

30. Нет, спасибо, у меня на это бывает аллергическая реакция.

31. Я вчера поздно лег спать, у меня и без того красные глаза.

32. Нет, я за рулем.

33. Нет, мне понадобятся все мозги, какие есть.

34. Нет, спасибо, это опасно для жизни.

35. Я пытаюсь сколотить легкоатлетическую команду, и слышал, что дым вредит легким.

36. Ты с ума сошел? Я даже не курю сигарет.

37. Эти химические радости не для меня.

38. Нет. Я это пробовал, и мне не понравилось.

39. Мне не хочется умереть молодым.

40. Нет, я и так много воюю со своими родителями.

41. Нет, когда-нибудь я могу захотеть иметь здоровую семью.

42. Нет, спасибо, я только что прочел статью о вредных эффектах этого.

43. Я хочу быть здоровым.

44. Это мне ничего не дает.

45. Сейчас аллергический сезон, и у меня и без того все время красные глаза.

46. Нет, спасибо, я слышал, что от этого глаза краснеют.

47. У меня завтра важная контрольная, и я хочу хорошо за¬помнить то, что сегодня буду учить.

48. Я начинаю вести себя глупо, когда курю (пью и т. д.).

49. Меня до сих пор контролируют с тех пор, как мама в пос¬ледний раз поймала меня за этим, а это было два года назад.

50. Я цыпленочек? Где ты видишь на мне перья?