

# Рекомендации для учащихся

1. Возможно, от некоторых сверстников или от ребят постарше тебе приходилось слышать красочные заманчивые рассказы о действии наркотиков (никотина, алкоголя). Может быть тебя убеждали, что это замечательно, захватывающе, свидетельствует о мужестве, равенстве с взрослыми. Процедура употребления вредных веществ обычно при этом описывается как весёлое, полное радости и сопровождаемое эйфорией. Понятно, это очень интересно, тем более что запрещено. Ты получаешь удовольствие от общения с друзьями, а наркотик, по мнению некоторых из них, способствует лучшему пониманию, становясь в некоторых молодых компаниях своего рода ритуалом. И всё же не спеши принимать на веру весёлые рассказы.
2. Подумайте о том, почему радио, телевидение, газеты и журналы стали всё чаще обращаться к теме опасности наркомании. Ведь просто так в жизни ничего не происходит. А разве родители не говорили тебе о трагедии наркоманов (алкоголиков, ВИЧ-инфицированных)? 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 учёл все факты и обстоятельства, чтобы твоё решение было безошибочным? Согласись, твоя информация получена, в основном, из рассказов приятелей и знакомых. А так ли она полна и объективна?
3. Ты читал о вредных привычках в газетах, журналах, видел телевизионные передачи? Разве тебе не было жутковато при виде наркоманов, алкоголиков, ВИЧ-инфицированных в состоянии «ломки» или детей-уродов, рождённых наркоманами, алкоголиками. Если да, то ты действительно представляешь сложность и опасность явления. В таком случае тебе следует выработать собственную позицию в отношении вредных привычек.

4. Прежде всего, ответь себе на следующие вопросы: Хочу ли я стать уважаемым, авторитетным человеком и полноценной личностью? Каким путём я могу этого достичь? Какое влияние вредные привычки могут оказать на формирование моей личности и социального статуса. Что вообще я люблю и ценю в жизни? Что имеет для меня действительную ценность? Что мне даст, в конечном счёте, употребление алкоголя, табака, наркотика и др.
5. Если вдруг в твоей жизни возникли трудности и проблемы? Как поступить в этих случаях? Подумайте об этом без спешки, основательно. Поможет ли наркотик, алкоголь, сигарета 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 другие, но бывают обязательны. Жизни 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 твоё решение может повлиять на достижение цели.
6. Будет ли тебе действительно хорошо, если у тебя появятся ещё проблемы, связанные с употреблением наркотика, алкоголя и др.? Не добавляй себе дополнительный груз тяжких проблем. Подумай дважды, трижды..., подумай, как следует!

**Твоё будущее зависит  
только от тебя!**