

«Жизнь без иллюзий»

Что такое зависимость?

Зависимость — это не просто «вредная привычка». Это хроническое заболевание, которое полностью меняет работу головного мозга. Человек теряет контроль над своими действиями и приоритетами.

Разрушение мифов

- **Миф 1:** «От одного раза ничего не будет».
- *Реальность:* Современные синтетические вещества вызывают сильное психологическое привыкание с первого приема.
- **Миф 2:** «Легкие наркотики / вейпы безопасны».
- *Реальность:* Безопасных доз не существует. Вейпы содержат токсичные вещества, а «легкие» наркотики — это прямой путь к тяжелым веществам.
- **Миф 3:** «Алкоголь помогает снять стресс».
- *Реальность:* Алкоголь — это депрессант. После временного расслабления он усиливает тревогу и разрушает нервную систему.

Последствия:

- **Здоровье:** Необратимое разрушение клеток мозга, печени, сердца и психики.
- **Окружение:** Потеря друзей, доверия родителей, разрушение планов на карьеру.
- **Закон:** В Республике Беларусь действует жесткое законодательство. Согласно статье 328 УК РБ, за незаконный оборот наркотиков (даже без цели сбыта, просто за хранение) грозит реальное лишение свободы. Возраст уголовной ответственности за сбыт наступает с 14 лет.

Что нужно знать взрослым о зависимостях. Новая реальность:

Сегодня проблема алкоголя и наркотиков выглядит иначе, чем 10–20 лет назад. Внешние признаки изменились:

- **Невидимая угроза:** На смену шприцам пришли вейпы (электронные сигареты) и синтетические наркотики («соли», «мефедрон»). Ребенок может употреблять их прямо дома, и вы не почувствуете запаха.
- **Ловушка легких денег:** Интернет-магазины наркотиков активно вербуют подростков через мессенджеры. Им обещают легкий заработок за раскладку «товара» (закладчики). Дети думают, что это просто игра или квест, не осознавая масштаба беды.

Тревожные маркеры: на что обратить внимание

Взрослым важно не упустить момент. Поводы для немедленной проверки:

- **Резкая смена поведения:** Потеря интереса к учебе, скрытность, агрессия, резкие перепады настроения.
- **Финансы:** Появление у подростка непонятных дорогих вещей, гаджетов или крупных сумм денег.
- **Гаджеты:** Использование зашифрованных мессенджеров (Signal, Telegram), программ для скрытия координат (GPS), фотоснимки странных мест (заборы, деревья, углы домов) в телефоне.
- **Физические признаки:** Слишком широкие или узкие зрачки, которые не реагируют на свет, постоянная жажда, нарушение сна и аппетита.

Что делать?

Главная профилактика — это внимание и доверие в семье.

- **Разговаривайте:** Дети должны знать о жесткости закона и опасности первой пробы лично от вас, а не от «друзей» на улице.
- **Контролируйте, но уважайте:** Интересуйтесь источниками доходов ребенка и его окружением.

Не бойтесь просить о помощи: Если беда случилась, не замалчивайте ее из-за стыда. Обращайтесь к профильным общественным организациям и анонимным наркологам. Вовремя забранный с улицы ребенок — это спасенная жизнь и свобода.

