

Классный руководитель. Шумайлова Л.И. 16 января 2015 года.

Классный час на тему: Беседа – лекция «Вредные привычки», 8 класс.

1 ученик. Наркомания

В последние годы наркомания стала острой проблемой для большинства стран мира. Что же такое наркомания? *Narke* на древнегреческом означает «ступор» - неподвижность, беспомощность (помрачение сознания).

Наркомания - это болезненное влечение к употреблению некоторых лекарств, веществ, парализующих центральную нервную систему. Наиболее распространенными из них являются опий, гашиш (смолистое вещество, получаемое из листьев или побегов индийской конопли, известное также как анаша, банг, харас, хусус), снотворные средства, стимуляторы центральной нервной системы, ЛСД (диэтиламид лизергиновой кислоты, содержащейся в спорынье-грибе, паразите ржи), героин и др. Последний - чрезвычайно активный наркотик. Одна миллионная часть грамма его на 1 кг веса человека вызывает галлюцинации. Он вызывает стойкие острые и затяжные психозы, отмечаются расстройства сознания, постоянные приступы страха и т. д.

В чем вред наркомании? Чем же она страшна?

Во-первых, если больной не будет лечиться и впоследствии не изменит свой образ жизни, то его организм быстро начнет разрушаться. Под действием наркотиков необратимо сгорают нервные клетки, резко снижаются защитные реакции организма, на человека «набрасываются» заболевания. Медицине известны случаи, когда человек полностью «сгорал» за год. Наркотики вызывают предраковые процессы в легких, атрофию мозга, разрушают кровь. Возникают бредовые идеи ревности, устрашающие галлюцинации; больным кажется, что у них под кожей ползают жучки, черви, клопы. Пристрастие к наркотикам - это моральное и физическое самоуничтожение. Это преступление против самого себя. Жизнь пристрастившихся к наркотикам обрывается очень скоро. Причем смерть грозит подобным лицам не только в запущенных случаях, она подстерегает наркомана с первых же недель заболевания, так как результат приема наркотических веществ на организм дает непредвиденные реакции. За 2-3 месяца человек становится неузнаваемым.

Во-вторых, наркоманы не являются полноценными членами общества. Общая деградация личности в результате приема наркотиков наступает в 15-20 раз быстрее, чем от алкоголя! Наркоман - это не работник. А какой он семьянин, любящий отец или муж? Он опускается, становится черствым, эгоистичным, мелочным, раздражительным, ему безразлична судьба близких людей. Он гибнет для семьи, для общества, теряет контроль над собой («отключаются тормоза»). Особенно губительно воздействие наркотиков на подростковый и на женский организм.

В-третьих, наркоманы - потенциальные преступники. Любым путем наркоман стремится получить свою дозу наркотика. Время и энергия уходят на то, чтобы добыть не только сам препарат, но и деньги (наркотики к тому же дорого стоят) на его покупку. Для достижения этой цели они идут на все: ложь, насилие, ограбление и даже убийство. В свою очередь и сами наркотики возбуждают агрессивность.

Многие специалисты убеждены, что прием наркотиков толкает на преступление. Существует мнение, что слово «убийца» на английском и французском языках *assassin* происходит от слова «*hashashin*», то есть курильщик гашиша.

Наркоманов преследуют навязчивые идеи, чрезмерная и неоправданная раздражительность. Иногда, не в силах переносить наркотический голод, наркоманы пытаются покончить с собой.

2 ученик. Токсикомания

можно использовать обычную бытовую химию, которую и достать легко, и стоит она копейки.

Токсикомания происходит от греческого слова «toxikon» - яд, служащий для смазывания стрел. Проявлением токсикомании подростков является увлечение вдыханием паров различных химикатов: клея, бензина, ацетона, красок и других средств бытовой химии. Во многих газетных и журнальных статьях приводятся примеры смерти детей от губительного пристрастия к наркотикам.

Вернувшись с работы, мать нашла своего 13-летнего сына мертвым. На лицо мальчика был натянута полиэтиленовый пакет. Чудовищная, нелепая смерть!

Врач описывает случай, когда несколько подростков нашли веселящий газ, обладающий наркотическим действием, накрылись полотном, надышались, и все погибли...

Именно среди подростков (до 59%) больше всего приверженцев такого кайфа. Известно, что продолжительность нюханья может вызвать красочные галлюцинации. При передозировках возникают устрашающие видения, спасаясь от которых нюхальщик может, например, выброситься в окно.

Токсические вещества сразу «бомбардируют» мозг. Нервные клетки головного мозга погибают. В результате подавляется воля, интерес к учению, теряется ориентация в пространстве, начинают преследовать кошмары, в короткий срок развивается слабоумие. Срок развития заболевания зависит от употребляемого вещества и колеблется от 1-2 недель до 1-1,5 лет.

Почему же подростки пробуют токсические вещества и наркотики? Что толкает их на это? Любопытство. Статистика показывает, что 60% молодежи приобщилось к наркотикам из любопытства. Безволие, неумение устоять в жизни (в классе издеваются, потеря лидерства, некрасивая, мальчик предал в любви, да мало ли что!). Можно поддаться на чьи-то уговоры - понюхать всего один раз смоченную бензином тряпку. Вроде баловство. У одних острейшая рвота вызовет брезгливость и они отвернутся навсегда. Другие могут приобщиться, ведь боязнь «прослыть слабаком», «отколотся от компании» для некоторых велика. Безделье, отсутствие полноценной и наполненной жизни, эмоциональная бедность порождают желание подбодрить себя сигаретой, повеселиться с помощью алкоголя, «встряхнуться» наркотиками, а ведь этот поиск острых ощущений может кончиться весьма плачевно, обернуться непоправимой бедой для всех.

Хотя особого психического склада личности, предрасположенной к токсикомании или наркомании, нет, все же появление пристрастия к наркотикам вероятнее всего у незрелых, склонных к подражанию, подчиненных, безвольных, лишенных каких-либо четких социальных установок людей.

Самое типичное заблуждение состоит в том, что якобы наркоман сможет взять себя в руки и прекратить принимать наркотики или токсические препараты в любую минуту. Формула «Я попробую и брошу» - самая распространенная ловушка. Ни под каким видом, ни под каким предлогом - ни из любопытства, ни из смелости, ни из чувства товарищества - не принимай наркотики и токсичные вещества. Помни, что это не сладостное занятие, не приятное времяпрепровождение, а почти неизлечимая болезнь. Страшная. Мучительная. Разрушительная.

3 ученик. Алкоголь

Запомни на всю жизнь: девушка и алкоголь - понятия несовместимые. Ты спросишь почему? Потому что водка - самый страшный враг семьи, любви и счастья. Пьющий муж (а отец, сын?), куражащийся над женой и детьми, пропивающий зарплату, нравственно опустившийся человек, - что может быть для женщины страшней этой беды?

Заливать горе или радость, а чаще всего просто пустоту вином всегда считалось «привилегией» отдельных мужчин (настоящие мужчины не измеряют свои достоинства количеством распитых бутылок). Но вот и девушки, не стыдясь, а часто бахвалясь, стали выпивать «для настроения» перед тем, как идти на танцы или на каток, после сданного экзамена и т. д. Что это? Боязнь отстать от парней?

Пьющая девушка. Это страшно. Она более несдержанна, развязна, чем парень, более агрессивна, цинична, распушенна. Еще совсем недавно, несколько десятилетий назад,

женский алкоголизм встречался довольно редко. Уже к середине прошлого века отечественные психиатры насчитывали в числе своих пациентов, страдающих алкоголизмом, до 12-17% женщин. Самое печальное, что более половины девушек начинают пить в возрасте от 16 до 21 года. И прежде всего у себя дома (от 65 до 80%).

Под влиянием алкоголя теряется женственность, привлекательность, формы тела утрачивают характерную для женщин плавность, округлость, голос становится грубым, сильным, кожа - морщинистой и шершавой. Это результат поражения алкоголем желез внутренней секреции. А так как женщины более чувствительны к алкоголю, чем мужчины, то и все изменения у них наступают быстрее (спиваются женщины за 3-4 года). Злоупотребление спиртными напитками приводит к расстройству деятельности сердечно-сосудистой системы, почек, печени, желудка, кишечника, психики. Пьянство укорачивает жизнь на 15-20 лет. Девушки в силу своей молодости, неопытности ошибочно полагают, что выпивки в компаниях - неременный и бесспорный показатель их взрослости, самостоятельности. И пьют, чтобы не показаться маменькиной дочкой, чтобы не прослыть чужой.

Горько и страшно читать сочинения, в которых дети пишут: «Я ненавижу свою мать. Ненавижу за то, что она всегда пьяна...» Ребенок стыдится своего пьющего отца, но пьянство матери дети воспринимают более болезненно. Пьянство матери - глубокая травма для ребенка.

Социологи подсчитали, что событий, за которые «нельзя не выпить», у человека может набраться 40-50 в год. А такая «вынужденная» регулярность в употреблении спиртного предрасполагает к развитию алкоголизма. Алкоголизм - это цепная реакция, которая передается от одного человека к другому, от родителей к детям. Мы находимся в заколдованном порочном кругу. Кто разорвет этот круг?

Подводим итоги. Приводим примеры.