**Информация о действиях и последствиях употребления психоактивных веществ. Понятие зависимости. Зависимость как деструктивная форма защиты личности, как иллюзорный способ ухода от проблем. Мое отношение к алкоголизму и наркомании.**

В психологии зависимость называют аддиктивным поведением. Это непреодолимое влечение к веществам или объектам, выражающееся в совершении определенных действий, при отсутствии которых человек испытывает психологический дискомфорт. Отличие зависимости от увлечений и хобби – разрушительное воздействие на личность. Индивид с аддиктивным поведением направляет всю свою активность на удовлетворение своей зависимости. При этом не развиваются другие стороны личности, имеющие потенциал, часто обрываются социальные связи. Формируется окружение таких же аддиктивных личностей, что вовлекает человека в замкнутый круг.

Зависимости разделяют на два основных вида:

Химические. Это зависимость от определенных веществ. Потребность в объекте зависимости выражается физиологическими реакциями. Сюда относится наркомания, алкоголизм и токсикомания.

Нехимические (психологические). Потребность в объекте выражается в крайнем психологическом дискомфорте. При этом возможны психосоматические проявления. Количество психологических зависимостей растет. Например, зависимости от компьютерных игр и порнографии связаны с развитием интернет-технологий.

Химические и психологические аддикции связаны между собой. Они формируются по единому механизму. Алкоголик и игроман с точки зрения аддиктологии очень похожи. Аддикции могут перетекать одна в другую, к примеру, игроман может стать алкоголиком, а избавившийся от алкогольной зависимости человек может пристраститься к азартным играм. Аддиктивная личность – это человек, склонный к зависимому поведению в любой форме. Общая черта – стремление уйти от реальности путем изменения психического состояния.

Факторы возникновения аддиктивного поведения

Биологические.

Наследственность имеет влияние на возникновение зависимости. Дети алкоголиков нередко становятся такими же зависимыми личностями, даже если проживали отдельно от пьющих членов семьи. Дело в том, что особенности функционирования нейромедиаторных систем обуславливают степень изначальной толерантности к психоактивным веществам. У людей с высокой толерантностью, которая имеет генетическое происхождение, зависимость формируется быстрее.

Психологические факторы.

Это различные патологии в личностной сфере. Сюда относят акцентуации характера и психопатии.

Мотивационно-потребностные факторы.

Это стремление самоутвердиться в коллективе, поддержать субкультурную традицию или удовлетворить любопытство. Мотивационно-потребностный фактор часто является причиной аддиктивного поведения у подростков.

Социальные факторы.

У человека, выросшего в дисфункциональной семье, есть большой риск возникновения зависимости. Этот риск возрастает, если в семье злоупотребляли алкоголем или наркотиками.

Факторы часто пересекаются. Как правило, у людей, имеющих акцентуации характера, были проблемы в родительской семье. Именно взаимосвязь факторов ведет к стремлению уйти от реальности путем патологических пристрастий.

Как распознать зависимость

Зависимость отличается от увлечения тем, что не несет никакой пользы для личностного развития. Она причиняет ущерб социальной жизни, отношениям с близкими, мешает раскрывать потенциал. Увлеченный человек:

имеет широкий спектр интересов;

соблюдает баланс между работой и отдыхом;

имеет широкие социальные связи, находится в хороших отношениях с близкими;

делает выбор в пользу основной работы, семьи и друзей.

Зависимый человек:

теряет социальные связи, находится в конфликте с близкими;

зачастую все свободное время посвящает одной деятельности;

терпит неудачи в карьере и личной жизни, не имея сил отказаться от объекта зависимости;

отрицает факт наличия зависимости;

при недоступности объекта впадает в депрессивные состояния.

Психоактивные вещества – ложная и разрушительная возможность заполнения духовного вакуума.

Если возникает подозрение о наличии у человека зависимости, необходимо попытаться принять меры. Чем дольше аддиктивная личность находится во власти своей зависимости, тем сложнее от нее избавиться.

Возможность выздоровления.

- Признание наличия проблемы.

- Обращение за помощью.

- Выздоровления должно касаться всех четырех аспектов заболевания.

Ответственность подростка за собственное употребление психоактивных веществ.

Деловая игра «Предотвращение употребления психоактивными веществами»

Оборудование: бумага, ручки

Участникам предлагается представить себя руководителями учебных учреждений. Задача – предотвращение употребления психоактивных веществ в их учебном заведении.

*Ответы записать на листе бумаги и прислать куратору.*