




НЕФТЯНОЙ ИНСТИТУТ
филиал ФГБОУ ВО ЮГУ
г. Нижневартовск

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Югорский государственный университет» (ЮГУ)
Нефтяной институт

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по МП и ВР

НефтИн (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ»

 А.П. Антонова

« 03 » 04 2024г.

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА КЛАССНОГО ЧАСА

«Риски формирования зависимостей: как не поддаться»

г. Нижневартовск

2024

КЛАССНЫЙ ЧАС

«Жизнь без зависимостей»

Цель: Уметь противостоять современным зависимостям.

Задачи:

- Формирование понятия «зависимость»
- Знать приемы борьбы с зависимостями.
- Воспитывать умения активного противостояния пагубным привычкам

ХОД КЛАССНОГО ЧАСА:

Эпиграф:

*Кому-то нужна фольга и бутылка.
Кому-то нужна монета.
Кто-то зависит от кокса,
А кто-то - от человека.
Наркотик бывает разный
И зависимость - точно та же.
Ты скажешь "я независим".
В нашем мире зависим каждый.*

Автор неизвестен

ЗАВИСИМОСТЬ... миф или реальность?

В сети Интернет известно это стихотворение (автор слов, к сожалению, не известен) и именно эти строки заставляют задуматься о том, что мы так часто говорим о себе: «Я независим(а)!» но на самом деле каждый из нас действительно зависим, только эта самая зависимость у всех разная...

Сегодня мы с Вами поговорим о том, что такое зависимость, бывает ли зависимость полезной и можно ли справиться с этой самой зависимостью.

СЛАЙД 2

Зависимость — навязчивая потребность, ощущаемая человеком и подвигающая его к определенной деятельности.

Конечно, можно сказать, что все мы зависимы - как минимум от силы гравитации, от наличия кислорода, от определенного климата, от воды, еды... В общем, от различных факторов, обеспечивающих наше физическое существование, точнее - необходимое выживание. А еще можно сказать, что в определенной мере человек зависит от социума, в котором живет, от наличия в собственной жизни самореализации, социального признания и востребованности, новых знаний и эстетических впечатлений, уважения и любви ...

СЛАЙД 3

Зависимость может возникать как от психоактивных веществ (а именно веществ, воздействующих на психику), так и от некоторых видов

деятельности, и даже от других людей. т.о., **зависимость возникает от вещества, от процесса, от поведения или их сочетания.**

Возможные виды зависимостей:

Интернёт-зависимость

Игровая зависимость,

Лудомания (игровая зависимость, игромания, гэмблинг-зависимость)

Клептомания

Любовная зависимость

Курение

Токсикомания

Алкоголизм

Наркомания

Зависимости есть у всех людей.

Как говорил Герман Гессе «В основном свободу человек проявляет только в выборе зависимости».

Так, например, все мы зависимы от современных мобильных телефонов. Только для кого-то это зависимость от социальных сетей и досугового времяпрепровождения, а для кого-то телефон – органайзер, который всегда под рукой. Мы все, так или иначе, зависимы от общественного мнения или каких-то услуг. Кто-то не может жить без чтения, а кто-то не может жить без наркотиков. Кто-то зависим от нежности и тепла, а кто-то жить не может без скандалов и агрессии. Зависимости есть у всех, но характер они имеют разный, соответственно, и последствия отличаются.

Говоря о **зависимостях**, можно выделить:

- **Конструктивные** (созидающие);

- **Деструктивные** (разрушающие).

А самым близким житейским понятием является термин «привычка». Думаю, в таком сравнении проще понять суть зависимости - как социально-психологического феномена.

СЛАЙД 4

У всех зависимостей примерно одинаковый механизм формирования (**спрашиваем у студентов**):

- сложная жизненная ситуация, проблема и как следствие,
- возникновение желания ее решить –
- возникновение интереса, мотива –
- легкая увлеченность-
- увлеченность –
- привязанность (вредная привычка) –
- зависимость.

По сути, зависимость и есть привычка, основанная на навыке. Это потребности в повторении привычного действия. Сам по себе механизм зависимости имеет нейтральный характер. Положительным или отрицательным он становится, когда **человек дает направленность** своей

зависимости.

Например, мы привыкли заботиться о своей внешности: умываться, следить за прической и одеждой. И, согласитесь, внешний вид влияет и на душевное состояние? Мы зависимы от самих себя и обстоятельств. Но одни зависимости, например, потребность в чтении или занятиях спортом, позволяют нам расти, а другие, например, потребность в употреблении ПАВ –тянут на социальное дно.

Зависимое поведение – подразумевает психологический и физический компонент, притом носящий как положительный, так и отрицательный характер. Когда речь идет о психологическом элементе зависимости, это не обязательно в отрицательном ключе.

Соответственно, можно стремиться **освободиться** как от деструктивной зависимости, так и формировать (полезную) конструктивную. Например, зависимость от умеренных физических нагрузок или изучения иностранного языка.

Освободиться от зависимости не просто, потому что, то время и место, которое было отдано зависимости, становится пустым в жизни, возникает много чувств, с которыми мы не готовы встречаться или просто не научены и не способны переживать их в одиночку, поэтому часто, подходящий вариант

– замена деструктивных зависимостей конструктивными.

Но вариантов всегда больше, чем два.

Причины возникновения зависимостей

СЛАЙД 5

Как вы заметили, "объектом" зависимости может стать и алкоголь, и наркотик, и религия, и работа, и еда, и игра, и даже другие люди. Зависимость может стать единственным смыслом жизни для человека, желающего спрятаться от реальности.

- А зачем человеку нужно прятаться от реальности? Как вы думаете, в каких случаях это может происходить!?

(**Ответ:** У человека что-то не получается, он не умеет справляться с проблемами, ему скучно, хочется острых ощущений, нет ситуаций успеха, в его жизни мало радости.)

СЛАЙД 6, 7

- Давайте обобщим причины возникновения зависимого поведения (по мнению специалистов):

- Отсутствие высших ценностей, бездуховность;
- Отсутствие моральных запретов;
- Отсутствие поддержки со стороны семьи, близких, семейные ссоры и проблемы;
- Определенный биологический "профиль" личности: слабая сила воли, гиперактивность, расторможенность, слабый иммунитет и т.п.

- Трудная социальная ситуация: обман, ссора, предательство, разрыв личностных отношений;
- Неадекватная самооценка, тревожность, подверженность чужому влиянию;

Да, зависимому человеку та реальность, в которой он живет, кажется недостаточно интересной, радостной и дружелюбной. Он пытается ее изменить.

Обсуждение.

СЛАЙД 8

- К чему стремится зависимый человек? Давайте подумаем, с какой целью люди это делают и что они в этом находят, о каких состояниях мечтают?

(**Ответ:** Постигание неизведанного, общительность, уверенность, состояние "кайфа", активность, счастье, получение сильных эмоций, ощущение успешности, значимости, обретение идеальных отношений и т.п.)

- Человек, склонный к зависимому поведению, хочет таким образом изменить свою жизнь к лучшему, достичь каких-то важных для себя состояний. Удастся ли ему это?

(**Ответ:** Сначала удастся, а потом наступают различные вредные последствия.)

- Да, сначала "объект" зависимости может помочь забыть свои проблемы, избавиться от одиночества, почувствовать психологический комфорт. Но через некоторое время начинаются неприятности, потому что любая зависимость ограничивает человека, приносит с собой негативные последствия в разных областях - в области физического и психического здоровья, в материальной, социальной и духовной сфере.

Как не оказаться зависимым?

Стоит отметить, что не любая зависимость является физической (химической), но каждая психологическая.

«Никто не хочет признать, что мы подсели на музыку, как на наркотик. Так не бывает. Никто не подсаживается на музыку, на телевизор и радио. Просто нам нужно больше: больше каналов, шире экран, громче звук. Мы не можем без музыки и телевизора, но нет – никто на них не подсел», – Чак Паланик.

СЛАЙД 9

- Рано или поздно зависимому человеку придется платить некоторую цену за свою зависимость. Можно ли этого как-то избежать? Каким образом достижимы позитивные состояния без использования "объектов" зависимости?

(**Ответ:** Спорт, хобби, отношения с другими людьми, творчество, работа, дружба, любовь...)

Да, позитивные состояния достижимы в том случае, если человек не ждет, что они чудесным образом возникнут извне - например, от приема психоактивного вещества.

На самом деле люди способны достигать их путем собственной умственной, физической, духовной, социальной и творческой активности.

- При каких условиях собственная активность человека может стать источником мощных положительных эмоций?

(Ответ: Если эти виды активности интересны и приносят радость, если удастся достичь хорошего результата, если ты в своей активности не одинок, а окружен хорошими друзьями...)

Итак, мы с вами сейчас сформулировали хороший способ защитить себя от зависимостей. Если в нашей жизни есть хотя бы несколько занятий, которые:

- 1) интересны нам, радуют нас и хорошо у нас получаются;
- 2) помогают найти настоящих друзей и единомышленников;
- 3) делают нас более творческими, самостоятельными, здоровыми, умными и свободными, то мы вряд ли будем разрушать себя разными видами зависимостей. Мы не будем бежать от реальности, а сможем почувствовать гармонию с собой и с окружающим миром.

Задание (можно устно).

- Сейчас я предлагаю выполнить практическое задание. Каждому из вас нужно письменно перечислить те занятия вашей жизни, которые отвечают этим требованиям. Это будут ваши ресурсы, ваша защита. То, что может сделать вас сильнее и счастливее.

Выполнение задания; желающие могут поделиться результатами; обсуждение.

Иногда бывает так, что из-за трудных жизненных событий или из-за долгого плохого настроения у человека нет сил и желания заниматься чем-то интересным. Что делать в этом случае?

(Посоветоваться с близкими людьми, поразмышлять о проблемах и постараться их решить, попросить помощи у друзей, обратиться к психологу.)

Любому человеку очень важно получать поддержку и помощь в трудных жизненных ситуациях.

Отказ на предложение рискованного поведения

Представьте такую ситуацию: Вам предложили попробовать наркотики, покурить, прокатиться на подножке автомобиля или любое другое рискованное поведение.

Были ли у вас случаи, когда вас просили или принуждали что-либо сделать, а они не хотели выполнять эту просьбу, но согласились.

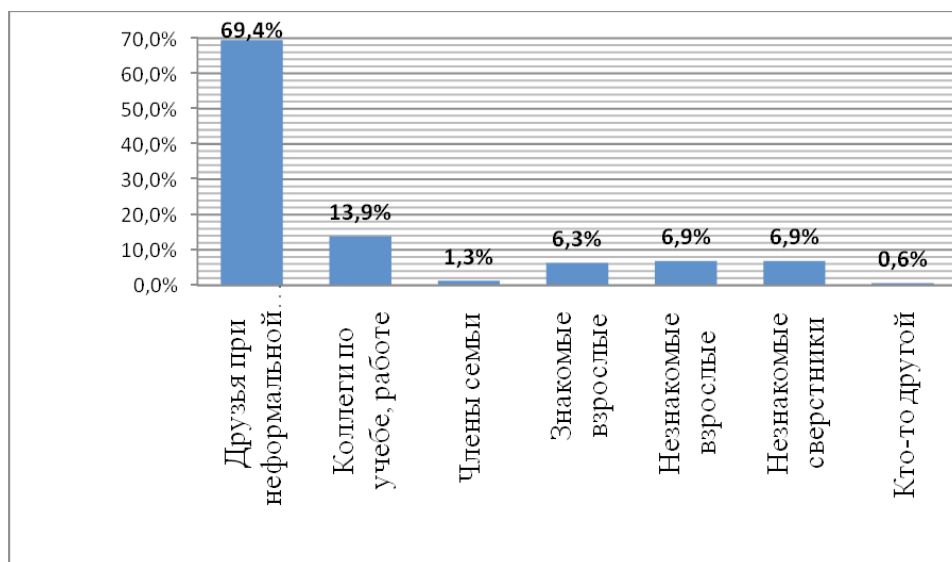
Вопросы:

1. Кто предлагал (взрослые, сверстники, знакомые, незнакомые люди)?
2. Какую цель преследовал предлагающий?
3. Удалось ли отказаться?
4. Кому труднее всего отказывать в просьбе?

5. Чьему давлению тяжелее сопротивляться?

6. Назвать причины, по которым бывает трудно отказывать в просьбе или не делать того, чего не хочется.

Диаграмма описывает, каким образом людям предлагают попробовать/приобрести наркотики.



Вывод: каждому хоть раз приходилось попадать в такую ситуацию, где нужно было отказать в просьбе, но он не смог, особенно, если это были старшие по возрасту или авторитетные люди. Существует много причин, по которым человек соглашается делать то, что ему не хочется. А именно: не хотят оказаться изгоем, быть высмеянным, бояться обидеть, казаться грубым, быть не таким как все и др. Существует много способов отказать делать то, что тебе делать не хочется или ты считаешь вредным для себя.

СЛАЙД 10

Упражнение «Откажись и объясни, предложи и обсуди» посвящено тренировке навыков безопасного поведения в рискованных ситуациях - эффективному общению и умению договариваться, неагрессивно отстаивая свою позицию.

Этих этапов следует придерживаться в рискованных ситуациях.

Последовательность этапов не имеет большого значения. Однако принципиально важно, чтобы все 4 этапа в разговоре присутствовали.

1 этап «ОТКАЖИСЬ»

Откажись от опасного поведения, не агрессивно отстаивая свое право на безопасное и рациональное поведение в рискованной ситуации.

Как отказать?

- произнеси ключевые слова «НЕТ»
- говори громким голосом
- произноси фразы отчетливо
- говори деловым тоном
- сохраняй серьезное выражение лица
- смотри собеседнику в глаза

- следи за своей осанкой - держись прямо, подкрепляй то, что ты говоришь жестами и мимикой.

Спасибо, нет! Нет, нет и еще раз нет! Нет, этого я делать не буду! Ни в коем случае!

2 этап «ОБЪЯСНИ»

Объясни, почему ты не хочешь рисковать. Объяснение поможет понять собеседнику, что ты заботишься о своем здоровье.

Как объяснить?

- сначала реши для себя, почему ты отказываешься, а затем основывай свои ответы на вопросы собеседника на этом решении
- хорошо обосновывай причину своего отказа
- объясняя причину отказа, говори с собеседником честно и открыто

Я не буду этого делать, потому что я забочусь о своем здоровье! Есть другие способы расслабиться!

3 этап «ПРЕДЛОЖИ»

Предложи собеседнику безопасные альтернативные занятия.

Как предлагать?

- предложи сделать что-нибудь другое на выбор

Мы не будем с тобой пить, пойдём в спортивный зал, тренировка поможет снять напряжение.

4 этап «ОБСУДИ»

Открыто скажи собеседнику о своих чувствах

Как обсуждать?

- скажи о своих чувствах
- говори о них прямо и открыто

Мне неприятно говорить с тобой о выпивке. Мне противно курить. Я себя плохо потом буду чувствовать.

Опыт поколений показывает, что в любой сложной ситуации только открытый и честный разговор позволяет поступать рационально и, в тоже время, устранять недомолвки и непонимание.

Рефлексия классного часа:

- Узнали ли вы сегодня что-то новое на занятии?
- Что для вас было наиболее интересно и полезно?
- Что бы вы изменили в занятии, убрали или добавили?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

А теперь запомните следующую информацию, которая не просто будет полезна для вас, но и возможно, сохранит вашу жизнь!

Все психологические зависимости можно перестроить, в среднем, за 21 день – это время, которое необходимо на формирование любой новой привычки. Замените свои вредные привычки и зависимости полезными вещами

Завершить наш классный час мне так же хотелось бы одной из популярных фраз, прочитанных в Интернете:

Желаю вам научиться радоваться без алкоголя, мечтать без наркотиков, общаться без интернета и нервничать без сигареты!

Виды зависимостей

КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Интернёт-зависимость (или **Интернет-аддикция**) — навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета. Интернет-зависимость является широко обсуждаемым вопросом, но её статус как психического расстройства формально не установлен.

Игровая зависимость, гейминг - форма психологической зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении видеоиграми и компьютерными играми.

Играми, вызывающими самую сильную зависимость, чаще всего считаются сетевые. Известны случаи, когда слишком долгая игра приводила к фатальным последствиям.

Вспомните, как часто вы пользуетесь компьютером и для чего? Возможно, вы уже зависимы...

Короткий комментарий!

Принципы освобождения от этой зависимости очень просты – необходимо вести контроль времени при работе на компьютере. Определите резерв времени и по истечении этого времени просто сохраните игру и создайте закладки для интернет-страниц. На следующий день продолжите, уверяю вас, что в 90% случаях, сохраненные страницы на следующий день будут вам не интересны, поскольку они были не интересны вам и вчера, но вам просто необходимо было занять себя чем то в Интернете.

Следующая зависимость тоже игровая, однако она на прямую не связана с компьютером.

ЛУДОМАНИЯ

Лудомания (игровая зависимость, игромания, гэмблинг-зависимость) — патологическая склонность к азартным играм, заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, которые доминируют в жизни человека и ведут к снижению социальных, профессиональных, материальных и семейных ценностей, такой человек не уделяет должного внимания своим обязанностям в этих сферах. В системе кодирования болезней МКБ-10 имеет код F63.0.

Короткий комментарий!

Некоторые люди самостоятельно могут справиться с этой зависимостью, но зачастую только тогда, когда уже оказываются на дне социума, остальным же приходится проходить курс лечения, разработанный специально для этого рода зависимости.

Следующая зависимость часто приводит к уголовным делам.

КЛЕПТОМАНИЯ

Клептомания (от др.-греч. κλέπτειν — воровать, и μανία — мания) — болезненное влечение к воровству (краже). В системе кодирования болезней МКБ-10 имеет код F63.2.

Короткий комментарий!

Никогда не берите чужих вещей! Если вы знаете, что человек страдает подобной зависимостью, старайтесь помочь ему. Данная болезнь также лечится медикаментозно. Находясь в обществе, не демонстрируйте дорогостоящих вещей, чтобы не провоцировать подобных людей на кражу.

ЛЮБОВЬ И ЛЮБОВНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Любовная зависимость – это зависимость от человека, сильная страсть. Любовная зависимость не является видом любви. Несмотря на это, многие люди принимают зависимость за любовь. И они искренне считают, что боль – это свойство любви, хотя на самом деле это свойство зависимости.

Всемирная организация здравоохранения признала любовь болезнью. Великое чувство отнесли к психическим отклонениям, к пункту «Расстройство привычек и влечений», международный шифр болезни - F 63.9.

Согласно данному определению любовь оказалась в одном разряде с такими заболеваниями как алкоголизм, игромания, токсикомания, клептомания.

Ситуация выглядела бы печально, если бы склонность к любовной зависимости нельзя было преодолеть в себе...

Короткий комментарий!

Не пытайтесь привязать человека к себе. Любовь должна быть чистой и искренней, а боль и печаль должна оставаться в стороне и тогда вам не придется испытывать муки от этой зависимости.

А теперь мы перейдем к самым опасным на сегодняшний день зависимостям, которые окружают нас. Многие люди даже не задумываются, что уже страдают подобной зависимостью, а зачастую просто боятся признавать это. Итак...

КУРЕНИЕ

Курение — вдыхание дыма препаратов, преимущественно растительного происхождения, тлеющих в потоке вдыхаемого воздуха, с

целью насыщения организма содержащимися в них активными веществами путём их возгонки и последующего всасывания в лёгких и дыхательных путях. Как правило, применяется для употребления курительных смесей, обладающих наркотическими свойствами (табак, гашиш, марихуана, опиум, крэк и т. п.) благодаря быстрому поступлению насыщенной психоактивными веществами крови в головной мозг.

Вопросы викторины.

1. При курении человек вдыхает тот же ядовитый газ, что содержится в выхлопных газах автомобильного двигателя. Как называется этот газ? *(Угарный газ, который, соединяясь с красными кровяными тельцами, уменьшают количество кислорода, переносимого кровью.)*

2. Сколько известных канцерогенных веществ содержится в одной сигарете: 4; 8; 12; 15? *(В каждой сигарете содержится 15 различных канцерогенных веществ.)*

3. Какой орган наряду с легкими больше всего страдает от последствия курения? *(Сердце. Курение является одной из причин заболевания сердца.)*

4. Верно или нет, что физические упражнения сводят на нет пагубное воздействие курения? *(Неверно. Спорт ни в коей мере не нейтрализует вреда, причиненной курением организму.)*

5. Какова главная причина бытовых пожаров с гибелью людей: электроприборы, воспламеняющиеся химические препараты или непогашенные сигареты. *(Сигареты.)*

6. Если человек выкуривает пачку сигарет в день ежедневно в течение года, сколько смолы оседает в его легких? *(Около литра.)*

7. Верно или нет, что курение вызывает сильнейшее привыкание? *(Верно. Курение порождает как физическую, так и психологическую зависимость, это одна из причин, почему так трудно бросить курить.)*

8. Сколько сигарет необходимо выкурить, чтобы нарушить нормальный баланс кислорода и крови в легких? *(Одной сигареты достаточно, чтобы увеличить сердцебиение, повысить артериальное давление и нарушить нормальное кровообращение и газообмен в легких.)*

Как избавиться от зависимости? Если вы курите, то бросайте скорее же, а если вы никогда не курили, то и не стоит пробовать! На сегодняшний день существует множество таблеток, пластырей, специальной жвачки для отказа от курения, однако вред их изучен не полностью. Более простой способ – книга Аллена Кара «Легкий способ бросить курить». Многие люди действительно бросают, курить всего лишь прочитав, данную книгу.

ТОКСИКОМАНИЯ

Токсикомания (от др.-греч. Τοξικός (toxikos) — ядовитый, др.-греч. μανία — страсть, безумие, влечение) — совокупность болезненных состояний, характеризующихся влечением и привыканием к приему лекарственных средств и других веществ, не относимых к наркотическим согласно «Единой конвенции ООН о наркотических средствах 1961 года».

Короткий комментарий!

Принимайте лекарственные средства только по назначению врача и никогда не занимайтесь самолечением! Если вам необходимо понюхать какое-либо незнакомое вещество, вспомните занятия по химии – нельзя подносить веществу непосредственно к носу, дабы не получить ожог слизистой. Все помнят, как это делается?

Ведь вы не знаете, что за вещество перед вами, может это духи, а может сильнейшее токсическое вещество.

АЛКОГОЛИЗМ

Алкоголизм — заболевание, разновидность токсикомании, характеризующееся болезненным пристрастием к алкоголю (этиловому спирту), с психической и физической зависимостью от него. Негативные последствия алкоголизма могут выражаться психическими и физическими расстройствами, а также нарушениями социальных отношений лица, страдающего этим заболеванием.

Короткий комментарий!

Если вы хотя бы раз просыпались утром после бурной вечеринки и тянулись к алкоголю, то у вас уже появились первые признаки этой зависимости. Кроме этого, часто можно услышать фразу – бывших алкоголиков не бывает, поэтому не стоит думать, что в один день вы с легкостью бросите употреблять алкоголь.

НАРКОМАНИЯ

Наркомания – первичное, хроническое, прогрессирующее и смертельное заболевание, вызванное употреблением наркотических веществ.

1. Названия каких наркотических веществ вы слышали?
2. В вашем круге общения есть люди, употребляющие наркотические вещества?
3. Как вы думаете можно ли избавиться от наркотической зависимости?
А теперь факты:

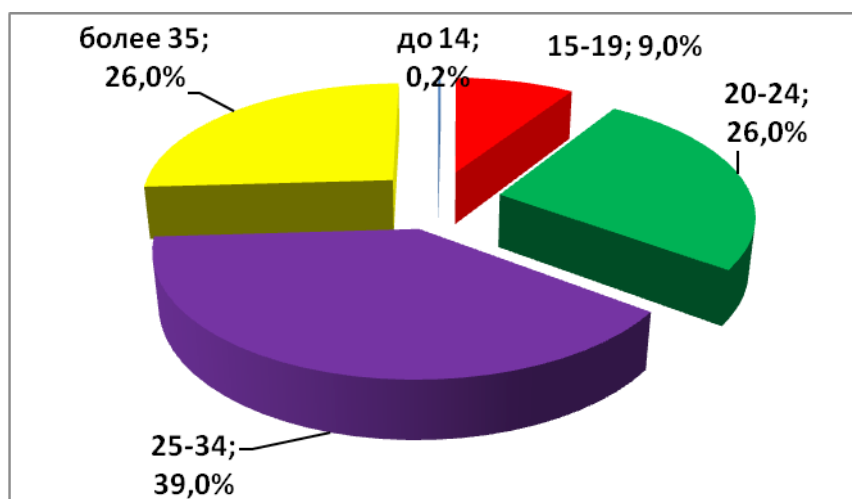
Доказано, что наркомания – это не просто пагубная зависимость, это хроническая смертельная болезнь. Уровень смертности среди наркоманов – 95%, что ставит наркотическую зависимость в один ряд с такими опасными болезнями, как рак, сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания.

Для организма наркомана очередная доза – это физиологическая потребность. Биохимические процессы в организме наркозависимого протекают таким образом, что при отсутствии новой дозы наркоман испытывает ломку, или абстинентный синдром. В чем причина такой реакции организма? Дело в том, что наркотики вызывают выработку огромного количества так называемых «гормонов счастья» (серотонин, дофамин, эндорфин). Со временем мозг привыкает к постоянной стимуляции и перестает вырабатывать собственные «гормоны счастья». Когда поступление наркотика в организм прекращается, наступает «синдром отмены», то есть ломка. Наркоман испытывает боли, слабость, опустошение, депрессию.

Избавление от физической зависимости многие ошибочно принимают за выздоровление. Нужно понимать, что снятие ломки дает кратковременный эффект. Помимо физической, у наркомана вырабатывается психологическая зависимость от наркотиков. Отказ от наркотиков является настоящим психологическим стрессом, в результате которого формируется постабстинентный синдром. Его проявления – это нарушения сна, памяти, мышления, координации движений; ухудшение внимания; эмоциональная неустойчивость. Испытывая постоянный дискомфорт без наркотиков, зависимый довольно быстро возвращается к прежней жизни. Продолжительность постабстинентного синдрома – от 6 до 24 месяцев (при условии полного отказа от наркотиков).

В погоне за новой дозой наркоманы «выпадают» из социума, постепенно разрушая отношения с друзьями, теряя доверие родных и близких.

Возраст людей, употребляющих наркотики.



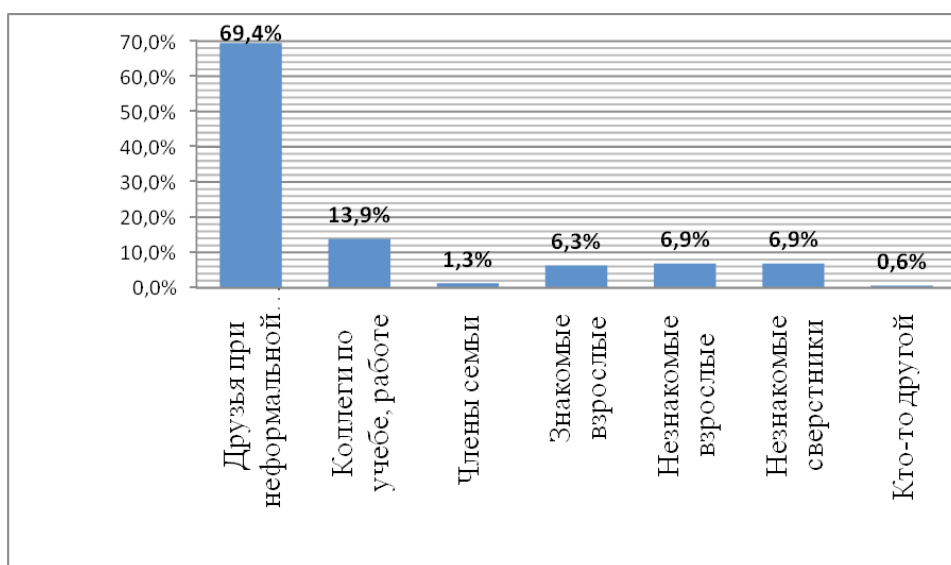
Представьте такую ситуацию: «Вам предложили попробовать наркотики, покурить или выпить пива или вина. Ваша задача отказаться. Как можно это сделать?»

Примерные ответы студентов:

1. Я в этом не нуждаюсь
2. Я не в настроении, поэтому не хочу это сегодня пробовать

3. Я не думаю, что мне стоит это начинать до тех пор, пока я не буду иметь своих денег.
4. Нет, не хочу неприятностей
5. Когда мне понадобится это, ч дам тебе знать.
6. Я таких вещей боюсь.
7. Эта дрянь не для меня.
8. Нет, спасибо, у меня на это аллергическая реакция.
9. Я хочу быть здоровым.

А теперь посмотрим на другую статистику. Диаграмма описывает, каким образом людям предлагают попробовать/приобрести наркотики.



Лечение тяжёлых форм наркомании (например, пристрастия к героину) в большинстве случаев не приводит к успеху. Применяемые в специализированных клиниках методики действенны лишь в случае активной позиции самого больного. Но и в таких случаях после выздоровления нередки рецидивы.

Короткий комментарий!

Среди наркоманов выживают и избавляются от зависимости – единицы! Помните наркомания – это страшнейшая зависимость и смертельная болезнь, от которой нет лекарства! Берегите себя и своих близких!