

**А.П. Борисов
О.И. Милославская**

НАРКОМАНИЯ

ОПЫТ ИЗБАВЛЕНИЯ ОТ ЗАВИСИМОСТИ

Исповедь бывшего наркомана



ОТЧАЯНИЕ
СТРАДАНИЕ
АГРЕССИЯ
ОДИНОЧЕСТВО
ДЕПРЕССИЯ
НЕНАВИСТЬ
ГНЕВ
АПАТИЯ
ДЕГРАДАЦИЯ
ЛОЖЬ
СТРАХ

Андрей Борисов

**Наркомания. Опыт избавления
от зависимости. Исповедь
бывшего наркомана**

«ВЛАДОС»

2020

УДК 37.018.262:364.272
ББК 74.200.55/51.1(2)5

Борисов А. П.

Наркомания. Опыт избавления от зависимости. Исповедь бывшего наркомана / А. П. Борисов — «ВЛАДОС», 2020

ISBN 978-5-00136-073-5

Человек, получивший психическую и физическую зависимость от наркотиков, считается больным наркоманией. С медицинской точки зрения наркомания – это серьезная болезнь, которая порождает множество тяжелейших заболеваний: предраковые состояния, атрофию мозга, разрушение структуры крови и внутренних органов, различные психические заболевания, хроническую депрессию и т. д. что, в конечном итоге, ведет к летальному исходу. Наркомания приводит к серьезным изменениям в психике и характере зависимого человека: у него преобладают агрессивность, эгоизм, слабОВОлие, лживость, равнодушие к окружающим и близким людям. С юридической точки зрения это не только больной, но и социально опасный человек: наркоманы утрачивают гражданские функции и социальный статус, склонны к преступной деятельности и т. д. Наркомания – это социальное негативное явление общества еще и потому, что наркотической зависимости подвержены, прежде всего, несовершеннолетние и молодежь. Наркомания трудноизлечима, поэтому при решении проблем наркомании в обществе необходимо тесное взаимодействие многих государственных и общественных структур, семьи и близких людей. Однако, в первую очередь, нужно желание самого наркомана избавиться от приобретенного недуга, и этот фактор является определяющим. Эта книга о том, как попавший в зависимость молодой человек смог выбраться из наркотического плена, пройдя все круги ада, какое влияние на него оказывала социальная среда, семья, друзья. Эта книга – опыт борьбы и победы над страшным злом, это уроки, которые могут помочь многим семьям в неравном сражении за своего близкого человека, попавшего в сети наркотической зависимости. В формате PDF А4 сохранен издательский макет.

УДК 37.018.262:364.272

ББК 74.200.55/51.1(2)5

ISBN 978-5-00136-073-5

© Борисов А. П., 2020

© ВЛАДОС, 2020

Содержание

Вступление	8
Глава 1. Моя семья	9
Обычное детство	9
Родной дом	10
Здоровье	11
Садик	12
80-е годы	13
Потеря отца	14
Отчим-алкоголик	15
Урок № 1. Первая среда для социализации ребенка	16
Глава 2. Подростковый перелом	19
Прощай, отчим! Я тут главный!	19
Школьная пора	20
Я курю – я крутой	21
Первая любовь	22
Страшные девяностые	23
Смертельная ошибка	25
Урок № 2. Возраст, когда начинают употреблять	26
Глава 3. Шаг в бездну – падение	28
Инфицирование	28
Мир иллюзий	29
Урок № 3. Мифы оправдания	30
Миф 1: В жизни все надо попробовать, в том числе и наркотики	30
Миф 2: Наркотики помогают общению и сближают людей	30
Миф 3: Наркотики делятся на легкие и тяжелые	30
Миф 4: Есть люди, которые принимают наркотики много лет и прекрасно живут	31
Миф 5: Наркоманы считают, что они избраны самой судьбой и только им открыт неведомый мир истины	31
Миф 6: Наркомания – это не болезнь	31
Миф 7: Лучше быть наркоманом, нежели алкоголиком	32
Миф 8: Легализация наркотиков может помочь справиться с проблемой наркомании	32
Миф 9: Наркотические препараты помогают создавать позитивное настроение	33
Миф 10: Употребление наркотиков может быть контролируемым	33
Миф 11: Чистые наркотики безвредны	34
Миф 12: Наркотики помогают решать жизненные проблемы	34
Миф 13: Употреблять или не употреблять наркотики – личное дело, и нечего в него соваться	34
Миф 14: Наркотики употребляют сильные и талантливые люди	35

Миф 15: Не сами наркотики, а запрет на них приводит к несчастьям	35
Конец ознакомительного фрагмента.	36

А. П. Борисов, Ольга Милославская
Наркомания: опыт избавления
от зависимости. Исповедь
бывшего наркомана

© Борисов А., Милославская О., 2020

© ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020

© Художественное оформление. ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020

© Оригинал-макет. ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020

Вступление

Я – бывший наркоман, я прошел долгий, тяжелый и нелепый восьмилетний путь к смерти. Но я выжил и хочу поделиться со всеми рассказом о своей борьбе с этой страшной зависимостью. Я понял, что вся наша жизнь – это работа над ошибками. Но самый ценный жизненный урок, который я приобрел в этой борьбе, научиться любое свое поражение обращать в конечном итоге в победу, и главным образом победу над собой. Как этому научиться? Где взять силы? Я вместе с моей мамой выбирался из этого темного коридора зависимости, постоянно ошибаясь и рискуя жизнью. Я преодолел дорогу к свету, счастью и любви. Я на собственном опыте проверил действенность методик, приведенных в этой книге, и из всех своих ошибок постарался извлечь уроки, которые коротко сформулировал в конце каждой главы. А факты моей биографии послужили яркими тому иллюстрациями.

Сегодня я уже более восьми лет занимаюсь оказанием помощи зависимым и созависимым людям в избавлении от смертельных болезней. В этой книге я хочу всем рассказать не только о своем печальном опыте, но и дать конкретные рекомендации к действию на простых жизненных примерах. И прежде всего эта книга посвящается родителям, чтобы помочь им уберечь своих детей от этой страшной напасти – наркотической зависимости.

Глава 1. Моя семья

Обычное детство

Мои воспоминания о детстве – как о самой прекрасной части моей жизни сопровождают меня до сих пор. Я родился в обычной русской семье. У меня были замечательные родители и брат Олег, старше меня на девять лет. Мама была юристом, а папа работал в милиции. Мама очень любила меня, и по сей день я вижу и чувствую эту ее любовь и заботу. Ну а папу любил не только я, но и весь наш дружный двор. Отец особо отличался своим добрым отношением к людям и очень любил детей. В детстве он много раз брал меня на рыбалку и катал на своей спине, плывая в пруду, в котором мы ловили рыбу. Это очень редкие мои воспоминания о папе, ведь тогда мне было около шести лет.

Родной дом

Все́й семье́й мы жили в спальном районе города Рязани в двухкомнатной «хрущевке», которую выделили отцу к моему рождению. Во дворе дома у нас был большой яблоневый сад. С торца дома располагалась полянка, детский садик и разные спортивно-развлекательные площадки, а за домом – чудо-чебуречная, мечта любого гурмана. Запах из «стекляшки», так называли тогда эту столовую, распространялся на всю улицу, заманивая людей отведать дивных масляных чебуреков.

Летом мама выносила раскладушку и ставила под яблони, и мой тихий дневной сон проходил на природе в прохладе под сенью листвы. Мы жили на первом этаже, поэтому пока я спал, мама спокойно делала свои дела по дому. Туда же выносилась и детская ванночка, в которой я плескался в теплые дни.

Потом приходила осень, и весь двор становился разноцветным, затем наступала зима с первым снегом, во дворе стояли сказочно заснеженные деревья. Как же было красиво и трогательно! Когда же наступала весна, то весь двор будто оживал, покрываясь цветами и впуская свои ароматы к нам в дом.

Здоровье

Купания и сон на улице формировали из меня здорового мальчишку, в отличие от некоторых моих сверстников, которых родители постоянно кутали и прятали в душных квартирах. Мама всегда говорила, что я очень здоровый мальчик, а наш участковый врач знал меня как ребенка, который почти не болеет. Из детства вспоминаются только воспаление уха, да высокая температура на один из моих дней рождения зимой, и больше ничего.

Садик

С торца нашего дома за полянкой находился детский сад. С раннего детства туда меня водила мама. Там я подружился с мальчиком Колей, и это детское знакомство превратилось в дальнейшем в настоящую мужскую дружбу. Еще тогда в садике я заступался за Колю и ходил с синяками от Сашки, который был намного крепче и сильнее нас.

В общем, обычное детство: игры в «войнушки», лазание по деревьям, сумасшедшие гонки с горок в оврагах, летние шалаши, за которые нас постоянно ругали бабульки, дежурившие на лавке возле дома и знавшие все про всех.

80-е годы

В 80-е годы у подростков в моде были турники и Брюс Ли, «качалки» в подвалах и карате. Молодежь более старшего возраста также была помешана на спорте. Мой старший брат Олег не отставал от моды и часто проводил время с пацанами то на турниках, то в подвальных «качалках». Дома посередине большой комнаты Олег повесил боксерскую грушу, затащил туда несколько видов штанг, гантелей, гирь и много-много литературы про боевые искусства. Вот так я и рос в спортзале, оттачивая вместе с братом и его другом Лёхой по кличке Змей боевые единоборства.

Эти занятия очень вдохновляли меня на формирование здорового образа жизни. Я гордился тем, что у меня есть такой сильный старший брат, который всегда сможет за меня заступиться. Станным для меня было то, что он этого никогда не делал, за исключением только одного случая. Таким образом, уже тогда я понял, что за все свои поступки мне придется отвечать самому, а старший брат решать за меня мои проблемы не собирается.

Мы с братом вообще были разными людьми: Олег был тихим, спокойным и спортивным парнем, я же – амбициозным, дерзким и больше любил интеллектуальные занятия, чем спортивные.

Потеря отца

Когда мне исполнилось четыре года, мое детство было омрачено тяжелым событием: мой отец попал в больницу, где ему провели очень болезненную операцию на кишечнике, и врачи как приговор обронили страшное слово «рак».

В те года такой диагноз пациенту врачи разглашать не имели права, поэтому отец полагал, что его обманывают. Однако сильные боли так одолевали его после операции, что доктор сам порекомендовал отцу немного выпивать, чтобы заглушить боль. Так отец начал постепенно спиваться, а когда средств на алкоголь стало катастрофически не хватать – потащил вещи из дома – все, что менялось на алкоголь, будь то книги или мебель.

Конечно, моя мама вместе с маленьким ребенком долго такую ситуацию выдержать не смогла бы, и в один прекрасный день она просто перестала пускать отца домой.

Когда мама выгнала отца, он устроился у своего приятеля в частном доме на соседней от нас улице, и я бегал к отцу в этот домик. Помню огородик, старую мебель и лабиринты маленьких комнат. Однажды, прибежав утром к отцу, я оказался в этом доме один. Дом был пуст, в огороде ковырялся чужой дядька. Я долго звал отца, бегал, искал его в пустых комнатах, но в ответ – тишина. И тогда я почувствовал вдруг, что отца больше нет, и я никогда его уже не увижу. Я заплакал, и, размазывая слезы по щекам, побежал домой. Больше я отца не видел никогда. Лишь спустя несколько лет мама рассказала, что отец уехал к своей матери в Украину и там умер от алкоголя, а маме оттуда прислали телеграмму с трагической новостью. А тогда для меня – маленького шестилетнего мальчика – предчувствие горькой утраты оставило страшную незаживающую до сих пор рану на сердце.

Отчим-алкоголик

Вскоре в нашем доме появился новый папа. Аккуратно одетый, мужественный, фотограф Николай внушал доверие и быстро вписался в нашу семью. Я в скором времени воспринял его мужское плечо как родное. Отчим Коля был хорошего телосложения, с характерно мужскими чертами лица, в общем, нормальный русский мужик. Николай никогда не сидел на месте: то работал в детских садиках, фотографируя детей, то начал шить камуфляжную одежду, а потом и вовсе открыл свой фотосалон в центре самого большого района города. Он стал настоящим предпринимателем, причем будущее сулило ему большие перспективы. Однако было одно «но», Николай начал пить, и с каждым днем – все больше и больше. Из-за этого он постепенно деградировал как личность, а дома из нормального русского мужика превращался в бессердечного и неадекватного тирана, терроризировавшего всю нашу семью. Он избивал маму, меня, оскорблял брата, жизнь дома превратилась в ад. Пока он пил, фирму подмял под себя его заместитель, а затем и вовсе выкинул Николая из бизнеса, так отчим из-за беспробудного пьянства лишился своего дела.

Мои детские воспоминания об этих днях можно было бы назвать только одним словом – страх. Никогда не забуду, как, задвинув стул, я сидел под столом, плакал и дрожал от страха, наблюдая в щелку из-под стола, как пьяный Коля переворачивает кровати в поисках меня. Сколько раз, чтобы избежать встречи с пьяным отчимом, я прятался то внутри шкафа, то забирался на него и, обняв руками колени, тихо плакал.

Однажды прибежав домой, я увидел в приоткрытую дверь в ванную как мама в слезах смывала с лица кровь. Тогда я ничего не мог сделать, потому что был слишком мал, но на своего старшего брата затаил страшную обиду за то, что он не защищал маму от отчима. Олегу тогда было уже за двадцать, и, конечно, он тоже не всегда мог выдержать оскорбления пьяного отчима. И вот однажды, когда Николай пришел домой пьяный и в очередной раз начал оскорблять брата, тот не выдержал и, бросив штангу, которую в это время отжимал с другом, избил отчима так, что несколько лет на обоях в большой комнате оставались багровые пятна крови. До сих пор сохранились фотографии с отметками этого прошлого ужаса...

Именно тогда я поклялся себе, что, когда вырасту, отомщу отчиму за каждую пролитую мамой слезинку.

Как ни странно, эти ужасные воспоминания постепенно стирались из моей памяти: ведь у меня были любящие мама, брат, бабуля. Когда же отчим был трезв, я думал с благодарностью о том, что он у нас есть, что у нас полная семья: а кто не пьет и не ссорится? Я был уверен, что все семьи живут также как и мы, что мы обычная семья, и что есть семьи, в которых более серьезные проблемы и нет отцов вообще.

И только потом, анализируя события своего далекого детства, ко мне пришло понимание, что главная роль родителей – воспитание детей, и чтобы выполнить ее достойно, каждый из нас должен отдавать себе отчет, к чему могут привести те или иные действия, чем может закончиться тирания отца или развод родителей, в кого может превратиться ребенок, если создать неблагоприятную среду для его развития.

Так жизнь дала мне первый урок.

Урок № 1. Первая среда для социализации ребенка

Детство – это не подготовка к жизни и не репетиция. Это сама жизнь, наполненная впечатлениями, переживаниями, опытом. Помогая разрешать проблемы своим клиентам, психотерапевты и психологи проводят огромное количество исследований, в которых находит свое подтверждение всем известное выражение: «Все мы родом из детства». Американский педагог и писатель Феликс Адлер определил семью как общество в миниатюре, от целостности которого зависит безопасность всего человеческого сообщества.

Семья – ведущий фактор развития личности ребенка, от которого во многом зависит дальнейшая судьба маленького человека. В семье ребенок может быть свидетелем и участником самых разных жизненных ситуаций, причем не всегда позитивного содержания и смысла. Все, что наблюдает ребенок в поведении взрослых, формирует у него собственное отношение к миру. Отношение ребенка к окружающей жизни возникает благодаря его общению со всеми членами семьи, прежде всего в родном доме. Семья демонстрирует ребенку разнообразные поведенческие модели, на которые он затем будет ориентироваться, приобретая свой собственный социальный опыт. Можно с полным правом говорить о том, что семейная социальная среда определяет первые контуры складывающегося у ребенка образа окружающего его мира и формирует соответствующий образ его жизни. Известно, что человек уже с младенческого возраста развивается как существо социальное, для которого социальные ценности и атмосфера в семье, где он воспитывается, являются не только условием, но и источником его развития, играют первостепенную роль в его психическом становлении, формировании его личности.

Дети, растущие в атмосфере любви и понимания, имеют меньше проблем со здоровьем, в общении со сверстниками. И наоборот, нарушение детско-родительских отношений ведет к формированию различных психологических проблем и комплексов, отклонений в физическом, психическом развитии, в эмоциональной и поведенческой сферах. Это не только наносит непоправимый вред здоровью ребенка, травмирует его психику, тормозит развитие его личности, формирует различные нарушения в его поведении, но и влечет за собой другие тяжелые социальные последствия, такие как **социальная дезадаптация**¹.

Какой бы ни была семья, какие формы поведения не демонстрировали бы ребенку родители, все является для него допустимой нормой, даже если он уже понимает, что такое «хорошо» и что такое «плохо». Эмоциональные отношения в семье играют важную роль в формировании личности ребенка. Оттого, какими они будут – положительными или негативными, будет зависеть, насколько члены семьи смогут ощущать себя единой общностью и чувствовать теплоту и поддержку друг друга. Таким образом, позитивное общение с родителями – это важнейший фактор нормального психологического развития ребенка.

Наиболее остро дети переживают нарушение контакта с родителями в результате развода, длительного отсутствия одного или обоих родителей, постоянного внутрисемейного конфликта, отсутствия родительского тепла. Нарушение нормальной жизнедеятельности семьи приводит к дезадаптации детей, к неспособности их контактировать с социальной средой вне семьи. В результате у ребенка появляется чувство эмоциональной подавленности, тревожности и даже депрессии. Обычно именно у таких детей и возникает проблема зависимости – это «проблема трех поколений в одной семье».

В последнее время в обществе отмечается неуклонный рост численности у подростков различных нарушений поведения, проявляющихся в агрессивности, жестокости, негативизме,

¹ **Социальная дезадаптация** – это неспособность человека приспосабливаться к условиям социальной среды, к окружающей обстановке, неспособность к построению отношений внутри социума, т. е. с другими людьми, это вид социальной неприспособленности, соответственно, это явление, характеризуется, прежде всего, асоциальным поведением и нарушением процесса социализации.

враждебности, алкоголизации, наркомании, совершении противоправных действий. Многочисленные исследования доказывают, что дети могут достигать развития потенциала личности, если они воспитываются в безопасном, предсказуемом окружении, которое обеспечивает нормальный уход и естественную эмоциональную привязанность. Именно это ощущение дает человеку чувство уверенности и безопасности, помогает справиться с потерями и оценить приобретения, которые происходят на протяжении всей его сознательной жизни.

Таким образом, в зависимости от того, как выстраиваются взаимоотношения внутри семьи между ее членами, какова эмоциональная атмосфера в семье, можно разделить семьи на функциональные и дисфункциональные. В **дисфункциональных (дисгармоничных) семьях**² эмоциональные проблемы у детей и подростков проявляются в форме реакций агрессии, тревоги, страха, депрессии.

Известный советский психиатр, специалист по подростковым проблемам А.Е. Личко выделял четыре типа неблагополучных ситуаций в семье:

- 1) гиперопека различной степени: от желания быть соучастником всех проявлений внутренней жизни ребенка до семейной тирании;
- 2) гипоопека, нередко переходящая в безнадзорность;
- 3) создание «кумира» в семье. Для этой ситуации характерны постоянное внимание к любому побуждению ребенка и неумеренная похвала за весьма скромные успехи;
- 4) создание «золушек» в семье. В 80-е годы появилось много семей, где родители уделяли преимущественно внимание себе, а не детям. В этой связи отмечено увеличение количества черствых и жестоких подростков.

Также А.Е. Личко выделял четыре типа неблагополучных семей, способствующих появлению трудных детей:

- 1) семьи с недостатком воспитательных ресурсов. К таким семьям относятся разрушенные или неполные семьи.
- 2) конфликтные семьи, где родители не стремятся исправить недостатки своего характера, либо где один из родителей нетерпим к другому. В таких семьях дети часто держатся оппозиционно, подчас конфликтно-демонстративно. Более старшие протестуют против существующего конфликта, встают на сторону одного из родителей;
- 3) нравственно неблагополучные семьи. Среди членов такой семьи отмечают различия в мировоззрении и принципах организации семьи, стремление достичь своих целей в ущерб интересам других, использование чужого труда, стремление подчинить своей воле другого.
- 4) педагогически некомпетентные семьи. В таких семьях культивируются надуманные или устаревшие представления о ребенке, которые заменяют реальную картину его развития. Например, уверенность в возможности полной самостоятельности ребенка, ведущая к безнадзорности, вызывает у последнего дискомфорт, эмоциональную напряженность, стремление оградиться от всего нового и незнакомого, недоверие к другому человеку.

Господствующие в дисфункциональных семьях нормы и стили поведения определяют и эмоциональный тон отношений между родителями и детьми: к большинству подростков из таких семей педагогические требования также предъявляются родителями в ссорах и скандалах. Принятые в семье образцы поведения переносятся и во внешнюю среду.

Стиль воспитания в дисфункциональных семьях: гиперопека (когда из ребенка делают беспомощного человека, не давая ему самостоятельно принимать решения, решать жизненные задачи и проблемы), или авторитарный стиль воспитания (ребенка муштруют, требуя от него больше, чем он может дать, пытаясь сделать из него некий идеал, которым впоследствии можно

² **Дисфункциональная (дисгармоничная) семья** – это семья, где установленные жесткие правила поведения и роли, закрепленные за каждым членом семьи, практически не изменяются, внутрисемейные проблемы не решаются, к их решению посторонние люди не допускаются. В таких семьях часто блокируются насущные потребности тех членов семьи, которые имеют самый низкий социальный статус – это дети, подростки, пожилые люди.

гордиться), или попустительский стиль воспитания (когда до ребенка родителям нет дела), или непостоянный стиль, в зависимости от настроения родителей. В каждом из этих стилей воспитания переживания и чувства ребенка не представляют интереса для родителей, и он остается со своими чувствами наедине.

В здоровой семье у каждого члена семьи есть своя роль, и роли эти равноправны, каждому уделяется доля внимания, проявляется уважение к индивидуальности, чувства каждого члена семьи представляют ценность для других членов семьи. В такой семье ребенок с детства может открыто выражать свои чувства, желания, смело рассуждать и будет выслушан, понят, принят. В дисфункциональной семье у ребенка такой возможности нет. Именно с этим обстоятельством связано такое большое количество эмоциональных расстройств в подростковом возрасте. Немаловажной проблемой является и то, что дети, проживающие в подобных семьях, бессознательно копируют поведение родителей, что, конечно, негативно отражается на их будущих отношениях уже со своими детьми.

Глава 2. Подростковый перелом

Прощай, отчим! Я тут главный!

Мне уже было четырнадцать лет, когда однажды в солнечный летний день я сидел на бревне с Лехой и жаловался ему на отчима. Леха приходился мне двоюродным братом, с ним мы дружили с детства, а на тот момент у него была своя банда юных отморозков.

Надо сказать, что братец часто толкал меня на безумные поступки, особенно когда провоцировал на драку с соседом Михаилом. Миша был в два раза здоровей меня, а в детстве вес соперников играл немаловажную роль в сравнении сил. Но, как ни странно, именно благодаря этим провокациям брата, я побеждал свои страхи и сломя голову бросался на Мишу. Победа в этих неравных боях почти всегда оставалась за мной. Так произошло и в тот день, когда после моих жалоб Леха подговорил меня наказать отчима. Заручившись его поддержкой, я собрал все свои обиды, всю злость, все силы и двинулся домой с твердым желанием потребовать, чтобы отчим проваливался из моего дома.

Дальнейшее вспоминается туманно: отчим в коридоре, я в зале с монтажкой или арматурой в руках, а мать посередине. Помню только, как я орал на него и обещал убить, если хоть еще раз увижу на пороге своего дома. Видимо это было настолько убедительно, что с тех пор я больше не видел его никогда.

Для меня это была победа, прорыв, свобода! В одно мгновение я расстался со всеми своими страхами, болями и комплексами. Все, теперь я тут главный.

Освободившись от отчима – причины основного своего страха, я понял, что больше ничего не боюсь, и от этого так высоко взлетел в собственных глазах, что, казалось, выше только боги. Я невероятно гордился собой – теперь никто, нигде, никогда не сможет мне указывать и заставлять, я сам себе господин – что хочу, то и творю.

Именно эта ситуация стала ключевой в моем переходном возрасте, именно эта победа вывела меня в плоскость вседозволенности и бесстрашия. Так я вступил, как мне казалось, во взрослую жизнь...

Школьная пора

Тогда я учился в школе, в восьмом классе и после всего случившегося чувствовал себя королем, повелителем мира. Я пребывал в полной иллюзии, что мы с моим другом Колюхой «самые нормальные пацаны и наши подруги самые четкие» – все как в американских фильмах. А потом, когда к нам присоединился Серега, активно занимавшийся профессиональной борьбой, то нам показалось, что мы стали еще «круче» – нам представлялось, что мы что-то вроде мини-ОПГ, от которых в те далекие 90-е стонала вся страна и которым хотела подражать вся молодежь, потому что у них были «крутые тачки, золотые цепи и их все боялись». Нам тогда было трудно понять, да никто и не пытался нам объяснить, что на самом деле хорошо, а что плохо, все смешалось, а мы как замороженные повторяли: все блатные – и я блатной, все воруют – и я вор.

Мы вообще перестали кого-либо и чего-либо бояться, мы ни с кем не считались: ни с директором, ни с завучем, часто даже нападали на учителей-мужчин, угрожали им, обещая натравить на них наших старших «пацанов», когда те будут возвращаться из школы домой. Сейчас невероятно стыдно вспоминать, как мы грубили и издевались над трудовиком Петровичем, как я обещал физику «чикнуть лезвием» по горлу, хотя он сам частенько обижал ребят, мог ударить мячом или другим предметом. Каждый такой мой поступок только прибавлял мне наглости, и я все больше ощущал себя непобедимым.

Между тем это была вторая сторона моей подростковой жизни. В глазах же моей мамы я выглядел хорошим и вполне прилежным ребенком, который учит уроки и получает хорошие отметки. А ведь я действительно был очень ответственным и амбициозным учеником, очень любил учиться и в этом хотел быть также первым. За все девять классов в школе я прогулял лишь два урока и всегда очень ответственно подходил к выполнению всех домашних заданий. Каждый раз, когда маму вызывал в школу завуч, чтобы обсудить с ней мое неадекватное поведение или очередной ужасающий поступок, она искренне удивлялась: «Да, есть проблемы с поведением, а у кого из мальчиков их нет? Но он такой умный, такой ответственный, он не может быть плохим, и уж тем более совершать такие ужасные поступки». Мама знала только одну сторону моей жизни и не хотела верить во вторую, а меня это вполне устраивало.

Я очень любил учиться и даже окончил восьмой класс без троек, но воспитывала меня все-таки улица и именно она диктовала мне правила поведения. К девятому классу мы с моими товарищами сформировали реальную подростковую банду. А когда моего двоюродного брата и большую часть его дружков посадили за групповой вооруженный разбой, наша банда заняла их место. Теперь мы держали молодежь в страхе, угрожая физической расправой, а все проблемы решали с помощью драк, которые постоянно устраивали прямо в центре школы на первом этаже. Часто мы намеренно конфликтовали с ребятами из старших классов, чтобы затеять очередную драку и продемонстрировать всем свою силу и превосходство.

Так улица постепенно формировала из меня будущего преступника, шаг за шагом я погружался в пучину безнаказанности. Мне казалось, что взрослые из страха старались делать вид, что не замечают моих дурных поступков, и это придавало мне еще больше чувства ложной гордости и вседозволенности. Для меня границы между «плохо» и «хорошо» были стерты практически полностью. «Все хорошо, что делаю Я» – стало девизом моей подростковой жизни и медленно, но верно вело меня к пропасти...

Я курю – я крутой

Последним, недостающим пазлом в формировании моей «крутости» стало пристрастие к курению. Тогда у молодежи было модно покуривать, ничего не изменилось с тех пор и сейчас. Курение завершало картину взрослости и крутизны в сознании подростков. Но мы продвинулись дальше, мы не курили сигареты, на которые не хватало денег, а рвали и сушили коноплю, которая в изобилии произрастала в огородах, делали из нее «самокрутки» и курили прямо в школе на перемене в туалете. Как же это казалось нам классным – позвать друга курнуть травы. Гордость от такого поступка переполняла нас. Тогда сама трава казалась нам ерундой – подумаешь, обычные листья, но сам процесс уже формировал у нас мышление наркомана, мышление человека, который способен употребить любое вещество без каких-либо негативных для себя последствий.

Здесь хочу сделать небольшое отступление и сказать честно, что, вспоминая свои подростковые «подвиги», содрогаюсь от мысли о том, насколько «прогрессировали» наркотики, которые сегодня уже тысячи подростков пробуют в школе, даже разовое применение их может привести к смертельному исходу либо моментальному психологическому расстройству.

Одна затяжка курительной смеси (спайса)³ – и юный курильщик может либо выпрыгнуть из окна, либо остаться дураком на всю жизнь. Одна затяжка – и отказаться от этой пагубной привычки практически уже невозможно.

Но тогда мы даже не задумывались над тем, в какую трясику патологического привыкания нас засасывает, которое в конечном итоге приведет кого-то в «психушку», а кого-то и к смертельному исходу. Это был путь в бездну.

Так, казалось бы, все красиво начинается, однако незаметно переходит в совершенно другую стадию... Чаша сия не минула и меня.

³ Статистика смертности в России от курения спайсов ужасающая. Если верить официальным данным, то каждый год в России умирают от курения спайсов около 9 тысяч человек. Причем треть погибших составляют подростки в возрасте от 14 до 16 лет. А торговцы продолжают рекламировать этот товар как совершенно безвредный травяной продукт. Однако итог курения этих смесей в конечном итоге один – смерть. Патологоанатомы утверждают, что основная масса веществ, которые находятся в спайсе, очень быстро улетучивается. Однако у постоянных курильщиков видны токсические последствия употребления курительных смесей – у них патологически изменены почки, печень, сердце.

Первая любовь

Мы с моим другом Колей в школе познакомились с двумя девочками – Машей и Катей. Тогда нам было лет по 13, и, конечно, встречаться мы могли либо на верандах, либо в подъездах. У Коли как-то сразу не очень сложились отношения с Катей, а вот я по-настоящему влюбился в Машу.

Это была моя первая любовь. Я не мог ни есть, ни спать, считал каждую секунду и мучился в ожидании наших встреч с Машей. При каждой встрече волна невероятного счастья захлестывала меня. Я буквально на все был готов ради нее. Помню, как собирал деньги на подарки для Маши, а зимними ночами, возвращаясь поздно домой, с жадой предвкушал новых встреч. Тогда мне казалось совершенно невероятным, что когда-нибудь наши пути разойдутся. Наши встречи продолжались несколько лет, до тех пор, пока в чувства двух молодых влюбленных не вмешались... наркотики. Именно они и стали причиной распада наших отношений. Но об этом чуть позже...

Страшные девяностые

Это было смутное и тяжелое время. Страна захлебнулась от резкого роста преступности. Многие молодые спортивные парни ринулись вступать в различные преступные сообщества, в которых попросту уничтожали друг друга, стремясь заполучить власть и деньги. В это время я постоянно посещал дискотеку в нашем районе в ДК станкозавода. Мое активное поведение там заметили ребята, которые вели дискотеку и я в результате был принят на работу помощником диджея. Пацаны из местной ОПГ поддерживали относительный порядок в этом заведении во время дискотек, за что им, видимо, щедро приплачивали.

В этом клубе я и познакомился с одним из местных авторитетов Виктором. Нам тогда казалось: кто с бандитами, у того и сила, и власть. Виктор был уже достаточно взрослым и солидным человеком, всегда носил при себе оружие и передвигался по городу на очень крутых иномарках. Мы быстро с ним сошлись, мне льстила эта дружба. Виктор появился в городе недавно, обосновался в нашем дворе и стал приходить к нам с братом в гости. Виктора недавно бросила жена, ушла от него вместе с ребенком. Мне казалось, что он тяжело переживал эту ситуацию, и я принимал его мрачные одинокие прогулки по ночному двору за высокие душевные качества.

К тому времени мы с братом остались в квартире вдвоем, поскольку мама снова вышла замуж и переехала жить к своему новому мужу, кстати, тоже Николаю. Брат вместе со своим другом активно занимался обменом валюты и прилично на этом зарабатывал: иногда по несколько тысяч в день. Все заработанные деньги они спускали на выпивку, гулянки и женщин, поэтому у нас дома царил «праздник каждый день», вот я и пригласил первый раз Виктора к нам в гости познакомить его с моим братом.

Виктор был удивлен таким гостеприимством, но сразу же принял приглашение, и уже через некоторое время у нас на квартире стала ежедневно собираться целая бригада парней, которые вели весьма праздный образ жизни.

Я, подросток, постоянно находясь среди людей с оружием и передвигавшихся на джипах «Чероки», «бэхах» и «крузерах», чувствовал себя просто королем. Братва давала мне поносить золотые цепи с палец толщиной, подвозили в школу на джипах, чем вызывали зависть у моих одноклассников. Так мне казалось. У меня с братвой сложились достаточно теплые и дружеские отношения, а Виктора я вообще очень уважал и даже любил. Он по-отечески заботился обо мне, и за короткое время фактически заменил мне отца. Он помогал мне решать мои споры с одноклассниками, защищал меня, и весть о моем крутом покровителе быстро разнеслась по городу. Никто уже не решался со мной связываться, но и дружить тоже никто не спешил. А я постепенно отстранялся от своих настоящих друзей, но пытался сохранить при этом с ними хорошие отношения. Так я попал в окружение людей из криминальных кругов, и моя личность формировалась именно в этом социуме.

Сегодня, вспоминая то время, мама винит себя за то, что оставила меня тогда, в подростковом сложном возрасте, одного, без родительского внимания. В свое оправдание она говорила, что была убеждена в моем здравомыслии и ответственности. Действительно, я хорошо учился, подрабатывал в клубе, не пил и не курил, а уж наркоманов я откровенно презирал, т. е. все свидетельствовало о том, что я уже взрослый парень и смогу принимать правильные решения в разных жизненных ситуациях.

Некоторые мои ровесники из нашей школы уже в это время начали баловаться героином, но я с моим другом Колькой тут же прекратили с ними общаться, потому что видели, во что превращал их наркотик. Ни моя мама, ни я даже на секунду не могли себе представить, что я погружусь в это болото.

Один произошедший со мной случай подтвердил еще раз, насколько верным было мое негативное отношение к наркотикам и наркоманам. Я собрал достаточно большую сумму и купил золотое кольцо Маше, но потерял его, а один из моих товарищей нашел это кольцо и обменял его на наркотики. Я был просто в ярости, ведь он знал, что это кольцо я приобрел для подарка своей девушке. После этого случая я возненавидел еще больше наркоманов и не хотел иметь с ними никаких дел. Кто бы мог подумать, что когда-нибудь я буду вариться с ними в одном котле, и уж тем более не могла этого представить и моя мама, которая всегда любила, верила мне и доверяла, считала меня честным и умным парнем.

Жизнь в то время представлялась мне сплошным романтическим приключением: братва, деньги, авторитет, иномарки, девушка... Что казалось еще надо для пацана? Все складывалось как нельзя лучше. Даже в лицей, в котором обещали среднетехническое образование, я поступил без экзаменов, с учетом отсутствия троек в аттестате. Будущее представлялось мне безоблачным и полным ярких впечатлений. Но однажды вечером произошел случай, положивший конец и романтике, и радужным перспективам. Тот вечер незаметно – для меня, для друзей, для мамы – развернул мою судьбу в самое страшное и тяжелое русло, которое можно было бы себе представить.

Смертельная ошибка

Однажды вечером к нам домой приехал Виктор со своим товарищем Серегой и с порога попросил принести тарелку. Я принес, и он тут же высыпал на нее дорожку белого порошка и, скрутив денежную банкноту, вдохнул эту белую пыль. Потом он подсыпал еще и предложил понюхать моему брату, который сразу же категорически отказался. Но когда Виктор предложил это сделать мне, то я... согласился. Виктор был моим кумиром, чтобы он ни делал, все для меня являлось примером для подражания. И этот шаг стал моей роковой ошибкой, смертельной ошибкой.

Прошло с тех пор уже столько лет, а я снова и снова задаю себе один и тот же вопрос: почему я тогда не сказал «НЕТ», зачем я сказал смерти «ДА»? Никто насильно не заставлял меня перейти эту черту. Может общение с безбашенной братвой оказало на меня влияние? Может я боялся оказаться среди них «белой вороной»? Что заставило меня тогда и заставляет других молодых ребят говорить «ДА», совершая самую страшную ошибку в своей жизни? Что толкает людей подписывать себе страшный приговор? Я сам взял ЭТО в руки, я сам прыгнул в ЭТО болото и сделал вид, будто ничего не произошло. Как в фильмах про дьявола, которому продают душу за беспечную, богатую жизнь, не думая о последствиях, но рано или поздно наступает расплата и дьявол приходит за долгом.

В тот вечер, вдохнув героин, кроме горечи, я ничего не почувствовал. Просто пошел спать, но всю ночь ворочался, все ждал, но никаких райских наслаждений я так в эту ночь и не ощутил.

На самом деле, и сегодня я уже это знаю точно, что самое страшное после первого приема наркотиков – это то, что человек после разового употребления еще не становится наркоманом. Утром я встал все тем же пацаном, без каких-либо особых ощущений, и поэтому решил, что ничего страшного со мной не произошло. И, конечно, сделал из этого закономерный, но очень опасный вывод – героина бояться не стоит и наркоманом я никогда не стану. Именно тогда я и переступил опасную черту, в инстинкте самосохранения была пробита брешь: я решил, что можно согласиться принять очередную дозу, когда захочу, ведь в этом, как мне тогда показалось, совершенно нет ничего страшного.

Так однажды сказанное «ДА» перевернуло всю мою жизнь, и в самом начале своего жизненного пути, не успев подняться и развернуться, я провалился в трясины, забрался в зыбкое лесное болото, из которого мало кто выбирается.

Это был второй урок, который мне преподнесла жизнь.

Урок № 2. Возраст, когда начинают употреблять

Анализируя впоследствии этот этап моей жизни, я попытался ответить на вопрос: каковы же основные факторы, причины, по которым подростки становятся зависимыми?

Во-первых, надо помнить, что именно в **подростковом возрасте**⁴ происходят интенсивные психологические и физические изменения личности, бурная физиологическая перестройка организма. Гормональные изменения часто вызывают у подростка резкие перепады настроения, нестабильную эмоциональность, повышенную возбудимость, импульсивность. Иногда у подростков проявляются такие признаки, как депрессия, неусидчивость и плохая концентрация внимания, раздражительность, тревога, агрессия и, как следствие, проблемное поведение, которое чаще всего выражается в конфликтных отношениях с взрослыми. Подросток стремится самостоятельно проявить себя в разных жизненных ситуациях, самоутвердиться, и основными приемами самоутверждения, понятными и доступными ему, становятся риск и агрессия.

Во-вторых, подросток, вступая во взрослую жизнь, должен найти свое место в этом непрерывно меняющемся окружающем его мире. Естественно, что каждый из них ищет свой универсальный способ выживания, но зачастую находит самый простой и слишком односторонний – уход от реальных проблем. Ни для кого не секрет, что, сталкиваясь на своем пути с различными трудностями и проблемами, люди ведут себя по-разному: одни готовы противостоять трудностям, брать на себя ответственность за происходящее и принимать адекватные решения, демонстрируя твердость духа и силу воли, а другие с трудом переносят даже кратковременные и незначительные сложности, а с ними и колебания настроения. Из-за нестабильной формирующейся психики подростку очень легко поддаться желанию не решать проблемы, а уйти от реальности, попытаться искусственным путем изменить свое психическое состояние, что дает ему иллюзию безопасности, восстановления равновесия. А как создать иллюзию решения проблемы, иллюзию психологического комфорта? И тут на помощь приходят различные наркотики, психоактивные вещества (ПАВ), к употреблению которых легче всего склонить именно подростков. Употребление таких веществ ведет к искусственному изменению психического состояния, получению приятных эмоций. Подобный способ «борьбы» с реальностью закрепляется в поведении подростка и становится привычным, происходит изменение в его мышлении. В психологии это называется «мышление по желанию». Оно заключается в том, что человек вопреки логике считает реальным лишь то, что соответствует его желаниям.

В-третьих, в подростковом возрасте нарастают протестные настроения против существующих в обществе моральных норм и принципов, которые выражаются в различных формах. Поскольку в обществе взрослых существует однозначно негативное отношение к наркотикам и наркомании, то одной из форм протеста подростки выбирают зачастую употребление наркотиков.

В-четвертых, вся современная система воспитания подростков в обществе направлена на избежание любых рисков: «безопасный интернет», «безопасный транспорт», «безопасный секс», предмет, который изучают в школе, «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ). Получается, что любой добровольный риск в современной педагогике представляется ненормальным и безответственным. Однако риск сопровождает любую деятельность человека на протяжении всей его жизни, о чем свидетельствует накопленная веками народная мудрость: «Риск – благородное дело», «Кто в бою не рискует, по тому и орден не тоскует», «Нет дела без риска», «Либо пан, либо пропал» и т. п. Получается, что порой рисковать просто необходимо для выживания, для осуществления каких-либо идей или достижения целей. Такая двойствен-

⁴ Подростковый возраст – это стадия развития личности, которая обычно начинается с 11-12 и продолжается до 16-17 лет.

ность в определении риска заставляет подростка самостоятельно делать выбор в различных ситуациях и принимать решение, когда ему рисковать. Неудивительно, что в подростковом возрасте, когда идет активная переоценка ценностей, риск зачастую реализуется подростками в самом негативном варианте – в употреблении наркотиков и правонарушениях.

В-пятых, постоянное общение подростка с пьющими или употребляющими наркотики знакомыми или родственниками указывает на высокую вероятность начала употребления им наркотиков или алкоголя.

В-шестых, подросток практически всегда в той или иной степени стремится следовать за модой и идеалами, принятыми, прежде всего, в значимой для него молодежной группе, к признанию в этой группе его собственных заслуг. Ценности, которые культивируются в этом «подростковом» сообществе, являются для подростка основой для его собственных нравственных оценок. Именно в этом сообществе подросток, прежде всего, реализует свою потребность в самоутверждении, однако часто у подростков возникает зависимость от авторитетных знакомых, от которых они стараются получить поддержку и подпадают под их влияние. Внешне же подростки всячески пытаются скрыть такую зависимость и, наоборот, подчеркнуть своими поступками собственную силу и мужественность. Окружающий мир для них распадается на «своих» и «чужих». Подростки, с одной стороны, пытаются разобраться в самих себе без чьей либо помощи, но, с другой стороны, часто только наносят ущерб развитию своих отношений с внешним миром, ориентируясь или подражая своему выбранному кумиру. Таким образом, любая зависимость у подростка может проявиться в замаскированном виде, определяя во многом его поведение.

Несмотря на огромное количество переживаний, которыми охвачены подростки, внешне поведение их бывает развязным, брутальным, т. е. граничащим с неприкрытым хамством и жесткостью. Подростки, демонстрирующие такое поведение, редко прислушиваются к чужому мнению, ставят себя в позицию превосходства над другими, требуют к себе всяческих привилегий. С такими «бруталами» очень сложно контактировать другим людям, налаживать отношения с ними, и в результате, они остаются замкнутыми в своем «подростковом» сообществе, отгороженные от всего остального мира.

Без всестороннего и глубокого изучения общих и индивидуальных причин и факторов, приводящих к развитию у подростков различных зависимостей, невозможно оказать им адекватную помощь, спланировать тактику и стратегию профилактических, лечебных и реабилитационных мероприятий, которые помогут вернуть молодых людей к полноценной жизни. Я, как никто другой, сейчас это прекрасно понимаю.

Глава 3. Шаг в бездну – падение

Инфицирование

В конце девяностых в нашем городе, как это не прискорбно, героином торговали чуть ли не на каждом углу. Складывалось такое ощущение, что в каждом доме жил «барыга», а на «пяточках» у магазинов группами собирались распространители, открыто меняя «белую смерть» на рубли. Тогда стоимость дозы была смехотворной – 50-100 рублей за «чек»⁵, которого хватало на двух-трех человек. Как ни трудно представить себе, но факт остается фактом – мощнейшее наркотическое опьянение можно было получить всего за 35 рублей. Для любого подростка это была вполне доступная сумма.

Именно в это время мой кумир и наставник Виктор и пристрастился к героину. Он «занюхивал» свою боль от расставания с женой и ребенком и, так же, как и все начинающие наркоманы, пребывал в заблуждении, что это баловство и не более. Наркотик успокаивая его переживания, отстранял от истинных чувств и погружал в блаженное состояние покоя. Виктор рассказывал мне о своих ощущениях, я верил ему и поддался единожды на его уговоры, я сделал «благодаря» ему первый шаг и был, в принципе, готов сделать второй – повторить прием героина. Как я помнил, после первой попытки никаких изменений в своем физическом и эмоциональном состоянии я не почувствовал. Так незаметно эта зараза проникла в мой дом, взломала мой иммунитет и стерла инстинкт самосохранения. Сам того не понимая, я был уже подготовлен к бессознательному переходу от жизни нормального человека к наркоманской «идиллии».

Между тем жизнь моя проходила вполне обычно, вроде ничего не менялось – постоянные тусовки дома, клубы, казино, блатная романтика, драки и криминал, а когда с работы возвращался брат, к этому набору добавлялось еще и вино.

К тому времени многие из моих близких знакомых уже подсели на иглу и сразу же столкнулись с определенными трудностями материального характера. Ведь наркотик требует постоянного наличия средств на его приобретение. Так ко мне napросился временно пожить мой друг детства Кирюха, которого мама, видимо окончательно потеряв терпение, выгнала за то, что он выносил из дома вещи и менял их на героин. Я не мог ему отказать, не понимая, какой опасности подвергаю себя, пустив в дом активного наркозависимого.

Каждый день Кирилл ходил в парк за дозой, которой ему хватало на весь день и подлечиться на следующее утро. Эта утренняя доза всегда лежала у нас на шкафу. Никто из нас не придавал этому особого значения: ну, лежит и лежит, ему ведь надо, а не нам. Кирилл не решался воровать у нас, он знал, что никто ему этого здесь не простит, поэтому он тихо и спокойно проживал, ежедневно принимая наркотик. Однако в один из прекрасных теплых дней произошло то, к чему закономерно вели все последние события: он уговорил меня прогуляться с ним до барыги.

⁵ «Чек» – так на сленге наркоманов называется доза героина или другого наркотика, упакованная в бумажку (иногда магазинный чек), отсюда и название.

Мир иллюзий

Мне исполнилось тогда 16 лет, я окончил первый курс и перешел на второй. Я считал себя уже человеком взрослым, способным самостоятельно принимать решения и, конечно же, все свои решения считал правильными. На предложение Кирилла прогуляться с ним до барыги я ответил согласием, «по-взрослому» оценив обстоятельства: лето, каникулы, опасности вроде бы никакой, почему бы и не прогуляться.

Как только мы присели на лавку в парке, к нам тут же подлетело несколько барыг, которые наперебой стали предлагать нам «зелье»: «У меня! У меня возьми!» Один из них проворно, прямо из-под лавки достал свернутый клочок фольги и протянул Кириллу. Дальше все действия Кирилла были для него привычно стандартными: ложка, вата, вода, зажигалка. Но рядом был я, а как не предложить другу, и Кирилл вкрадчиво, но настойчиво стал уговаривать меня «кайфануть» вместе с ним. Я же прекрасно помнил, как согласился первый раз попробовать наркотик по предложению Виктора и после употребления никаких видимых изменений со мной не произошло. Между тем Кирилл говорил о каком-то неземном «кайфе», и я подумал: «Почему бы и не попробовать снова, может я, все-таки, испытаю то блаженство, о котором говорит мой товарищ?» И я поддался на его уговоры: дорожка, вдох – и вдруг мир для меня сменил все краски! Амплитуда удовольствия зашкалила, мороженое «Фруктовый лед» смягчило горчинку, а тело налилось необыкновенной энергией и силой, все чувства обострились, язык развязался, и я, как балалайка, начал трещать на любую тему. Мир вокруг изменился до неузнаваемости. Я попался.

Недаром первый этап употребления наркотика называют этапом розовых очков: эти очки спрятали все мои проблемы, боли и переживания, осталось только наслаждение.

И пошло, и поехало: разок, второй, третий... За лето наши походы в парк участились настолько, что я сам не заметил, как предложил Кириллу свои деньги на дозу. Теперь уже не он брал мне дозу, а я сам себе ее покупал. Это был знаковый этап, который означал на тот момент только одно – я превратился в самостоятельного наркомана. Употребление все учащалось, каждый раз оправдывая себя различными мероприятиями: то поход в клуб, то чей-то день рождения и т. д. и т. п. Повод находился всегда и служил оправданием для следующего приема наркотика.

Однажды, на дне рождения у Маши собрались все наши друзья за шикарно накрытым столом, а мы с Кириллом, чуть запоздав, пришли туда сразу после приема наркотика на точке в парке в ужасном состоянии: в горло ничего не лезло, глаза, как стекло, и постоянно тошнило. Так было положено начало разрыва с моей любимой девушкой.

Осенью я перешел на второй курс, но учеба не остановила меня, и я продолжал принимать наркотики во время обучения. Я, находясь уже под постоянным воздействием наркотика, искренне считал себя неповторимым, таким представителем «высшей расы». Никто мне был не указ: ни завучи, ни мастера. Я жил, как хотел и делал все, что хотел. Оказалось, что на курсе тоже есть ребята, разделявшие мои «наркоманские» интересы, и мы с ними, принимая одни и те же препараты, поддерживали друг друга в этом мире мифов и иллюзий.

Это был еще один – третий урок, который мне преподала моя наркоманская практика...

Урок № 3. Мифы оправдания

Миф 1: В жизни все надо попробовать, в том числе и наркотики

В основном этот миф создают те люди, которые заинтересованы в том, чтобы новички решились попробовать наркотики, а потом продолжали «пробовать» их всю оставшуюся такую недолгую жизнь наркомана.

Сначала пробуете наркотики просто за компанию, а потом уже самостоятельно принимаете их, поскольку жить без них уже не сможете. Вроде бы, наркотики – это для вас окно в новый захватывающий, интересный, волшебный мир. Однако неожиданно окно закрывается, и вы оказываетесь запертыми в четырех стенах маленькой комнатки. Окружающий мир сужается до минимальных интересов – принять новую дозу, все остальное исчезает из поля зрения или становится недоступным для вас.

Миф 2: Наркотики помогают общению и сближают людей

Действительно, наркотики сближают людей подобно алкоголю и помогают общению. Но общению и сближению кого с кем? Алкоголиков объединяет бутылка «беленькой», а наркоманов объединяет наркотик. Круг интересов наркоманов сводится исключительно к наркотикам и всему тому, что с ними связано. Ни о каком-то духовном единстве речь не идет. Люди, не связанные с наркотиками, и круг их интересов не занимают ум наркомана, они раздражают его, поэтому у наркомана практически нет друзей, есть только знакомые. И эти знакомые – тоже наркоманы, с которыми ему есть о чем поговорить, с ними вместе ему легче добывать наркотики. Прием любого наркотического препарата превращает наркомана в эгоиста высшей степени: всех, кто мешает ему принимать или добывать наркотик, он может в любой момент предать, обокрасть, оболгать, опозорить, избить и даже убить. Наркоман не считает зазорным подставить или обокрасть даже своего недавнего партнера по приобретению наркотика.

Миф 3: Наркотики делятся на легкие и тяжелые

О том, что наркотики некорректно делить на легкие и тяжелые, наркологи говорят уже давно. Среди молодых людей культивируется иллюзия о том, что ничего страшного в наркотиках нет, а наоборот, это отличное средство для того, чтобы хорошо провести время, избавиться от внутренних запретов и страхов. Никто из них не задумывается над тем, что, покурив раз другой марихуану, съев таблетку MDMA (так называемые «легкие» наркотики), постепенно незаметно вырабатывается толерантность к наркотикам, т. е. их эффект становится уже не таким сильным.

Например, после постоянного применения некоторых видов наркотиков, которые принято называть «дискотечными» («экстази», амфетамины), наступает чувство апатии, депрессии, паники, и для того чтобы снять эти симптомы, молодые люди часто переходят к употреблению более сильного наркотика – героина. Таким образом, механизм наркотизации достаточно прост: вначале у человека исчезает защитный барьер, возникает психологическая зависимость, которая со временем переходит в физическую, и тогда при отказе от наркотиков у человека развивается абстинентный синдром (ломка), и дальше по кругу все повторяется, а дозы все увеличиваются.

Миф 4: Есть люди, которые принимают наркотики много лет и прекрасно живут

Статистика говорит об обратном: средняя продолжительность жизни наркомана 3-5 лет и в основном наркоманы погибают от передозировки наркотика, от неадекватного поведения во время наркотического опьянения, от заражения крови (сепсиса), от заболеваний внутренних органов. Однако бывают и исключения из правил – некоторые наркоманы проживают более длительную жизнь – до 15 лет, но никто из них не рассказывает о себе, что они «живут прекрасно», потому что не готовы признавать свои проблемы и хотят казаться успешными и благополучными людьми в глазах окружающих. Чаще всего от них можно услышать примерно следующее: «Дурак я, что связался с наркотиками, теперь никак не бросить...» И каждый из тех, кто употребляет наркотики много лет, хотя бы раз в своей жизни пытался отказаться от них. Правда, среди потребителей конопли встречаются «гусары», которые бравируют своим пристрастием. Возможно, это связано с желанием подчеркнуть свою неординарность, что само по себе свидетельствует о внутреннем неблагополучии... Если у вас все в порядке, то зачем вообще наркотики?

Миф 5: Наркоманы считают, что они избраны самой судьбой и только им открыт неведомый мир истины

Миф этот берет свое начало в глубокой древности, когда наркотические вещества использовались в различных шаманских, жреческих, магических и колдовских практиках для общения с духами и многочисленными богами. Современные наркоманы представляют себя последователями этих «избранных», которым открывается божественная «истина» под наркотическими парами. Но мир вокруг нас – это объективная реальность, между тем каждый человек воспринимает его субъективно, однако, от нашего восприятия предметы, нас окружающие, не меняют свои свойства. Наркоман же, находясь в наркотическом опьянении, воспринимает окружающую его реальность в искаженном виде, даже самые простые предметы могут показаться ему шедеврами искусства, но от этого их свойства и назначение не изменятся.

Таким образом, можно сказать, что наркотики меняют не только сознание наркомана, но и искажают восприятие им окружающей действительности. Наркотик погружает наркомана в мир нереальный, в мир иллюзий, а в сочетании с приятными ощущениями он мнит себя всемогущим «божественным» избранником. Что бы ни показалось наркоману под воздействием наркотика, это всего лишь искажение истинной реальности, но не сама реальность. Эти ощущения наркомана всегда ограничены привыканием к наркотику и уровнем устойчивости к ним организма. Более того, под воздействием некоторых видов наркотиков у наркоманов появляются такие психологические реакции, которые сходны с симптомами шизофрении, но шизофреников никогда и никто не считал избранными.

Миф 6: Наркомания – это не болезнь

Это самый распространенный миф среди молодежи. В обществе же культивируется мнение, что единственной причиной наркомании является, прежде всего, склонность некоторых молодых людей к преступному образу жизни, порочности и безответственности. Однако важно понимать, что наркомания – это болезнь, которая относится специалистами к группе болезней зависимости. Наркомания неизбежно ведет к ускоренному износу организма – заболеваниям сердечно-сосудистой и нервной систем, отмиранию участков головного мозга, порой необратимым заболеваниям других внутренних органов. Наркомания имеет огромный процент смерт-

ности – до 96 %, поэтому по степени тяжести она приравнивается к онкологическим заболеваниям. Наркомания – это болезнь, и, как и всякая болезнь, подлежит специальному лечению.

Миф 7: Лучше быть наркоманом, нежели алкоголиком

Этот миф один из самых излюбленных мифов наркоманов. Лучше употреблять наркотики, чем пить – вот главный девиз современного наркомана. Ведь первый опыт знакомства с алкоголем для многих куда гораздо менее приятен, чем первый опыт знакомства с наркотиками. Так создаются предпосылки для данного мифа.

Однако это мифологическое утверждение является весьма спорным, поскольку алкоголь и наркотики – это две крайности, которых не имеет смысла сравнивать. Алкоголь так же, как и наркотики, ведет к деградации личности, ухудшению состояния организма, непониманию со стороны родственников, проблемам на работе и т. д. По своей сути наркозависимые даже опаснее алкоголиков, и только со временем употребления к ним приходит понимание, что такое абстинентный синдром, дружба наркомана, слезы бессилия матери и отца, поиск денег на очередную дозу, что такое тьма манящего и чарующего мира наркотиков.

Поэтому лучше не быть ни наркоманом, ни алкоголиком.

Миф 8: Легализация наркотиков может помочь справиться с проблемой наркомании

Этот миф опирается на представление о том, что якобы в некоторых странах, таких, например, как Голландия, Дания, Мексика, Канада, Бельгия, Аргентина, Австралия, Швейцария наркотики (марихуана) легализованы, и в связи с этим там уменьшились преступления, заболевания, связанные с наркотиками, искоренен черный рынок, ослаблена деятельность организованной преступности. Однако это не так: соседние страны отмечают в приграничных с этими странами областях намного больше преступлений, чем в других, потребление наркотиков и связанные с этим преступления среди подростков только возрастают. Количество арестов после отмены закона о потреблении наркотиков в этих странах резко сократилось, однако также увеличилось и потребление наркотиков. Количество преступлений, связанных с наркоманией, таких как разбой, нападения, убийства, изнасилования, издевательства над детьми, акты вандализма, резко возросло. Что касается ослабления деятельности организованной преступности в связи с легализацией наркотиков, то опыт этих стран показывает совершенно обратное: количество преступных группировок только увеличивается.

Легализация наркотиков не ослабляет и остроту проблем здравоохранения, не ограничивает распространение таких смертельно опасных заболеваний, как например, СПИД. В ряде европейских стран (Германия, Великобритания, Чехия, Швейцария) после отмены уголовной ответственности за потребление наркотиков и приобретение их для личного употребления, практически две трети всех случаев заболевания СПИДом связано именно с употреблением наркотических средств.

Кроме того, опыт государств, где легализовано употребление наркотиков, показывает, что наркотики стали часто попадать и в руки невинных детей. Так, например, в Соединенных Штатах детям запрещено продавать (и, соответственно, покупать) сигареты, пиво и алкоголь. Однако на сегодняшний день около 4,5 миллионов американских подростков страдают от никотиновой зависимости, а 4,7 миллиона малолетних американцев употребляют алкоголь.

Таким образом, и исторический опыт, и научные исследования, и статистика доказывают: легализация наркотиков лишь увеличивает число наркоманов и количество преступлений, совершаемых на этой почве, что рано или поздно самым страшным образом может отразиться на физическом, интеллектуальном и эмоциональном развитии будущих поколений.

Миф 9: Наркотические препараты помогают создавать позитивное настроение

Действительно, наркотики могут улучшить настроение. Но мало кто из наркоманов говорит об обратной стороне медали подобного способа улучшения настроения. Вполне понятно, что чем чаще наркоман обращается к наркотикам для получения положительных эмоций, тем меньше у него остается шансов приобрести позитивное настроение без них. Такой процесс практически необратим. В сравнении с ощущением эйфории, которое дает наркотик, меркнут такие радости жизни, как дружба, любовь, юмор и т. п. Эти чувства у наркомана присутствуют, но они неразрывно связаны в его сознании с наркотиком. В конце концов, создается такая ситуация, когда без наркотика у него не может быть никакого положительного настроения. Наркоман становится рабом наркотика, а наркотик – единственным шансом для него испытывать радости жизни. Таким образом, наркоман меняет свою свободу и радости жизни на сомнительные, возможно, более яркие, но весьма непродолжительные ощущения радости от приема наркотиков.

Миф 10: Употребление наркотиков может быть контролируемым

Формирование наркотической зависимости происходит в пять этапов:

I этап – эксперимент: молодые люди из любопытства делают попытки приема одного или нескольких наркотиков и исследуют изменения своего настроения в зависимости от наркотического вещества. Они пытаются также поднять себе настроение при помощи алкоголя.

II этап – периодическое потребление: человек пока еще способен решать: принимать ему наркотики или алкоголь или отказаться и осуществляет в определенной степени самоконтроль за частотой потребления и дозировкой.

На первых двух этапах молодые люди стремятся получить приятные ощущения или чувство эйфории от приема наркотиков, а также часто их привлекает возможность менять свое настроение и ощущать себя как-то необычно, по-особенному.

III этап – регулярное потребление: на данном этапе молодой человек больше не принимает наркотик только для того, чтобы получить положительные эмоции, теперь он с помощью наркотика пытается избавиться от отрицательных переживаний, эмоций, состояний, в надежде стереть из памяти неприятные чувства, получая на некоторое время приятные ощущения и успокаиваясь.

IV этап – навязчивая идея: молодых людей на данном этапе можно назвать ситуативно потребляющими наркоманами, поскольку их употребление во многом предопределяется ситуацией, в которой они оказываются: волнение, беспокойство, какая-либо проблема, которые толкают человека принять наркотик, или вечеринка, тусовка в компании друзей, принимающих наркотики. В любом случае решение прибегнуть к помощи наркотиков возникает у молодого человека почти автоматически, а зачастую на данном этапе молодому человеку уже трудно представить свое общение с друзьями без наркотиков. Это говорит о том, что он уже не в состоянии полностью контролировать свое поведение и принимать решения самостоятельно.

Одной из характерных черт этапа формирования навязчивой идеи является все более укрепляющееся у молодого человека желание проводить меньше времени с теми друзьями, которые не пьют и не принимают наркотики.

V этап – психофизиологическая зависимость: этот этап характеризуется полной потерей контроля. Главным поведенческим мотивом у молодого человека становится идея «самолечения», которая формируется уже на предыдущем этапе. Начинают сказываться последствия

длительного и избыточного приема наркотиков, что ведет к дальнейшей деградации личности. Это проявляется в различного рода физических болях и хронических эмоциональных переживаниях.

На этапе психофизиологической зависимости становится трудно воспроизвести положительные моменты, моменты эйфории, которые прежде мотивировали поведение наркомана. Вместо эйфории психофизиологически зависимый человек получает лишь непродолжительную передышку от физических и душевных страданий. Теперь его главной задачей становится поиск возможности вновь, хотя бы и ненадолго, почувствовать себя нормально.

Границы между всеми пятью этапами формирования наркотической зависимости достаточно размыты: начиная с легкомысленного и «безобидного» экспериментирования с наркотическими веществами, процесс употребления наркотиков автоматически перетекает от одной ступени к другой, незаметно для молодого человека происходит потеря контроля и неспособность удержаться и остановиться.

Миф 11: Чистые наркотики безвредны

Наркотики, чистые они или нет, вызывают зависимость, а из-за зависимости человек не в состоянии нормально ни работать, ни учиться, теряет друзей, у него возникают проблемы в отношениях с близкими людьми и с правоохранительными органами. Все наркотики, чистые они или нет, нелегальные – все они продаются на черном рынке и все без исключения в той или иной степени загрязнены побочными (а иногда ядовитыми) примесями, содержат различные наполнители в виде, например, стирального порошка и др. Из-за образовавшейся зависимости наркоман начинает увеличивать дозу наркотика, а значит, и увеличивает дополнительно и прием не менее вредных для организма примесей.

Миф 12: Наркотики помогают решать жизненные проблемы

Люди, которые при возникновении каких-либо проблем, трудных ситуаций в жизни стараются подождать, пока проблемы разрешатся как-то без их участия, или делают вид, что не замечают этих проблем – это слабые, нерешительные, несамостоятельные, инфантильные люди. Часто такое поведение наблюдается у подростков, которых родители с детства ограждали от всевозможных бытовых трудностей и негативных переживаний. В результате такой чрезмерной родительской опеки вырастают привыкшие всегда чувствовать себя комфортно, эгоистичные, инфантильные молодые люди, не приспособленные к полноценной жизни в обществе, к самостоятельному принятию каких-либо решений. Нередко именно такие подростки и прибегают к наркотикам, дающим им эфемерное ощущение благополучия: все проблемы отступают на задний план, улучшается настроение, мир видится в розовом цвете. Когда же действие наркотика заканчивается и человек вынужден вернуться к действительности, оказывается, что все трудности и проблемы, от которых он так хотел избавиться, не только остаются, но и накапливаются.

Миф 13: Употреблять или не употреблять наркотики – личное дело, и нечего в него соваться

К сожалению, за призрачное «удовольствие» наркомана приходится расплачиваться другим людям: лечить, оплачивать больничные листы, работать, страдать от наркоманской агрессии, психозов и неадекватных выходок, вытаскивать их из полиции после совершения правонарушений и т. п. Наркотики это слишком опасная игра, в которую втягиваются совершенно непричастные к их употреблению люди, поэтому употребление наркотиков не является лич-

ным делом так же, как и не является личным делом, например, разбой, воровство, торговля оружием. Государство с помощью законов регулирует эти противоправные деяния своих граждан именно потому, что они не являются их личным делом. К этой категории относится и употребление наркотиков.

Миф 14: Наркотики употребляют сильные и талантливые люди

Наоборот, отказ от употребления наркотиков, от злоупотребления табаком и алкоголем – это и является твердым, волевым поступком, проявлением силы и решительности. Наркотики никогда не сделают человека талантливее, не помогут ему развить все свои способности в профессии или в творческой деятельности, так как именно наркотики постепенно разрушают его мозг и нервную систему. Если люди и были сильными и талантливыми, то после употребления наркотиков они очень быстро изменились: стали слабыми и ни к чему неспособными. Чтобы как можно успешнее реализоваться в жизни каждый человек должен, прежде всего, разумно распоряжаться своим здоровьем.

Миф 15: Не сами наркотики, а запрет на них приводит к несчастьям

Дело в том, что данный миф берет свое начало в далеком прошлом, когда такие растения, как конопля и производные из нее использовались в медицине, опиум использовался в качестве анальгетика. Свидетельства об использовании конопли в медицинских целях датируются, начиная с 3 тысячелетия до н. э. Конопля традиционно использовалась в качестве обезболивающего средства в странах Ближнего Востока, Северной и Центральной Америки, Средней Азии, Гималаев, в Индии, Китае. В арабских странах (Египет, Марокко, ОАЭ, Кувейт) было широко распространено употребление гашиша в качестве обезболивающего, противоэпилептического, противосудорожного и противорвотного медицинского средства. В европейской медицине препараты марихуаны для обезболивания, лечения мышечных спазмов, припадков эпилепсии и ревматизма стали использоваться армейскими хирургами в период колонизации Индии Англией в середине XIX века. Затем, благодаря практике военных врачей, препараты марихуаны получили широкое распространение в медицинской практике Англии и США в этот период.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.