



Наркомания — угроза будущему молодежи!

Наркомания – тяжелое хроническое заболевание, при котором наблюдается стойкая психологическая и физическая зависимость от наркотических веществ.

В наше время проблема наркомании приобрела характер социального бедствия. Детская и подростковая наркомания это бич нашего времени, современная «мода на наркотики» с каждым годом делает зависимыми тысячи молодых людей. Наркотические вещества становятся все более доступные в цене, а их объемы на «черных» рынках стремительно растут. Широкая распространенность так называемых «легких наркотиков» привлекает многих людей, которые недооценивают вред наркомании, кроме того, искренне верят, что могут контролировать ситуацию и прекратить употребление наркотиков в любой момент. Усугубляет проблему наркомании неэффективное лечение зависимых людей. Проблема наркомании еще и в том, что на сегодня болезнь является главным источником распространения венерических заболеваний, в частности СПИДа. Влияние наркотиков на организм человека вред наркомании огромен. В первую очередь наркотики серьезно подрывают здоровье человека. Средняя продолжительность жизни наркомана 7–10 лет. Кроме физической зависимости, возникает зависимость психоэмоциональная, разрушается личность человека, он превращается в безвольного раба, живущего одним желанием – заполнить очередную дозу. Вред наркомании для организма человека уместно рассматривать в разрезе видов наркотиков:

1. Конопля (марихуана, анаша). Курение конопли приводит к тяжелому поражению легких и печени, возникновению дегенеративных патологий сердца, нарушению работы мозга, человек превращается в апатичную, медленно соображающую личность.

2. Опиатные наркотики (героин, опий, маковая соломка, морфин, кодеин, метадон). Вред наркомании при приеме опиатных наркотиков трудно описать словами. Поражается головной мозг, сердце, ухудшается дыхательная функция, разрушаются зубы и кости, нестерпимые инъекции ведут к заражению крови и развитию гнойно-инфекционных осложнений. Кроме того, всегда есть вероятность заражения СПИДом, гепатитом, сифилисом. Вследствие «атаки» печени органическими растворителями происходит ее дегенерация, что обеспечивает наркоману нулевой иммунитет. Даже обычный насморк он переносит как тяжелейшую болезнь.

3. Барбитураты (реладорм). Поражается сердечно-сосудистая система, дистрофируется печень, страдает мозг, наблюдаются психозы.

4. Психостимуляторы (эфедрин, кокаин, амфетамин, «экстази»). Вред наркомании в случае приема психостимуляторов заключается в тяжелых аритмиях, вплоть до остановки сердца, общем истощении организма, дистрофии сердечной мышцы. У наркоманов возникают галлюцинации и затяжные депрессии, следствие которых – самоубийства.

5. Галлюциногены (ядовитые грибы Psilocybe, ЛСД другие). Деструктивно влияют на мозг и, соответственно, психику человека. Страхи, психозы, галлюцинации, превращают человека в психически больного.

6. Летучие вещества (клей «Момент», краски, ацетон, бензин). Очень токсичны, гибнут клетки всего организма.

Если Вы считаете, что у вас наркомания и характерные для этого заболевания симптомы, то вам следует обратиться за консультацией к наркологу. Подростковая наркомания, ее причины, признаки и последствия Наркомания среди подростков носит ужасающий характер. Более четырех миллионов молодых людей в России хотя бы раз в своей жизни пробовали наркотики. И это данные статистики, о реальной кар-

тине можно только догадываться. Последствия и вред наркомании Причины подростковой наркомании банальные. Наиболее частая из них – влияние со стороны. Подросток пробует наркотики просто для того, чтобы «влиться» в компанию или же ему просто интересно ощутить «кайф», о котором говорят его «опытные» товарищи, при этом о вреде наркомании он не задумывается. Еще одна причина наркомании среди подростков – конфликты, непонимание, агрессия в семье. С помощью наркотиков дети убегают от действительности и живут в своем мире иллюзий и ощущений. Есть категория детей, которые с детства стараются отличаться от других, в своем подростковом возрасте они откидают все общепринятые нормы поведения, бунтуют, пробуют все запрещенное, в том числе наркотики. Признаки подростковой наркомании часто размыты, симптомы интоксикации отличаются в зависимости от вида употребляемого наркотика. Общие признаки подростковой наркомании:

1. Изменения во внешнем виде: бледность или покраснение кожи; красные белки глаз; расширенные или суженные зрачки глаз; озноб и боли в конечностях; слишком сухая или слишком потливая кожа.

2. Изменения в поведении: частые исчезновения из дома; подросток врёт и выкручивается; у него появились новые друзья; он спит днем, а гуляет ночью; он перестал учиться, его успеваемость снизилась; иногда бывают состояния схожи с опьянением.

О вероятности наркотической зависимости можно говорить в том случае, если будет наблюдаться цикличность вышеперечисленных признаков. Последствия наркомании среди подростков, конечно же, крайне неутешительны. Передозировки, судороги, воспаления вен, гепатит, СПИД, заражение крови – вот еще неполный список последствий болезни. Кроме того, подростковая наркомания – это мощный удар по психике подростка, это постоянные страхи, депрессии и мысли о самоубийстве. С наркоманами никто не дружит, у них нет семьи, а желание получить дозу толкает их на преступные действия, следствие которых тюрьма. Лечение и профилактика наркомании Профилактика наркомании очень важна. Несмотря на развитость современной медицины, наркомания является трудноизлечимой болезнью. Множество клиник и наркологических центров предлагают разные методы лечения болезни, но единого подхода в этом вопросе не существует. Если говорить о современных методиках лечения, то очень часто они никак не решают проблему наркомании, а являются всего лишь выкачиванием денег с больного и его отчаявшихся родственников. В любом случае лечение наркомании должно осуществляться комплексно, действия медиков, психологов, социологов должны быть направлены на устранение корня физической и психологической зависимости. Профилактику наркомании следует начинать со школьной парты. Уже с 9–10-ти лет детям нужно предоставлять устный и печатный лекционный материал (в виде книг, брошюр, аудиоматериалов, художественных и документальных фильмов) о проблеме наркомании, о наркотиках и их влиянии на организм, о последствиях болезней. Кроме того, хороший эффект в вопросах профилактики наркомании дает наглядный пример. Дети с интересом слушают бывших наркоманов, которые рассказывают им обо всех «прелестях» наркотической зависимости. Профилактику наркомании среди подростков, в первую очередь, следует выполнять родителям. Доверительные отношения в семье дадут уверенность ребенку (а в будущем подростку), что в любой ситуации его поймут, поддержат, посоветуют, а если будет нужно, то помогут справиться с трудностями.

Раздельный сбор мусора и его переработка

Раздельный сбор – это система, при которой отходы разделяются по видам для того, чтобы их можно было переработать и создать из них новые вещи, а не просто выбросить. При такой системе наш город, наша страна меньше загрязняется мусором, а для производства вещей не нужно тратить ресурсы: нефть, древесину, алюминий.

Из макулатуры можно сделать практически любую бумажную продукцию: туалетную и офисную бумагу, тетрадки и папки. Из пластиковых бутылок производят бесчисленное количество новых вещей: от тапочек до детских горков. Из стекла – стекловату, тарелки, душевые кабины. Алюминиевые банки вообще могут перерабатываться бесчисленное количество раз. Многие вещи, которыми вы ежедневно пользуетесь, сделаны из отходов, при этом по своему качеству они не уступают вещам из первичного сырья.

Мы изучили ситуацию во всех регионах России: во многих крупных городах уже действуют заводы по переработке пластика, макулатуры, металла и другого полезного мусора. По словам всех бизнесменов, им не хватает только одного: вторсырья. С появлением системы раздельного сбора они готовы расширить производство.

Данные статистики говорят о том, что не вывоз отходов производства в СПб и их захоронение, а скорее неопределенность судьбы значительной доли твердых бытовых отходов мегаполиса является сегодня основной угрозой комплексного природопользования. Никто не сомневается в том, что ресурсный потенциал ТБО нужно не уничтожать, а использовать, и, конечно, сегодня уже нельзя подходить к проблеме ТБО как к борьбе с мусором, ставя задачу любой ценой избавиться от него! Реальное решение проблемы рано или поздно приходит от тех, кто, засучив рукава, берется осуществить незавидный, на взгляд со стороны, бизнес по раздельному сбору, вывозу и утилизации твердого бытового мусора.

К счастью, сегодня во всем мире уже немало не только успешных предпринимателей, но и владельцев корпораций, организаторов достаточно известных компаний, которые получили в результате раздельного сбора мусора и вывоза отходов контейнером свободный доступ к востребованному сырью, необходимому для выпуска разнообразных модных изделий: от брендовых оправ очков до стильных сумок, от бордюрной плитки до небьющихся скамеек в обществен-

ных парках. Оказывается, изготовив однажды из отходов ПЭТ (переработанных пластиковых бутылок) стильный коврик, этот продукт можно утилизировать после износа до еще более экстравагантного коврового покрытия багажников автомобилей. Из вторичного полиэфир, содержание которого достигает более 50%, в России уже сегодня производятся школьные сумки, кухонные рукавицы, скатерти, колпаки для чайников, подставки. Из пряжи, состоящей на 30% из шерсти и на 70% из полиэфира, волонтеры субботников по сбору твердого бытового мусора заказывают красивую, хотя еще весьма дорогую униформу. Известно, что на изготовление взрослого комплекта такого костюма уходит около 15 пластиковых бутылок.

Тем не менее, отношение к заводам по переработке ТБО в обществе все еще остается неоднозначным. Для кого-то привычнее свалки, влияние которых на окружающую среду несопоставимо с результатами работы промышленных предприятий по обращению с твердыми видами мусора или с отходами производств – промышленные отходы. Так и получается, что одной из главных проблем современности по-прежнему остается утилизация и переработка твердых бытовых отходов (ТБО). До сих пор сложно говорить о кардинальных изменениях в этой области во всем мире, в том числе и в нашей стране. И хотя явно недостает технологических линий, на которых вторичное сырье моется, измельчается, сушится, сплавляется, превращается в гранулы, и возрожденный полимер используется в качестве связующего звена новых материалов, мы знаем, что действительно, можно изготавливать, даже из самых многотоннажных и неудобных для переработки отходов – лигнина и фосфогипса – отличные кирпичи, плитку для тротуаров, черепицу для крыш, декоративные бордюры, заборы, скамейки, различные товары бытового назначения и великопленные материалы для конструкций.

Опуская в специальный контейнер бутылку из-под напитка или моющего средства, мы берегаем нефть и газ, которые пришлось бы потратить на производство новой тары, выбрасывая обертку от конфет в урну, ограждаем родной город от токсичных газов, неминуемо образующихся при разложении пластика естественным путем. Раздельный сбор мусора – во многом, еще только будущее, но мы хотим внести вклад в защиту природы, и продолжаем верить, что это возможно.



Что такое толерантность?

Я не согласен с тем, что вы говорите, но пожертвую своей жизнью, защищая ваше право высказывать собственное мнение.

Вольтер

Толерантность означает терпимость к иному образу жизни, поведению, обычаям, чувствам, мнениям, идеям, верованиям. Таким образом, она связана со свободой инакомыслия в широком смысле этого слова, а не в том, который утвердился в политической сфере, близка к понятиям милосердия и снисхождения.

Важность этого феномена в современной жизни столь сильна, что в 1995 г. ЮНЕСКО была принята Декларация принципов толерантности, включающих уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности, гармонию в многообразии, направленность на достижение мира и содействие замене культуры войны культурой мира.

Толерантность выражает способность установить и сохранить общность с людьми, отличающимися от нас в каком-либо отношении. Разумеется, при этом надо иметь в виду, что существуют границы терпимости, т.е. наличие неких моральных пределов, позволяющих не смешивать толерантные отношения с вседозволенностью и безразличием к ценностям, питающим убеждения. В противном случае пришлось бы согласиться с определением Г.К. Честертона: «Толерантность – это добродетель людей, которые ни во что не верят».

По сферам проявления выделяют политическую, научную, педагогическую и административную толерантность. Применительно к личности психологи различают несколько видов толерантности.

Естественная (натуральная) толерантность

Она подразумевает любознательность и доверчивость, свойственные и изначально присущие маленькому ребенку. Они не определяются и не определяют качества его «Я», поскольку процесс становления личности, т.е. ее персонализации еще не привел к расщеплению индивидуального и социального опыта, к существованию обособленных планов поведения и переживания и т.д.

Наличие естественной толерантности позволяет малышу принимать родителей в любом виде, вплоть до крайне жестокого обращения с ним. В последнем случае она, с одной стороны, создает психологическую защищенность и позволяет сохранить позитивные отношения с семьей, но с другой – неизбежно невротизирует формирующуюся личность, снижая способность принятия себя, своего опыта, чувств и переживаний.

Моральная толерантность

Этот тип означает терпимость, ассоциируемую с личностью (внешним «Я» человека). В той или иной мере она присуща большинству взрослых людей и проявляется в стремлении сдерживать свои эмоции, используя механизмы психологических защит.

Здесь имеет место некая условность, т.к. человек не проявляет нетерпимости, которая у него имеется, но остается внутри. Ситуационной моделью сути такого отношения являются варианты типа «обстоятельства так складываются, что мне приходится вас терпеть, но...».

Подобная схема, к сожалению, является основой современных реалий массовой культуры и семейного воспитания. И конфликт поколений тоже происходит из проявляемой его участниками квази-терпимости по отношению к ценностям установкам друг друга.

Нравственная толерантность

Как ни странно, в терминологическом поле на сей раз мы имеем парадоксальный случай, когда синонимическое значение слов «моральный» и «нравственный» разведено. Но что поделать... В отличие от моральной, нравственная толерантность на языке специалистов предполагает принятие и доверие, которые ассоциируются с сущностью или «внутренним Я» человека.

Она включает как уважение ценностей и смыслов, значимых для другого, так и осознание и принятие собственного внутреннего мира, своих собственных ценностей и смыслов, целей и желаний, переживаний и чувств. Это дает личности преимущество не бояться и выдерживать напряжения и конфликты, миновать которые никому по жизни не удается.

Собственно, это и есть истинная, зрелая толерантность. Для оценки ее уровня специалисты разработали соответствующие психологические портреты, используя несколько критериев. Они могут служить подсказкой и для желающих убедиться в собственной толерантности.

Итак, что свойственно человеку толерантному (Т) и интолерантному (И)?



1. Знание себя

Т: Адекватно оценивает себя и окружающих. Способен относиться к себе критически, старается разобраться в своих проблемах, собственных достоинствах и недостатках.

И: Замечает у себя преимущественно достоинства, а у других недостатки, по поводу которых занимает обвинительную позицию.

2. Защищенность

Т: Уверен в себе, не сомневается, что справится с любой возникшей задачей.

И: Опасается своего социального окружения и самого себя: во всем видит угрозу.

3. Ответственность

Т: Не перекладывает ответственность на других, сам отвечает за свои поступки.

И: Считает, что происходящие события от него не зависят, следовательно, снимает с себя ответственность за происходящее вокруг. Беспричинно подозревает, что ему вредят.

4. Потребность в определении

Т: Стремится к работе, творчеству, самореализации.

И: Склонен отодвигать себя на второй план («пусть кто-нибудь другой, только не я...»).

5. Чувство юмора

Т: Живо реагирует на шутки, способен посмеяться и над собой.

И: Апатично либо мрачно воспринимает юмор. Раздраженно реагирует даже на безобидные шутки в свой адрес.

6. Авторитаризм

Т: Предпочитает демократические начала.

И: Предпочитает жесткую власть.

Как видим, толерантность – это не просто отдельно взятое качество, а результирующий фактор взаимосвязанных свойств личности. А потому взятая на себя задача «стану терпимым!» может привести только к усилению моральной толерантности.

Дораста же до нравственной можно, лишь начав с самопонимания и двигаясь в направлении внутренней гармонии. И она, эта гармония, будет расти и, по мудрому выражению Джебрана Калила Джебрана, «раскрываться, как лотос с бесчисленными лепестками».

Правила развития толерантности (по материалам ЮНЕСКО)

Существуют правила, которые могут помочь каждому в развитии этого качества.

1. Безразличие к людям порождает соответствующее отношение с их стороны. Отношение окружающих к нам зависит только от нас самих.

2. Не буду искать «соринку в чужом глазу», а обращусь к себе, к своей ответственности за человечность своих поступков.

3. Права свои лучше начинать отстаивать тогда, когда хорошо понял и помнишь свои обязанности.

4. Насилием и силой можно подчинить себе другого, но это лишь иллюзия успеха.

5. Люди судят о нас не по нашим словам или мерениям, а по реальным делам.

6. Постоянно бояться ошибок, думать об ошибках (своих или чужих) вредно. Ошибки – наша обратная связь, которую предоставляет нам сама жизнь. Для того, чтобы эта обратная связь была конструктивной, ошибку надо найти и исправить, думая больше о будущем, чем о прошлом.

7. Общаюсь, вместо повелительного наклонения полезнее чаще употреблять сослагательное («Было бы хорошо сделать еще то-то», «Я был бы рад, если бы ты...»).

8. Полезно не допускать перерастания критики в элементный спор и не преследовать за критику – это избавит от ошибок и только укрепит авторитет.

9. Здоровый юмор скрашивает темные стороны нашей жизни и подбадривает других, вселяет в них веру.

10. Успешный человек хорошо взаимодействует с людьми и тем самым оказывает на них положительное влияние.

Как видим, толерантность – это не просто отдельно взятое качество, а результирующий фактор взаимосвязанных свойств личности.

Уважайте людей, не унижайте их достоинства!

Детям про толерантность

дорогой друг! Если ты хочешь: жить в мире; любить и быть любимым; учиться и получить любимую профессию; чтобы исполнились твои заветные мечты; чтобы были живы и здоровы ты, твои родные, друзья и подруги, тогда соблюдай эти правила: будь внимательным, терпимым, милосердным к окружающим; изучай и уважай обычаи и традиции людей разных национальностей; принимай другого таким, какой он есть!

Условия для реализации принципа толерантности:

Не стремиться подчинить себе другого, т.е. толерантность строится только на основе некоторого равенства позиций. Это понятие обязательно включает уважение достоинства каждого, право на наличие и сохранение индивидуальности.

Изучать другого. Незнание, как известно, нередко порождает непонимание. Знакомство с культурой, традициями, образом жизни представителей других национальностей позволит

перевести присущую многим людям оценочную деятельность в познавательную.

Принимать другого таким, какой он есть. Это условие означает, что субъекты по взаимодействию должны стремиться не переделывать друг друга, а воспринимать другого как нечто целое со всеми индивидуальными особенностями.

Акцентировать внимание на объединяющих факторах.

Для достижения толерантного взаимодействия важно найти то, что объединяет партнеров, а не разъединяет их. Поэтому необходимо, сначала выделять общее и лишь, потом фиксировать внимание на противоположном.

Чувство юмора. Способность посмеяться над собой – важная черта толерантной личности. У того, кто может посмеяться над собой, меньше потребность чувствовать превосходство над другими.

Пусть каждый из вас будет примером толерантности для всех жителей МО Сосновское.

Толерантность – гармония в многообразии

с 1995 года, который был объявлен по инициативе ЮНЕСКО Международным годом Толерантности, слово «толерантность» прочно вошло в нашу повседневную жизнь. Представители более чем 185 стран подписали Декларацию Принципов Толерантности, в которой четко определи-

ли этот термин. Он формулируется так: «Толерантность (от лат. tolerantia – терпение; терпимость к чужому образу жизни, поведению, обычаям, чувствам, мнениям, идеям, верованиям) – это уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности. Толерантность – это гармония в многообразии. Это не только моральный долг, но и политическая, правовая потребность. Толерантность – это добродетель, которая делает возможным достижение мира и способствует замене культуры войны культурой мира. Ей способствуют знания, открытость, общение и свобода мысли, совести и убеждений».

Толерантность – терпимость по отношению к инакомыслию, чужим взглядам, верованиям, поведению, к критике другими своих идей, позиций и действий и т.д.

Толерантность – это то, что делает возможным достижение мира и ведет от культуры войны к культуре мира.

Толерантность – это человеческая добродетель: искусство жить в мире разных людей и идей, способность иметь права и свободы, при этом, не нарушая прав и свобод других людей. В то же время, толерантность – это не уступка, снисхождение или потворство, а активная жизненная позиция на основе признания иного.

Толерантность также требует предоставления каждому человеку возможностей для социального развития без какой-либо дискриминации. Это качество личности, которое является составляющей гуманистической направленности личности и определяется ее ценностным отношением к окружающим.

2003 год был объявлен ЮНЕСКО годом толерантности. Это объяснимо, ибо события, происходящие в мире, часто носят характер межэтнических, религиозных конфликтов, расовой дискриминации.

Общепризнанно, что человечеству не хватает толерантности, а проще говоря, взаимоважного, благожелательно – терпимого отношения друг к другу. Из-за такого дефицита происходит много бед. Казалось бы, так просто – живи и давай жить другим, имей свой образ жизни, веруй, выражай частным образом и публично свое мировоззрение, признай право других на то же самое, и все будет хорошо. Но почему-то не получается. Очевидно, проблема терпимости затрагивает какой-то глубокий уровень подсознания, и никакие рационалистические доводы разума часто не действуют. Поэтому огромную важность сегодня для нашей страны имеет теоретическая и практическая разработка принципов, методов, форм и содержания нового, культурного образования, воспитания. В то же время толерантность вовсе не означает безразличие к любым взглядам и действиям. Так, например, аморально и преступно мириться с расизмом, насилием, унижением достоинства, ущемлением интересов и прав человека. Нельзя мириться в том случае, если искажаются научные данные или сведения, экспериментально доказанные.

Программа «Толерантность» Правительства Санкт-Петербурга

В соответствии с Постановлением Правительства Санкт-Петербурга от 23.09.2010 № 1256 в Санкт-Петербурге действует Программа гармонизации межкультурных, межэтнических и межконфессиональных отношений, воспитания культуры толерантности в Санкт-Петербурге на 2011–2015 годы – Программа «Толерантность»

Ресурсы и инструментарий Программы «Толерантность» обеспечивают реализацию государственной национальной политики России в Санкт-Петербурге, в том числе исполнение Указа Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 602 «Об обеспечении межнационального согласия» и Указа Президента Российской Федерации от 19.12.2012 № 1666 «О стратегии государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года».

Программа «Толерантность» охватывает образование, культуру, средства массовой информации, безопасность, работу с молодежью, включая профилактику и противодействие экстремистским проявлениям в молодежной среде, взаимодействие со структурами гражданского общества.

Базовая цель Программы «Толерантность» – воспитание правильного и доброжелательного восприятия этнической и культурного многообразия нашей страны, привитие общероссийской гражданской идентичности.

В информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» создан официальный ресурс Программы Санкт-Петербурга «Толерантность» по адресу: <http://spbtolerance.ru/>. Портал аккумулирует информацию о мероприятиях Администрации Санкт-Петербурга, проектах государственных учреждений, инициативах гражданского общества и призван освещать различные аспекты межнациональных и межкультурных отношений.