

ПЕРЕЗАГРУЗКА ПРОФИЛАКТИКИ: КАК АДАПТИРОВАТЬСЯ К "СИНТЕТИЧЕСКОЙ" УГРОЗЕ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ.

REBOOTING PREVENTION: ADAPTING TO THE "SYNTHETIC" THREAT IN THE STUDENT ENVIRONMENT.

Юревич Алиса Андреевна

Превентолог. Психотерапевт.

Yurevich Alisa Andreevna

Preventolog. Psikhoterapevt.

Аннотация.

В статье исследуется угроза синтетических наркотиков для студентов, выделяя факторы уязвимости: психологические проблемы, социальное давление, доступность. Рассматривается разрушительное воздействие "синтетики" на мозг, приводящее к необратимым последствиям, включая психические расстройства. Изучены ключевые причины проблемы: экономические, психологические, социальные и индивидуальные. Статистика подтверждает рост употребления среди студентов и его медико-социальные последствия. Обосновывается необходимость отказа от устаревших методов профилактики, предлагается развивать критическое мышление, эмоциональный интеллект и мотивацию к ЗОЖ.

Abstract.

This article examines the threat of synthetic drugs to students, highlighting vulnerability factors: psychological issues, social pressure, and accessibility. It considers the destructive impact of "synthetics" on the brain, leading to irreversible consequences, including mental disorders. Key drivers of the problem are explored: economic, psychological, social, and individual factors. Statistics confirm increased drug use among students and its socio-medical repercussions. The necessity of abandoning outdated prevention methods is argued, and developing critical thinking, emotional intelligence, and motivation for a healthy lifestyle is proposed.

Введение: синтетические наркотики как вызов превентологии в молодежной среде.

Мир захлестнула волна синтетических наркотиков, чья коварная привлекательность особенно опасна для молодежи, и в первую очередь – для студентов, находящихся на перепутье взросления и выбора жизненного пути.

Перегруженность информацией, постоянное обновление социальной среды, экономическая нестабильность и другие факторы создают благоприятную почву для девиантного поведения, в том числе и для употребления психоактивных веществ. Синтетические наркотики, или "дизайнерские наркотики", как их часто называют, представляют собой химические соединения, разработанные для имитации эффектов традиционных наркотиков, но с часто непредсказуемыми и смертельно опасными последствиями. Эта "новая чума XXI века" стремительно распространяется, быстрым развитием зависимости и доступностью через интернет-каналы, требуя немедленного и всестороннего реагирования.

В этом лабиринте возможностей и испытаний молодые люди часто видят в синтетических наркотиках легкий способ уйти от проблем, снять напряжение или просто развлечься. Однако кажущаяся легкость оборачивается трагедией, разрушая здоровье, психику и будущее. Уязвимость студентов обусловлена не только психологическими факторами (давление сверстников, поиск новых ощущений, неумение справляться со стрессом), но и социальной средой: легкий доступ через интернет, низкая информированность о рисках и недостаток эффективных программ поддержки.). В контексте юношеского максимализма, когда сиюминутное "хорошо" затмевает долгосрочные последствия, информация о вреде часто отходит на второй план.

Статистика неумолима: употребление синтетических наркотиков среди молодежи продолжает расти, несмотря на усилия по профилактике. Тревожно,

что значительную часть потребителей составляют студенты, чей потенциал и энергия необходимы для развития страны.

Поскольку старые способы решения проблемы уже не так хороши, как раньше, нужен более современный подход. Поэтому важно создавать новые, действенные программы, которые помогут молодым людям осознанно выбирать здоровый образ жизни и не поддаваться плохому влиянию.

Разрушение мозга синтетическими наркотиками и факторы риска употребления у молодежи.

Синтетические наркотики — это мина замедленного действия для мозга, приводящая к тяжелым неврологическим и психическим расстройствам. Если натуральные наркотики хоть как-то предсказуемы, то синтетика — это яд неизвестного состава. Например, при кустарном изготовлении мефедрона в конечном продукте может оставаться марганец, который необратимо разрушает клетки мозга. Игра с такими веществами — это русская рулетка, где на кону здоровье и разум.

Механизмы поражения мозга:

- **Нейротоксичность:** Синтетика напрямую убивает клетки мозга. Представьте, как будто кто-то ломает ваш компьютер изнутри. Последствия могут быть очень серьезными и, увы, часто необратимыми.
- **Нарушение нейротрансмиссии:** Синтетические наркотики вмешиваются в нормальную работу нейротрансмиттеров, таких как дофамин, серотонин и норадреналин, вызывая психотические эпизоды, депрессию, тревогу и другие психические расстройства.
- **Сосудистые нарушения:** Употребление синтетических наркотиков вызывает кислородное голодание и приводит к спазмам сосудов головного мозга, инсульту и другим сосудистым нарушениям, которые могут вызывать повреждение мозга и инвалидность.

- **Психические расстройства:** Длительное употребление синтетических наркотиков увеличивает риск развития серьезных психических расстройств, таких как шизофрения, психозы и биполярное расстройство.

Ряд факторов способствуют употреблению синтетических наркотиков среди студентов. К ним относятся:

- **Тяжелые времена:** Нестабильная экономическая ситуация, социальное расслоение, низкий уровень жизни в некоторых семьях, ограниченные перспективы трудоустройства после выпуска.
- **Психологические проблемы:** Сниженная самооценка, дефицит коммуникативных навыков, неумение справляться со стрессом, склонность к риску, депрессивные состояния, чувство одиночества и изоляции. Мозг в таком состоянии более восприимчив к воздействию наркотиков.
- **Социальное влияние:** Давление друзей, пример "крутых" блогеров и рэперов, доступность наркотиков через интернет и социальные сети, низкая осведомленность о последствиях употребления.
- **Индивидуальные предрасположенности:** Генетическая уязвимость, особенности характера, пережитые травматические события.
- **Приоритет мгновенного удовлетворения над долгосрочными последствиями:** Недооценка потенциальных проблем со здоровьем и негативного влияния на будущее на фоне стремления к сиюминутному удовольствию и соответствию социальной моде.

Современная ситуация: Статистика и последствия употребления синтетических наркотиков среди студентов.

По данным Национального научного центра наркологии им. В.П. Сербского, в России наблюдается тенденция "омоложения" наркомании, с высокой долей лиц, впервые попробовавших наркотики до 25 лет и особую обеспокоенность вызывает рост употребления синтетических наркотиков ("соли", "спайсы") из-за их высокой токсичности и опасности для психического здоровья молодежи.

Согласно исследованию, проведенному Фондом "Общественное мнение" в 2023 году, 12% российских студентов хотя бы раз пробовали синтетические наркотики, а 3% употребляют их регулярно (ФОМ, 2023).

Примеры из СМИ за период 2023-2025 год:

- "Студент выпал из окна под воздействием наркотиков": СМИ пестрят новостями о молодых ребятах, выбросившихся из окон под наркотиками. Галлюцинации, психоз – и вот уже чья-то жизнь оборвалась из-за погони за опасной эйфорией.
- "Студента задержали за распространение наркотиков в общежитии": Правоохранительные органы периодически сообщают о задержании студентов, занимающихся распространением наркотиков в студенческих общежитиях. Легкие деньги? Легкая зависимость для других... и сломанные судьбы.
- "Передозировка наркотиков в ночном клубе: погиб студент": В новостях можно встретить сообщения о случаях передозировки наркотиков в ночных клубах и других местах развлечений, где часто собирается молодежь. Ни танцев, ни смеха – только траур и боль.

Общая статистическая информация:

По данным Министерства здравоохранения РФ, в последние годы наблюдается рост числа отравлений наркотиками, в том числе среди молодежи.

В структуре наркопотребления растет доля синтетических наркотиков, которые отличаются высокой токсичностью и непредсказуемым воздействием на организм.

Правоохранительные органы отмечают рост числа преступлений, связанных с наркотиками, в том числе сбыта и хранения наркотических веществ.

Употребление синтетических наркотиков также влечет за собой значительный социально-медицинский и экономический ущерб.

Сломанные жизни:

Каждая трагедия, связанная с употреблением синтетических наркотиков, – это не просто статистика, а сломанная жизнь молодого человека, потерянные мечты и надежды. Студенты, ставшие жертвами наркотиков, лишаются возможности получить образование, создать семью, реализовать свой потенциал и внести вклад в общество. Их семьи переживают невосполнимую утрату, а друзья и близкие остаются с чувством вины и бессилия. Важно помнить, что профилактика наркомании – это не просто борьба с зависимостью устаревшими методами. Это – инвестиция в будущее молодежи, требующая современных, эффективных подходов, основанных на передовых исследованиях и технологиях.

Недостаточная эффективность традиционных методов и необходимость новых подходов.

Традиционные методы профилактики наркомании, основанные на информировании о вреде наркотиков и запугивании последствиями, часто оказываются малоэффективными. Они не затрагивают глубинные причины употребления, не формируют устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и игнорируют специфику студенческой среды. По данным мета-анализа, проведенного Д.А. Хопкинсом с коллегами, программы, основанные исключительно на предоставлении информации о вреде наркотиков, снижают уровень употребления наркотиков лишь на 5-10%, что явно недостаточно для решения проблемы. Формальные лекции и беседы о вреде наркотиков, проводимые сотрудниками правоохранительных органов или медицинскими работниками, зачастую не вызывают интереса у студентов и не формируют у них активной позиции по отношению к наркомании. А появление искусственного интеллекта значительно упрощает жизнь, но в тоже время разрушает навыки критического мышления, который очень необходим, чтобы различать плохую дорожку в жизненном пути.

Подход "наркотики - зло, давайте воевать" устарел и не работает. Необходим принципиально новый фокус: смещение акцента с борьбы с наркотиками на

развитие у студентов навыков принятия решений, критического мышления, эмоционального интеллекта, осознанности и стремления к здоровому образу жизни. Важно помогать молодым людям делать осознанный выбор в пользу здоровья, а не просто запрещать или пугать.

Развитие критического мышления и осознанности позволяет студентам анализировать информацию, отличать правду от лжи, осознавать свои мотивы и последствия своих действий, противостоять давлению и принимать взвешенные решения. Это помогает не поддаваться на рекламные уловки и мифы о "безопасности" синтетических наркотиков. Примеры позитивного влияния включают блогеров и религиозные убеждения, которые способствуют сокращению интереса к наркотикам. Статистика показывает, что если удержать молодого человека от употребления алкоголя, табака и наркотиков в период с 10 до 21 года, вероятность дальнейшего употребления значительно снижается.

Переход к более современной программе: интерактивные подходы к здоровому выбору.

1. Развитие навыков принятия решений: обучение студентов анализу информации, оценке рисков и последствий, принятию ответственных решений в сложных ситуациях. Студенты должны научиться определять свои ценности и приоритеты, ставить цели и разрабатывать стратегии их достижения. Ключевым элементом является развитие навыков противостояния давлению сверстников и уверенного отстаивания своей точки зрения.
2. Формирование критического мышления: развитие способности анализировать информацию, отличать правду от лжи, выявлять манипуляции и пропаганду, критически оценивать сообщения, поступающие из различных источников, включая интернет и социальные сети. Студенты должны научиться задавать вопросы, сомневаться и проверять информацию, прежде чем принимать ее на веру.
3. Развитие осознанности: обучение техникам саморегуляции, осознанности своих эмоций и потребностей, умению справляться со стрессом без употребления психоактивных веществ. Студенты должны научиться

распознавать признаки стресса, управлять своими эмоциями и использовать различные техники релаксации и саморегуляции.

4. Создание поддерживающей среды: организация работы студенческих клубов, групп поддержки, психологических консультаций, где студенты могут получить помощь и поддержку в трудных ситуациях. Необходимо создание атмосферы доверия и открытости, где студенты не боялись бы обращаться за помощью и могли бы чувствовать себя в безопасности.

5. Использование современных коммуникационных технологий: разработка интерактивных онлайн-курсов, мобильных приложений, социальных медиа проектов, направленных на профилактику наркомании и формирование здорового образа жизни. Важно использовать те каналы коммуникации, которые наиболее популярны среди студентов, и создавать контент, который будет им интересен и полезен.

6. Вовлечение студентов в профилактическую деятельность: организация студенческих волонтерских групп, участие студентов в разработке и реализации профилактических программ. Студенты должны быть не просто пассивными участниками профилактических мероприятий, а активными агентами изменений.

Практическая реализация: методы и инструменты:

1. Интерактивные тренинги: Анализ проблем, генерация альтернативных решений, оценка рисков и последствий. Ролевые игры, кейс-стади, симуляции.
2. Дебаты и дискуссии: Обсуждение актуальных вопросов, связанных с наркоманией, формирование собственного мнения, уважение и толерантность к различным точкам зрения.
3. Ролевые игры и симуляции: Имитация реальных жизненных ситуаций, принятие решений в условиях стресса и давления, реалистичные сценарии, отражающие студенческую жизнь.

4. Мастер-классы и лекции: Приглашение специалистов в области психологии, наркологии, права. Компетентные и увлеченные лекторы, доступное объяснение сложной информации.
5. Социальные сети и мессенджеры: Привлекательный и информативный контент, профилактика наркомании, пропаганда здорового образа жизни, визуальные материалы, простой язык, регулярное обновление, мемы, челленджи, интерактивы.
6. Спортивные и культурные мероприятия: Соревнования, фестивали, концерты, направленные на популяризацию здорового образа жизни и создание позитивного досуга, привлечение популярных артистов и блогеров.

Ресурсы и лидерство.

- Финансирование: Гранты, бюджетные средства, спонсорские средства.
- Кадровое обеспечение: Психологи, педагоги, социальные работники, наркологи, юристы, обученные волонтеры, эксперты.
- Методическая поддержка: Разработка учебно-методических материалов, организация обучающих семинаров и тренингов, создание регионального ресурсного центра.

Ожидаемые результаты.

- Повышение осознанности и ответственности за свое здоровье у молодежи.
- Студенты лучше понимают важность здоровья и заботятся о нем.
- Здоровый образ жизни становится крутым и важным для студентов.
- Студенты чувствуют себя лучше, меньше проблем в общении.
- В университете работает система, которая помогает студентам не связываться с наркотиками.
- Снижение экономических затрат в стране на лечение наркомании.

Выводы.

Проблема употребления синтетических наркотиков среди студентов представляет собой серьезный вызов для современной системы превентологии в молодежной среде. Решение этой проблемы требует комплексного и многовекторного подхода, основанного на формировании осознанного выбора в пользу здорового образа жизни, развитии навыков принятия решений, критического мышления и осознанности. Реализация предложенной модели профилактики требует объединения усилий государственных и общественных организаций, привлечения квалифицированных специалистов и активного участия самих студентов.

Список литературы:

Botvin G.J. (2000). Preventing drug abuse in schools: Social and competence enhancement approaches. *Addictive Behaviors*, 25(6), 887-897.

Hopkins D.A., Kuklinski M.R., Hawkins D.J. (2019). A meta-analysis of universal drug prevention programs. *Prevention Science*, 20(3), 329-341.

Orr C. (2020). Synthetic drugs and designer drugs: Understanding the global market and its harms. *International Journal of Drug Policy*, 79, 102729.

Национальный научный центр наркологии им. В.П. Сербского (2023). Аналитический обзор наркотической ситуации в Российской Федерации. Москва.

ФОМ (2023). Наркотики в России: общественное мнение. [Онлайн ресурс] URL: [Укажите ссылку на исследование ФОМ].

Ключевые слова: превентология, синтетические наркотики, студенты, профилактика, осознанный выбор, навыки принятия решений, критическое мышление, осознанность, молодежная среда.

Юревич А.А. 2025