**А.Н. МАЮРОВ, Я.А. МАЮРОВ**

**ВЫХОД ИЗ НАРКОТИЧЕСКОГО КРУГА**

## Учебное пособие для ученика и учителя

## 7 – 11 классы

## Книга 4

## 

## УРОКИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

## 2013

## ББК

## Одобрено Федеральным агентством по образованию Министерства образования и науки РФ

## Рецензенты: И.В. Бестужев-Лада, академик РАО

## Д.В. Колесов, академик РАО

## Т.И. Ермакова, канд. педагогических наук, директор Нижегородской гимназии № 2.

## Маюров А.Н., Маюров Я.А.

## Уроки культуры здоровья. Выход из наркотического круга. Учебное пособие для ученика и учителя. 11 класс. – Ростов-на-Дону, 2013. - 231с.

## ISBN

## Учебное пособие «Выход из наркотического круга» завершает серию учебных пособий «Уроки культуры здоровья», содержащих разработки уроков по культуре трезвости и здоровья для учащихся 11 классов. В нем рассматриваются такие темы, как: «Избавление от алкогольной зависимости»; «Алкогольный трамплин в наркоманию»; «Противостояние наркотизму в зарубежном мире»; «Метод Шичко и другие психолого-педагогические методы избавления от зависимостей»; «Бранные слова»; «Избавление от зависимостей и профилактика» и др.

## Пособие можно использовать в процессе учебной деятельности, а также во внеклассной работе, для проведения классных часов, факультативных занятий, родительских собраний, летнего оздоровительного отдыха.

## ББК

## Учебное пособие удостоено педагогической награды России – медали Януша Корчака

## ISBN

## © Маюров А.Н., Маюров Я.А., 2013

## Глава 1

## Избавление от алкогольной зависимости

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **На этом уроке ты:**   * осмысливаешь две стороны воздействия на алкогольную проблему: избавление от зависимостей и профилактика отклонений; * практикуешь самоизбавление от алкогольной зависимости по методу Г. А. Шичко; * доказываешь преимущество трезвой жизни; * помогаешь своим друзьям, зависимым от алкоголя.   **Основные понятия темы:**   * дезалкоголизмия; * восприимчивость доброго; * метод самоотрезвления; * метод аппаратурной дезалкоголизмии; * метод гортоновической дезалкоголизмии; * принцип оптимализма; * принцип сингулизма.   **ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИЯ** - процесс превращения алкоголика в трезвенника.  **ВОСПРИИМЧИВОСТЬ ДОБРОГО** – способность усваивать полезное, прогрессивное, разумное. Алкоголики, обладающие хорошей восприимчивостью доброго, перестают пить с первой грамотной противоалкогольной беседы.  **МЕТОД САМООТРЕЗВЛЕНИЯ** - метод коллективного обрете­ния трезвости пьющими, в том число алкоголиками, на основе взаи­мопомощи. Пьющие создают инициативный клуб случайно пьющих, пьяниц, алкоголиков или смешанный, регулярно встречаются и со­вместно изучают специально подобранные научно-материалистические противоалкогольные материалы, новые публикации, трезвенные литературные произведения, осуществляют взаимопомощь и дружеский контроль. Каждый клубист пишет аутоанамнез или автобиографию пьющего, систематически ведет дневник. Аутоанамнезы поочередно зачитываются и обсуждаются на собраниях, что оказывает дезалкоголизмирующее влияние на слушателей, позволяет лучше узнать друг друга и содействует сближению клубистов. Желающие зачитывают свои наиболее интересные дневниковые записи.  Клубы взаимоотрезвления – инициативные, они не нуждаются в уставе, в регистрации и даже в извещении какого-либо должностно­го лица о своем существовании. По достижении основной цели - трезвости, клуб самораспускается. Клубисты, которым не удалось избавиться от алкоголизма, вступают в другой клуб или обращаются за помощью к специалистам.  **МЕТОД АППАРАТУРНОЙ ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИИ** - позволяет алкоголику самостоятельно с помощью приборов обрести трезвость. Метод предусматривает следующее:  1) приход алкоголика в кабинет дезалкоголизмии,  2) изучение инструкции,  3) написание аутоанамнеза,  4) установление на его основе и других сведений о себе при посред­стве специального прибора стадии алкоголизма,  5) выявление с помощью сингуломера своих индивидуальных особен­ностей, | Сегодня имеется множество различных методов избавления от алкогольной зависимости. Это целая серия медикаментозных методов, иногда применяются различные лекарственные средства. Это и психотерапевтические методы, где основой является психогипноз. Это и известный метод А. Р. Довженко, который еще называют методом кодирования. Это и методы духовного зарока, и многие другие приемы избавления от алкогольной зависимости.  Представь дерево. Условимся, что его листья, - это привычка, ветви - потребность, установка - ствол, а корни - алкогольная запрограммированность. Ясно, что сколько не пили дерево - штрафы, наказания, женские слезы, дубинка милиционера, медикаменты и т. д. - результат будет нулевым.  автор Мариам Сума  Автор плаката Мариам Сума  Применение метода Г. А. Шичко - это выкорчевывание вредной привычки с корнем. Только добившись этого, можно удобрять почву и сажать новые полезные семена оптимального образа жизни: трезвость навсегда, освоение оздоровительных систем.  Все методы избавления от алкоголизма только "рубят" древо вредной привычки, не добираясь до его корней. Только по методу Г. А. Шичко происходит его корчевание - уничто­жение алкогольной запрограммированности и перепрограммирование сознания. Когда же такое перепрограммирование произошло, рецидива можно уже не бояться. Ибо бывший алкоголик не воспринимает свой добровольный, сознательный отказ от алкоголя как вынужденное воздержание, - он стано­вится убежденным трезвенником. Решение о добровольном отказе приходят буквально после нескольких дней занятий, поскольку метод Г. А. Шичко - не запугивание и угроза гибелью, а спокойное, постепенное и доверительное просвещение, основанное на полном уважении к личности.  Шичко Г  Г.А. Шичко  Основой метода Г. А. Шичко, как мы уже знаем, является ведение дневника. Дневник - это "торпеда", пускаемая в мозг для разрушения старой программы на зависимость от алкоголя и одновременное освобождение "площади" для создания новой программы - на трезвость и оптимальный образ жизни. Это - лаборатория, в которой человек учится новой жизни на собственном опыте (но при условии, что он пишет в нем все совершенно откровенно).  Помни, что дневник показывает твой уровень знаний по алкогольной проблеме, осмысление событий уже на новом уровне. Структура ответов складывается из трех составляющих:  1) описание,  2) выводы, обобщение,  З) постановка задач - новых, трезвых и более высоких.  Ведение дневника самосовершенствования не только меняет сознание, программу, но и, согласно исследованиям ученых, увеличивает сопротивляемость болезням и снимает излишнее психологическое напряже­ние.  Любому делу нужно учиться. И работе с дневником также. Сделай это ради себя. Полюби себя! Это очень важно. Многие проблемы, неудача у человека от неуважения к себе. И в данном случае нужна любовь. В этом тебе поможет упражнение. Встань перед зеркалом и скажи: "Я люблю тебя. Ты прекрасен. У меня все отлично!"  Осознав, почувствовав такое состояние, садись и пиши дневник. Заканчивай же писать его фразой: "Люблю свой дневник и жду встречи с ним!"  **ДНЕВНИК ПРОТИВОАЛКОГОЛЬНЫЙ**  1. Псевдоним, имя, отчество.  2. Дата, время заполнения (заполняется только перед сном).  3. Как Вы сегодня относитесь к спиртному.  4. Нахождение в компании употребляющих спиртное и отношения к предложению употребить спиртное.  5. В каком случае некоторые люди употребляют алкоголь (каждый раз опишите один новый случай).  6. Зачем они это делают?  7. Что в этом неправильного, плохого?  8. Как в этом же случае поступите Вы (опишите три конкретных реальных варианта поведения без алкоголя).  9. Что конкретно Вам известно о вредоносном действии спиртного?  10. Ваше отношение к людям, употребляющим спиртное?  11. Ваше отношение к питейным заведениям?  12.Ваше впечатление от проведенного занятия, вопросы, пожелания.  13. Настроенность на завтрашний день.  14. Написать самовнушение левой рукой.  Примечание:  В дневнике обязательно указывать порядковые номера вопросов, на которые даются ответы. Писать дневник разборчиво, т. к. рука тренирует мозг. В период занятий и после, в течение месяца, дневник ведется ежедневно. Дальнейшее его ведение определяется графиком (см. антитабачные уроки). Записи должны быть полными и обязательно точными.  **ВЕЧЕРНИЙ АУТОТРЕНИНГ**  **на избавление от алкогольной зависимости**  1. У меня сильная воля и твердый характер.  2. Я верю в успех освобождения от алкогольно-табачной зависимости.  3. Я спокоен, абсолютно равнодушен к алкоголю и табаку.  4. Мой организм свободен от алкогольно-табачного яда.  5. При любых обстоятельствах я откажусь от алкоголя и табака.  6. Я уверен в себе и в успехе достижения поставленной цели.  7. Я равнодушен к алкоголю и табаку, мысль о них противна.  8. Я уверен в освобождении от алкогольно-табачного рабства.  9. Я спокоен, сдержан и равнодушен к алкоголю и табаку.  10. Я сознательно отказался от табака и алкоголя.  11. Мой организм освобожден от алкогольно-табачной зависимости.  12. Жизнь без алкоголя и табака - мое нормальное состояние.  13. Я уверен в себе и верю в успех освобождения от алкоголя и табака.  14. Я доволен собой, рад освобождению от алкогольно-табачной зависимости.  15. Я абсолютно равнодушен к табаку и алкоголю.  16. Освобождение от алкоголя и табака мне приятно.  17. У меня сильная воля и твердый характер.  18. Я спокоен. Освобождение от алкоголя и табака доставляет мне радость.  19. У меня отличное самочувствие.  20. Мне приятно, радостно и хорошо.  21. Я здоров, вечно молод, счастлив, люблю и любим. Примечание:  1. Аутотренинг писать (только писать) после написания очередного днев­ника перед сном, максимально-возможное количество раз в соответствии с рекомендациями (п. 3 примечания).  2. Оставшееся количество писать в течение дня.  3. Рекомендация написания аутотренинга по дням: | |
|  | 1 день - 14 раз (лучше 21),  2 день - 7 раз,  3 днь - 7 раз, | 4 день – 7 раз,  5 день – 7 раз  Итого: 42 аутотренинга |
| 6) в соответствии со стадией алкоголизма и индивидуальными особенностями выбор программы самовоздействий.  7) использование этой программы для:  а) подавления потребности в спиртном,  б) угасания привычки к его употреблению,  в) очистки сознания от питейной запрограммированности,  г) обретения сознательной трезвости.  Аппаратурный метод дезалкоголизмии пока разработан теорети­чески.  **МЕТОД ГОРТОНОВИЧЕСКОЙ ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИИ** - не­лечебный и по-настоящему научно-материалистический метод, предусматривающий с помощью специальных занятий превращение алкоголика в сознательного трезвенника. Метод позволяет при его правильном использовании добиваться почти стопроцентного положительного результата. На сегодня – это единственный метод, обеспечивающий полное избавление людей от алкоголизма и резко повышающий их сознательность. Он самый гуманный.  М. Г. Д. предусматривает следующее:  1) написание подробной автобиографии алкоголика (аутоанамнез),  2) в течение установленного периода систематическое ведение дневника,  3) выявление индивидуальных особенностей алкоголика,  4) проведение бесед и психологических сеансов с учетом этих особенностей, аутоанамнеза и дневниковых записей,  5) настройка на бережное отношение к своему здоровью, к здоровью других, на самозащиту от абсурдистских влияний, на добросовестное исполнение семейных и трудовых обязанностей,  6) проверка знаний, взглядов и убеждений.  В процессе занятий достигается следующее:  а) освобождение от питейной запрограммированности,  б) угасание привычки к его употреблению и потребности в нем,  в) усвоение достоверных трезвенных сведений,  г) формирование на их основе научных взглядов и убеждений, отно­сящихся не только к алкогольной проблеме.  Важно отметить следующее: ученые расходовали массу средств и времени на поиск препаратов, которые подавляли бы потребность в спиртном, между тем оно угасает в первые один-два сеанса, причем у части алкоголиков появляется отвращение к спиртному. В избавлении людей от алкоголизма решающее значение принадлежит научным зна­ниям, волевые усилия и борьба с собой по существу не нужны.  Метод применяется в четырех вариантах: индивидуальный, груп­повой, развернутый и сокращенный,  Выше представлен индивидуальный вариант, при групповом - занятия состоят из лекций, бесед, психологических сеансов, периоди­ческой проверки знаний, взглядов и убеждений. Развернутый вариант состоит из 15 полуторачасовых занятий, сокращенный - из четырех трехчасовых, проводимых в два дня.  Желательно, но не обязательно воздержание от употребления спир­тного перед началом курса занятий и во время его проведения. Важно, чтобы алкоголик в результате усвоения научных знаний добровольно и сознательно перестал пить, а не по принуждению и не путем волевых усилий.  Слушатели, хорошо усвоившие курс, становятся сознательными трезвенниками, радуются этому, гордятся этим и добровольно прово­дят противоалкогольную работу, причем некоторые собственными си­лами оказывают помощь алкоголикам.  **МЕТОД САМОИЗБАВЛЕНИЯ ОТ АЛКОГОЛИЗМА** – позволяет алкоголику самостоятельно обрести трезвость. Метод предусматривает следующее:  1) написание аутоанамнеза,  2) ведение дневника и периодическое прочитывание его,  3) выявление своих индивидуальных особенностей,  4) в соответствии с ними использование специального приема подавления потребности в спиртном и, при наличии показаний, выработки непереносимости его,  5) изучение специально подобранных научных материалов,  6) критический разбор художественных произведений, затрагивающих алкогольную проблему.  **МЕТОДЫ ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИИ** – методы избавления от алкоголизма. Принято считать, будто от алкоголизма можно освободить­ся только путем медицинского лечения, в действительности же суще­ствует много нелечебных методов.  Все известные и возможные методы можно разделить на следую­щие группы: лечебные методы, гортоновические, административные, товарищеские, семейные, самоличные, религиозные и смешанные. К группе гортоновических методов относятся: метод аппаратурной дезал-коголизмии, метод взаимоотрезвления, полный и сокращенный (двух­дневный) курсы занятий.  **ПРИНЦИП ОПТИМАЛИЗМА** - принцип поиска и выбора наилучших, оптимальных решений. Алкоголик имеет перед собой ряд ва­риантов дальнейшей жизни, в том числе: пить пуще прежнего, оста­вить все неизменным или обрести трезвость. Оптимальный вариант – стать трезвенником, наихудший, пессимальный – пить пуще прежнего. Человек, умело руководствующийся принципом оптимализма, живет наилучшей, полноценной и наиболее полезной жизнью. Существование алкоголика - противоположность такой жизни.  **ПРИНЦИП СИНГУЛИЗМА** – принцип учета индивидуальных особенностей человека. Игнорирование этого принципа приносит большой ущерб обществу, например, мешает резкому повышению выздоравливаемости больных, подъему воспитательной и учебной работы. К общим основным свойствам нервной системы человека относятся: вникаемость, памятливость и подвижность.  **Пометки на полях**  Мы пьем за здоровье друг друга и портим собствен­ное здоровье.  *Д. Джером.*  Джером, Клапка Джером (1859-1927) – английский писатель.  Знаете ли, что пьет этот человек из стакана, зажа­того в трясущейся пьяной руке? Он пьет слезы, кровь, жизнь своей жены и своих детей.  *Ф. Ламенне.*  Ламенне, Фелпепте Роберт (1782-1854) – французский писатель, общественный деятель.  Вода - единственный напиток мудрецов.  *Г. Торо.*  Торо, Генри Девид (1817-1862) – американский писатель, публицист и философ. | 4. В с случае срыва или появления невыносимого желания употреблять алкоголь и табак, повторно выполнить п. 3 примечаний.  **УТРЕННИЙ АУТОТРЕНИНГ**  Пояснение: Утренний аутотренинг является одним из эффективных уп­ражнений по самовнушению. Его влияние основано на том, что ночью во сне над человеком преобладает руководство подсознания. При просыпании про­исходит "смена караула", которая длится до 70 секунд. В это время в мозгу появляется "свободная форточка", в которую и нужно послать письменно нужную команду.  Выполнение: Проснулись. Берете заранее приготовленную тетрадь и ка­рандаш. Мысленно представляете один из теплых образов: море, солнце; лесная поляна.  Их можно со временем корректировать, исходя из задач дня, жизни.  1. Сегодня у меня прекрасное настроение.  2. Сегодня здоров и укрепляю здоровье добровольным отказом от травления себя алкогольно-табачным ядом и "мертвой" пищей.  3. Ушли лень, раздражительность и слабоволие.  4. Сегодня энергичен, доброжелателен с людьми, у меня крепкая воля.  5. Сегодня свободен от рабства алкоголя, табака, переедания и лишнего веса.  6. Сегодня совершенно спокоен и выйду достойно из любой, самой трудной ситуации дня.  7. Сегодня здоров, счастлив, молод, люблю и любим.  8. Жизнь! Жизнь! Жизнь!!!  **Положительные качества трезвости**  Чтобы понять все важное значение трезвости для человечества, ука­жем на многочисленные добродетели, порождаемые ею в нашей жизни. В этом случае трезвость можно сравнить с волшебным деревом, на котором спеют самые разнообразные плоды.  Какие же это плоды?  Укажем хотя бы некоторые из них.  1-й плод трезвости есть воздержание или уменье человека владеть собою, а воздержание называют основой всех добродетелей.  2-й плод трезвости - кротость. Войдите в собрание трезвых - и встретите здесь взаимный мир и любовное согласие.  3-й плод трезвости - трудолюбие. Трезвость поднимает силы человека. Руки трезвого сами просят дела и без работы скучают.  4-й плод трезвости - это внутреннее довольство собой и окружаю­щим.  5-й плод трезвости - благонадежность. Трезвый человек - это чаще надежный человек, на которого можно спокойнее положиться во вся­ком деле.  6-й плод трезвости - ясность сознания. Постоянная трезвость дела­ет человека вдумчивым, наблюдательным, рассудительным и опытным.  7-й плод трезвости - достаток, или зажиточность. Трезвая жизнь как бы застраховывает человека от непроизводительных расходов на вод­ку и связанных с ней убытков.  8-й плод трезвости - здоровая и продолжительная жизнь, человека по сравнению с потребляющим алкоголь.  9-й плод, порождаемый трезвою жизнью, - это счастливая семейная жизнь.  Из воспоминаний бывшего пьяницы: Когда я пил спиртные изделия, в голове шумело, тело болело; сердце тосковало и в кармане пустовало, а когда перестал, стала голова свежей, тело здоровей, сердце веселей и в кармане тяжелей".  **Информация для учителя:**  Подросткам в этом возрасте нравится быть полезным, но они зачастую на замечают того, что могут помочь сво­им сверстникам. Так как подростки так сильно озабочены тем, чтобы быть принятыми и понятыми своими сверстни­ками, они обычно считают неудобным обращаться за по­мощью к своим ровесникам потому, что это может быть воспринято как проявление слабости. Это занятие помога­ет учащимся понять, что, как обращение за помощью, так и оказание помощи могут быть признаками силы характе­ра человека.  При возникновении проблем с алкого­лем или наркотиками необходима консуль­тация взрослых. Учащиеся не всегда подготовлены к тому, чтобы помочь в этом своим свер­стникам советом.  Ввиду того, что подростки сильно подвержены влиянию со стороны равных себе, этот урок имеет целью усилить позитивные аспекты взаимопомощи среди ровесников. Он также имеет целью раздвинуть рамки понятия "оказание помощи нуждающимся", перенося внимание на все общество в целом. Учащиеся, добровольно тратящие часть своего времени, работая на благо общества, тем самым сокращают для себя риск употребления алкоголя и наркотиков.  Используя заметки, которые учащиеся вырезали из местных газет, обсудите проблемы, существующие в вашем районе, городе и примеры того, как группы гражданской инициативы, социальные службы, религиозные общины и другие организации оказывают помощь в их решении. Об­судите, как помощь людям в поисках работы и жилья, в уходе за детьми, медицинская помощь и другие виды по­мощи облегчают жизнь общества.  Объясните, что население нуждается в помощи со сто­роны подростков и укажите, что один из способов быть полезным обществу – это оказание помощи своим сверстникам. Попросите учащихся предложить, в какой помощи могут нуждаться их сверстники (например: помощь в учебе, помощь в овладении новым видом спорта). Пусть учащиеся напишут несколько таких примеров на доске. Обсудите, по­чему молодым людям может быть трудно обратиться за помощью к сверстнику, и каким образом просьба о помощи и принятие посторонней помощи могут быть признаками силы, а не проявлением слабости.  Обсудите с учащимися некоторое из тех, что они могли бы предпринять, дабы помочь своим сверстникам (подтянуть по какому-либо учебному предмету, навестить кого-то в больнице, потренировать кого-либо в каком-нибудь виде спорта, организовать в школе кампании по сбору одежды для нуждающихся).  Попросите учащихся выбрать какую-нибудь идею и кратко написать свои предложения о том, как они намереваются помочь кому-либо из своих сверстников (примечание: скажите учащимся, что они могут не называть имя человека, которому хотели бы помочь). Попросите нескольких учащихся зачитать их предложения и обсудите, как часто они могут заниматься оказанием помощи (например: всего один раз, раз в неделю, раз в месяц).  Попросите учащихся периодически до­кладывать классу о том, как они оказывают кому-либо помощь. Пусть учащиеся заполнят таблицу "Помощь другим".  **Влияние сверстников**  У учащихся этого возраста почти нет опыта снятия стресса, и они верят, что единственными людьми, которые на самом деле могут понять и помочь им, являются их сверстники. В результате этого они стремятся как можно больше времени проводить с друзьями одного с ними возра­ста. Они без умолку болтают, передают друг другу записки в школе, придумывают предлоги, чтобы уйти с занятий или из дома, якобы по делу, а на самом деле просто для того, чтобы повидать друга. Они, по-видимому, нуждаются в постоянном утешительном для них увещевании в том, что то, что с ними происходит, вполне обычно и нор­мально. Только сверстник может их в этом убедить. Они полагают, что взрослые, с ко­торыми они общаются, не способны разде­лить с ними их тревог. Кроме того, школь­ные программы часто не рассчитаны на вы­сокий уровень индивидуального межличностного общения, к которому подростки так стремятся и в котором так нуждаются.  Подростки хотят, чтобы их видели и за­мечали их одногодки. В своем стремлении выделяться и покончить с прошлым, они одинаково одеваются, одинаково разговаривают и имеют много общего в мыслях, взглядах, симпатиях и антипатиях.  Это время бурного развития во взаимоотношениях. Семья перестает играть такую большую рель в их жизни, круг сверстников приобретает большее значение и тесная связь подростков с родителями начинает на­рушаться. Подростки начиняют предпочитать путешествовать, делать покупки и раз­влекаться в кругу таких же как они сами, а не со своими семьями. Их родители в ответ на такое поведение могут сердиться и оби­жаться, что делает и без того неспокойный период жизни подростка еще более напря­женным. Родители и другие взрослые могут ощущать растерянность и расстраиваться из-за того, что ребенок, которого они знали, кажется, перестал существовать.  Помимо отдаления в большей или меньшей степени от своей семьи, многие подростки подвергают пересмотру все, что свя­зано с их прошлым - старые дружеские свя­зи, старые ценности, старые убеждения и старые подходы к решению проблем. Взро­слые, к которым подростки когда-то питали большое уважение, теперь могут попасть под огонь их критики. Простые мысли и истины, которые исходили от взрослых ра­нее, для подростков уже не годятся. Указа­ния и ответы, наподобие "потому, что я так сказал" или "скажи нет и все", уже неуместны. Подростки требуют объяснений и настоящих ответов. Они часто полагают, что им следует отвергать все, что говорят взрослые или считают это противным и ищут альтернативный ответ у своих сверстников. Лицами, которые пользуются наибольшим доверием у подростков этого возраста, являются члены семьи, которые очень много делают для того, чтобы сохранить былой уровень доверия, или подростки чуть стар­ше, которые недавно прошли через этот пе­риод волнений и стрессов.  **Как важно быть своим среди таких же, как ты сам**  Большинство особенностей поведения подростков объясняется стремлением быть "своим", особенно среди ровесников. Это ощущение принадлежности к определенному кругу может фактически заслонять собой все остальное; они могут читать, слушать музы­ку или смотреть кинофильмы или телевизи­онные программы, в которых принимают участие только подростки их возраста. Же­лание быть принятым порождает необходимость вести себя, как это делают их свер­стники. Влияние сверстников это не столько действительное давление со стороны одного человека или группы с целью заставить ко­го-либо вести себя определенным образом, сколько добровольное самопринуждение, заставляющее подростка вести себя, как дру­гие из его круга, чтобы ощущать себя частью этой общности. Из-за желания быть "своим", смотрясь как все остальные свер­стники, подростки выбирают одежду, кото­рая буквально выглядит формой.  Учащиеся этого возраста часто находятся под влиянием момента. Ориенти­руясь в большей степени на обстоятельства, они вдруг могут совершить поступок, проти­воречащий их убеждениям. Они могут обна­ружить, что сейчас делают что-то, что они раньше считали неверным, потому что в данную минуту это кажется им правильным или необходимым, чтобы доказать, что они как все остальные. Приобщение к алкоголю и наркотикам чаще всего берет начало именно в такой обстоятельственной этике.  Так как в это время организм подростков быстро развивается, многие из них становятся почти одержимы навязчивой идеей своей внешности, размера и формы разных частей тела или скорости, с какой они развиваются. Им неловко говорить с членами своей семьи об этих физических изменениях и поэтому они проводят много времени со своими сверстниками, разговаривая и подшучивая над этими переменами. Информация, которую они получают от сверстников, часто бывает искаженной и неточной.  **Отказ от выпивки**  Учитель на занятии предлагает упражнение: отказаться от выпивки в обстановке ее ожидания и возможности, а затем рассказать об этом группе. Это упражнение дает возможность проникновения в суть затруднений подростка, переживаемых при попытке изменить привычные образцы поведения. Оно может направить мысль на выработку механизмов на помощь подростку для изменения в лучшую сторону привычек поведения, а также на умения, необходимые для того, чтобы совет был принят и поддержка была оказана в достижении желательных перемен.  **Профилактика**  Наряду с избавлением от зависимостей очень важны различные аспекты профилактики. Эти мероприятия должны быть многосторонними и включать в себя:  - первичные меры, состоящие в предотвращении возникновения алкогольной проблемы путем воздействия на продажу и доступность алкоголя, повышении уровня знаний о нем, формировании трезвого образа жизни, абстиненции и т. п.;  - вторичные меры, включающие раннюю диагностику и интервенцию по отношению к лицам группы риска и тем, у кого предполагается наличие алкогольной проблемы;  - третичные меры, предполагающие возможные действия, которые призваны уменьшить последствия употребления алкоголя (в основном, лечение и реабилитация).  Понимание профилактических мероприятий в последние годы претерпело значительные изменения. Среди теоретических моделей ранней профилактики зависимости и профилактических мероприятий для группы риска (первичные и вторичные меры) можно выделить следующие.  1. Просветительская (традиционная) модель здоровья, которая базируется на распространении информации о веществах, вызывающих зависимость, о последствиях их употребления. Информация распространяется 3-мя способами: ознакомление с эффектами воздействия; подача устрашающей информации (намеренное преувеличение отрицательных результатов употребления этих веществ) и приведение конкретных примеров, (например, рассказов зависимых лиц). Наиболее распространенные формы - лекции, беседы, показ фильмов, плакаты и листовки.  2. Гуманистическая образовательная модель, целью которой является оказание помощи формированию личности, которая бы не нуждалась в "подпорках" в форме наркотиков и алкоголя. Здесь используются следующие формы образования и просвещения: работа в малых группах, направленная на интеграцию и развитие личности, психологические игры и дискуссии.  3. Групповая образовательная модель (влияние группы), которая исходит из предпосылки, что среда должна являться для индивида источником примеров и образцов для подражания, наказаний и наград, не оказывая на него давление. В связи с этим данное направление концентрируется на обучении индивида способности определять грозящую ему опасность и умению противостоять негативным влияниям. Например, данная модель учит умению говорить "нет" в тех ситуациях, когда индивид подвергается негативному воздействию окружения.  4. Образовательная модель в области жизненных знаний. Она является попыткой объединить 3 вышеупомянутые модели, в которых главными причинами обращения к психоактивным веществам были недостаток знаний, дефицит в области развития личности и неумение справиться с негативным влиянием окружения. Согласно этой модели, профилактика заключается как в передаче знаний о наркотических веществах и воздействии социума, толкающего к их употреблению, так и в формировании умения удовлетворять свои потребности, запросы без помощи этих средств.  5. Модель альтернативных форм, пропагандирующая новые интересные формы отдыха, использование свободного времени таким образом, чтобы оно стало альтернативой употреблению химических веществ (например, развитие творческих интересов, турпоходы, обучение новым ремеслам и т. п.).  6. Модель пропаганды здоровья, которая происходит от определения термина "здоровье", данного Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ). Здоровье трактуется как единое целое в его психическом, физическом, духовном и культурном измерении.  В последние годы в мире существенным образом изменилось отношение к профилактике зависимостей. Пропагандируемые традиционной моделью мероприятия, направленные на борьбу с патологией, были практически вытеснены мерами по пропаганде здорового образа жизни. Ибо стало ясно, что указаний на негативные последствия употребления наркотических средств явно недостаточно, и совершенно необходимыми стали поиски и осознание причин, по которым люди обращаются к этим средствам. Оказалось, что в профилактических мероприятиях не столько важна "борьба с алкоголизмом", сколько воспитание в духе трезвости, трезвого образа жизни, где, наряду с обучением по тематике зависимости, существенную роль играет формирование здорового образа жизни, помощи человеку в достижении чувства собственного достоинства и т. п.  **Информация к размышлению**   * Академиком И.П. Павловым установлено, что после приема малых доз алкоголя рефлексы исчезают и восстанавливаются лишь на восьмой-двенадцатый день. Но рефлексы это низшая форма мозговой функции. А высшие функции мозга после приема так называемых умеренных доз, то есть 25-40 граммов алкоголя, восстанавливаются только на двенадцатый-двадцатый день.   Установлено, что даже кружка пива вызывает структурные изменения в организме. При длительном употреблении алкоголя перерождаются и атрофируются ткани, что особенно резко и рано проявляется в мозгу... Сначала происходит атрофия больших полушарий и мозжечка, разрежение и запустение их коры в связи с гибелью корковых нейронов (В.К. Болецкий. Тезисы научной конференции. – М., 1955).   * В печати сообщалось, что, по свидетельству М. Штюрмера, советника канцлера Г. Коля, в 1986 в Бонне была разработана концепция психологической войны как "третьей мировой": "Война повсюду и нигде, она не знает фронтов, она не знает мира. Цель – превосходство во имя подчинения противника, не сделав ни одного выстрела". * Доктор химических наук профессор С.И. Жданов писал: "Против народов России давно ведется тотальная война с применением химического оружия. Она ведется не только внешними силами, но и силами внутренними, заинтересованными в ее конечных целях..." (И.В. Дроздов, президент Северо-Западного отделения Международной славянской академии, сентябрь 1998). * Еще в 1975 году ВОЗ сделала вывод о том, что без законодательных (то есть запретительных) мер все виды антиалкогольной пропаганды неэффективны (академик Ф.Г. Углов, декабрь, 1998). * Никогда еще пьянство в нашей стране не носило характера эпидемии, поразившей соотечественников независимо от возраста и пола...   Правительство явно не приветствует отрезвление россиян. Его основная задача ясна: ограничив торговлю импортным алкоголем и повысив акциз на спиртные изделия отечественного производства, получить средства для бюджета (З.В. Коробкина, профессор, доктор технических наук, г. Владимир, январь, 1999).   * Из выступления депутата Государственной Думы профессора Г.И. Бердова на межрегиональной конференции "Политика отрезвления и возрождения России". Депутат отметил, что время у нас тяжелое, потому что под видом так называемых реформ господа демократы во главе с Ельциным привели страну к полному краху. Выступающий привел цифры: за два года реформ население России сократилось на 4 млн. 200 тыс. человек. "Я часто говорю, что Ельцин не сделал ни одной ошибки. Вопрос в том, что он имеет своей целью. Его цель развалить Россию. Ельцин со своим окружением действовал последовательно и правильно" (январь 1999). * Марийская газета "Социум СМ" сообщила следующее: "Последние исследования ученых кафедры статистики Российской государственной экономической академии показали, что в России 4-5% населения являются трезвенниками, 14-16% - умеренно пьющими, 79-82% - алкоголезависимыми. Последнюю категорию подразделяют на три части: предпьяницы (до 27%), пьяницы (24-25%) и алкоголики (29-32%) (профессор Б.И. Игнатьев, январь 1999). * В 1990 году ВОЗ провела анализ 353 научных работ, посвященных проблемам алкоголизма и его последствий. Что касается пользы употребления алкоголя, то в этих работах не приведено ни одного примера положительного влияния на организм. * К сожалению, мозг нации – интеллигенция, в своем отношении к алкоголю не далеко ушла от обычного пьяницы... Она уверяет всех, что пьет умеренно! Но это же самое бормочет валяющийся под забором... Вот почему за пьянство и гибель народа ответственны не только враги его, но и интеллигенция, работающая в том числе и на высоких государственных должностях (академик Ф.Г. Углов, апрель 1999). * Из выступлений участников учредительного съезда общероссийской политической общественной организации "Союз борьбы за народную трезвость":   Православие должно лежать в основе всех сфер нашей жизни: воспитания, образования, государственности и, конечно, трезвеннического движения...  Как бы мы ни говорили, что не будем заниматься политикой, сделать это невозможно...  Недавно в Москве проходила конференция по профилактике наркомании, но тема трезвости не звучала как таковая... (ноябрь 1999).   * Каждый год русских становится на миллион меньше... В 2018 году, когда пойдут в армию рождающиеся сейчас мальчики, число славян и мусульман в России сравняется. Какая судьба ждет тогда наш народ, нетрудно догадаться на примере Чечни, Казахстана, Таджикистана...   Казалось бы, правительство должно всемерно поддерживать вымирающие русские области, оказавшиеся в эпицентре демографической катастрофы. Однако ничего подобного в жизни не происходит. Вот цифры, рассчитанные специалистами Русского Общенационального Союза на основе доклада Счетной палаты Российской Федерации Егору Строеву (№ 01 – 1126/15 от 09.09.99). Факты ярко свидетельствуют, что области вымирающего Нечерноземья получают из российской казны во много раз меньше национальных окраин. Для чиновников, сидящих в Москве, один житель Кабардино-Балкарии в девять раз дороже, чем житель Владимирской земли. И даже в Чечню денег гнали больше, чем в любую из коренных русских областей, что не мешало чеченцам добивать остатки русского казачьего населения, брать в заложники священников, готовить вторжение в Дагестан (февраль 2000).[[1]](#footnote-1)\* | |

**Узелки на память**

1. Угощение родных, друзей токсическими веществами (табак, алкоголь, гашиш и т. п.) признак дурного тона. Ими угощают только недругов. Друзей же угощают свежими фруктами, овощами, соками, минеральной водой, а также свежеприготовленной вкусной пищей, с учетом содержания в ней холестерина, витаминов, микроэлементов и совместимости продуктов питания.

2. Пьющие обычно не терпят присутствия трезвых. Почему? Потому, что они подсознательно понимают, что поступают глупо и порочно, употребляя алкогольную отраву.

3. Алкозависимый человек всегда оправдывает свой порок, защищает его и соблазняет на него других. При согласии соблазняемых на употребление отравы видит в этом оправдание своего увлечения.

4. Токсические вещества не употребляют только уважающие себя люди.

5. Алкоголь и другие токсические вещества продаются для людей заблудших, независимо от их возраста, социального положения и образования. А также для людей, которые желают обманываться.

**Упражнения и задания:**

1. Написать перед сном ответы на вопросы антиалкогольного дневника.

2. Переписать 14 (лучше 21) раз вечерний аутотренинг.

3. Утром, проснувшись, левой рукой (для правши) написать утренний аутотренинг.

4. Попробуйте ответить на следующие вопросы:

а. Что я знаю об алкоголе, нелегальных наркотиках и других токсических веществах?

б. Что отличает друг от друга шампанское, сухое вино, ликер, водку, нелегальные наркотики? Что их объединяет?

в. Как действуют токсические вещества на умственные и половые способности человека?

г. Для чего я рожден? Для употребления токсических веществ, для того, чтобы стать биороботом, для того, чтобы радоваться жизни, продолжить род, для любви и т. д.? Почему?

д. Зачем и почему люди употребляют алкоголь, и другие токсические вещества?

е. Почему в России столь сильно распространено употребление алкоголя и распространяется нелегальная наркомания?

ж. Что делать для самосохранения нашего. народа и нашего государства?

**Домашнее чтение**

Андрей Вознесенский

**СОН**

**иронические стихи**

Человек проснулся трезвый –

он не врезал,

не дерябнул политуры

с гением литературы,

с настроенья неважнецкого

не набрался под Жванецкого,

бормотухи роковой

не занюхал рукавом,

вышел в путь без "посошка".

Жив пока.

Странен мир безалкогольный.

И стоят среди страны,

как холмы без колоколен,

безбутыльные столы.

В этом что-то событийное.

Или снится в забытье ему?

Его бывший собутыльник

на работе – как будильник.

Сократился рост дебилов.

Входят любящие в дом:

"Давай, милый, без бутылки

двойняшек заведем".

Трезвый шеф приходит

в трест.

И водопроводчик трезв.

И высокие персоны

протрезвели от трезвона.

Не двоятся, не троятся

показатели реляций.

Вежлив, как миссионер,

трезвый милиционер.

"Автор, сам ты, видно, выпил

сильно в лучшие года?

Красный нос горит,

как вымпел, -

вряд ли символом труда!".

Изменения целебны.

Вытрезвитель сорвал план.

В церквах служатся

молебны

по вернувшимся мужьям.

Свадьба чокается чаем.

Сократилось число "чаек".

И никто ни хочет, трезв,

засолить всю реку Днестр.

Сколько пропили, соколики!

Сколько с этих пьяных слез

сквозь универмаг в

Сокольниках

миллионов пронеслось!

Набирает правда силу.

Вся надеждами полна

протрезвевшая Россия,

ясноглазая страна.

Ю. Морозов

Предо мною рассеялся мрак,

Стало легче и радостней жить.

Раньше выпить я был не дурак,

А теперь не дурак, чтобы пить!

****

Плакат Павла Казина

**Ролевая игра "Антиалкогольный трибунал"**

Цель ролевой игры:

- познакомить старшеклассников с основами трезвенных знаний;

- научить отдельным приемам аргументации;

- вызвать у школьников желание активно утверждать трезвый образ жизни.

Подготовка ролевой игры:

Подготовку можно начать с изучения результатов антиалкогольного воспитания старшеклассников, с выявления проблем формирования трезвенных знаний, трезвенных убеждений и трезвого образа жизни, используя методы наблюдения, опроса и анализа результатов деятельности.

Воспитатель помогает старшеклассникам составить библиографию и план предстоящего мероприятия, собрать необходимый материал, а затем разработать сценарий ролевой игры. Выбирается "совет дела", распределяются роли. Следует заметить, что исполнители ролей являются одновременно режиссерами-сценаристами, поэтому при изложении текста возможны импровизации, некоторые изменения. Пока идут репетиции, "совет дела" решает вопросы оформления места проведения ролевой игры, т. е. готовится обстановка, близкая к залам заседания в народных судах.

Проведение ролевой игры.

Ведущий: Дорогие ребята! Сегодня вы присутствуете на необычном судебном заседании. В преступлениях всех времен и народов обвиняется Алкоголь.

Зал судебного заседания. Секретарь готова к ведению протокола. Прокурор еще раз мысленно возвращается к своему предстоящему выступлению. Адвокат успокаивает обвиняемого. В зал входит судья и два народных заседателя.

Секретарь: Встать, суд идет!

Судья: Прошу садиться.

Председательствующий зачитывает обвинение Алкоголю (статические материалы ВОЗ, МВД, Минздравсоцразвития РФ, Министерства образования и науки о распространенности и последствиях алкогольных предрассудков, трезвенных предубеждений, пьянства и алкоголизма).

Судья: Приступаем к исследованию по делу обвиняемого.

Обращается к обвиняемому.

Судья: Ваше фамилия, имя, отчество?

Обвиняемый: Имею только прозвище.

Судья: какое?

Обвиняемый: Алкоголь.

Судья: В русском языке такое я, вроде бы, и не слышал. Это прозвище русское?

Обвиняемый: Нет, арабское.

Судья: Что оно означает на русском?

Обвиняемый: Нежный, благородный.

Судья: Да, прозвище никак не соответствует вашим мыслям и поведению. Однако продолжим. Дата вашего рождения?

Обвиняемый: Примерно 8-9 тыс. лет до нашей эры.

Судья: Место вашего рождения?

Обвиняемый: Точно не установлено, но это могут быть Древний Египет, Древняя Греция, Древний Рим, Древний Китай и др.

Судья: Кто ваши родители?

Обвиняемый: У меня их много. Это и арабские алхимики, и черт, и англичане, и немцы, и французы, и японцы.

Судья: Кого вы из них помните?

Обвиняемый: Арабского алхимика и черта.

Судья: Расскажите о них подробнее.

Обвиняемый: Если говорить об отце-алхимике, то из рассказа матери я узнал, что он неустанно работал над поисками "философского камня". Однажды из сосуда, в который он выливал остатки пищи, стал распространяться по комнате возбуждающий и странный запах. Удивленный отец занялся исследованием нового вещества, получившегося в сосуде, и открыл жидкость, которую первоначально принял за "философский камень", и поэтому назвал меня алкоголем. Согласно белорусской легенде сатана в наказание послал отца-черта к мужику в батраки. Работал на него он бесплатно. Чтобы отличиться перед сатаной, отец научил хозяина курить вино, от которого переняли и другие.

Судья: Вам известно, что у вас есть родственники? Кто они?

Обвиняемый: Да. Это пиво, шампанское, водка, коньяк и другие. Но не всюду им хорошо живется. Так в России в условиях постперестроечного периода многие мои родственники серьезно заболели и находились в предсмертном состоянии, так как с 1985 года началась борьба против них. Порой необдуманная. Ведь мои родственники составляют основу бюджета государства, а чем это чревато никто не подумал. Однако двое из них, а именно: пиво и самогон, пока еще здоровы, так как их жизнь поддерживает общественное мнение, а первого и государство.

Судья: Кто ваши друзья?

Обвиняемый: Никотин, наркотики и токсические вещества.

Судья: Кто ваши покровители?

Обвиняемый: Боги Дионис-Вакх в Древней Греции, Бахус в Древнем Риме, правительства многих государств, международный империализм, спекулянты, тунеядцы, взяточники, преступники и все те, кто меня употребляет, а также самый дорогой и близкий мне друг - незнание.

Судья: Не могли бы вы назвать вашу химическую сущность?

Обвиняемый: С2Н5ОН.

Судья: А какими физиологическими свойствами вы обладаете?

Обвиняемый: Наркотическими и эйфоризирующим. Причем эйфоризирующее действие алкоголя приходится на период его всасывания и распространения по тканям и органам, когда концентрация спиртного в мозгу ниже, чем в крови. А наркотический эффект (угнетение, торможение) возникает в период удаления меня из организма, когда концентрация алкоголя в мозгу достигает максимума, тогда эйфория и сменяется депрессией.

Судья: Расскажите нам, пожалуйста, хотя бы об одном житейском и научном взгляде на физиологические свойства алкоголя?

Обвиняемый: В народе считают, что алкоголь-лучшее средство против гриппа. Ученые же установили, что для уничтожения болезнетворных микробов гриппа требуется концентрация спирта в крови - 70%, а значит человеку необходимо выпить его 10 литров сразу, что в 20 раз превышает смертельную дозу.

Судья: Скажите, пожалуйста, почему люди, зная ваше коварство и бесчеловечность, продолжают с вами дружить?

Обвиняемый: Во-первых, для некоторых людей я стал целью их жизни, так как в сговоре с психикой, которую все время обманывал и обманываю, сформировали у них потребность (психологическую, психическую, физическую, духовную) во мне. Во-вторых, люди, употребляющие меня, доверяются своему чувству, которое я очень легко обманываю.

Судья: Имеете ли вы судимость?

Обвиняемый: Да. И не одну: в 186 году нашей эры в Риме; в 1865 и 1919 гг. в Швеции; в 1912 году в Исландии (с выселением из страны); в 1914 году в России; в 1919 году в Финляндии (с выселением из страны); в 1920 году в США (с выселением из страны). Отмечу, что в дальнейшем в некоторых странах запрет на мой въезд был снят. Последний раз был осужден в 1985 году в СССР (с частичным правом проживания, хотя со временем ожил вновь).

Судья: Скажите, пожалуйста, почему все-таки не было успеха в этой борьбе?

Обвиняемый: Очень просто. В одном случае это двойственная политика государства, когда слова об утверждении трезвости расходятся с делами. Кроме того, в этих государствах борются против следствий, то есть против людей, обманутых мною, а не против причин, то есть против меня и людей, которые алкоголь производят. А против моего старшего сына, т. е. алкогольного обычая, который формировался тысячелетиями, вообще невозможно устоять. К тому же, пока со мной разбирались, у меня появилась дочь - алкогольная привычка. Поэтому сейчас со мной бороться очень трудно. Меня можно убрать, уничтожить, но дочь. На меня можно не обращать внимания, как это было во времена застоя, но ведь я реально существую, а последствия от моих действий будут усугубляться. Чтобы справиться с моей дочерью (алкогольной привычкой), нужна народная трезвенная политика в действии. А пока кто против меня борется? Ну, ученые, ну, некоторая часть молодежи, ну, члены обществ трезвости.

Судья: Скажите пожалуйста, боролась ли против вас периодическая печать?

Обвиняемый: Да. Например, до 1917 года издавалось свыше 40 трезвенных газет и журналов. Вот некоторые из них: "В борьбе за трезвость", "Всероссийский вестник трезвости", "Вестник трезвости", "Заря трезвости", "Друг трезвости", "Зеленый змий", "Зорька", "Листок трезвости", "Листок трезвости для школьников", "Народная трезвость", "Отрезвление", "Праздник трезвости", "Вестник попечительств о народной трезвости", "Трезвая жизнь", "Трезвость", "Трезвость и бережливость", "Трезвые всходы", "Трезвый понедельник" и др. После Великой Октябрьской революции выходило несколько журналов.

Судья: Скажите, пожалуйста, боролись ли против вас дети? Обвиняемый: Да. Это самые страшные периоды моей жизни. Ведь дети еще не закомплексованы, не дружны с моей дочерью. И другое. Если они что-то и делают, то, конечно, до победного конца. Впервые школьники бросили мне вызов в 1882 году в с. Татево Смоленской губернии. Затем, чтобы целенаправленно воспитывать детей в духе отвращения ко мне и учить их способам борьбы со мной, в 1905 году была организована Сергиевская школа трезвости. И, наконец, в 1928 году детское антиалкогольное движение, которое сопровождалось демонстрациями, судами надо мной и т. д.

Судья: А как боролась с вами наука?

Обвиняемый: Первое исследование в области физиологии алкогольного опьянения было проведено И. М. Сеченовым, результаты которого он отразил в названии своей диссертации "Материалы для будущей физиологии алкогольного опьянения". За 130 лет свыше 400 диссертаций отражают проблемы борьбы с алкоголизмом. Первый антиалкогольный конгресс против алкоголизма состоялся в 1885 году. На нем ученые впервые обменялись информацией о результатах исследований в области моего изучения.

Судья: А боролась ли с вами школа?

Обвиняемый: Да, и очень успешно, если этому содействовала трезвенная политика государства. Официальное преподавание идей трезвости впервые было введено в 1878 году в школах города Гайд-Парка близ Бостона по инициативе учительницы химии Мэри Хант. В России такая работа впервые была предпринята доктором биологических наук, учителем сельской школы С.А. Рачинским. Педагоги считают, что трезвая школа должна стать и быть необходимым условием трезвой жизни. Хоть это мне и не приятно, но я с этим согласен. Но за такими словами, я не всегда видел такие дела у педагогов.

Судья: Способствует ли вашей популярности реклама?

Обвиняемый: Естественно. Судите сами: "Столичная", "Черные очи", "Стрижамент", "Экстра" и др. Да, поневоле хочется узнать соответствует ли название спиртного его содержанию. А если бы такие названия: "Синюшная", "Ругательная", "Драчливая", "Припадочная", "Дурашливая", "Насильственная", "Уродливая", "Финансово-бюджетная", "Преступная", "Кладбищенская" и др. Думаю, что мотив употребления алкоголя, был бы уничтожен на корню.

Судья: Вы обвиняетесь в бесчисленном множестве преступлений. Представляем слово прокурору для оглашения обвинительной речи.

Прокурор: Товарищи судьи! Я приступаю к обвинительной речи на данном судебном процессе с полным сознанием его огромного значения. Настоящий судебный процесс над Алкоголем разоблачает преступления, совершенные не только лично Алкоголем, но и до конца вскрывает преступные действия законодателя и правительства, истинных вдохновителей и организаторов чудовищных преступлений против народов мира.

(Учащийся показывает общественно-политическую оценку преступлениям, анализирует причины и условия возникновения и развития алкогольных предрассудков, пьянства и алкоголизма, характеризует личность Алкоголя, а иногда и потерпевшего, обосновывает квалификацию преступления и т. д.)

Судья: Перейдем к опросу свидетелей. Прошу пригласить первого свидетеля.

Первый свидетель-организм человека:

Учащийся раскрывает последствия пьянства и алкоголизма на желудочно-кишечный тракт, дыхательную, сердечно-сосудистую, нервную, половую и мышечную системы. При этом выступающий использует местный материал.

Второй свидетель-экономика:

Учащийся показывает экономический ущерб от пьянства и алкоголизма. При этом выступающий использует местный материал.

Судья: Прошу пригласить очередного свидетеля.

Третий свидетель - врач-нарколог:

Учащийся приводит цифровые данные о распространенности алкоголизма среди взрослых, женщин и несовершеннолетних.

Четвертый свидетель - врач-травматолог:

Учащийся показывает влияние пьянства и алкоголизма на производственный, бытовой, уличный и др. травматизм.

Пятый свидетель - врач-психиатр:

Учащийся приводит цифровые данные о детях с отклонениями в психике, болезнь которых обусловлена пьянством родителей. При этом выступающий использует местный материал о школах-интернатах, детских домах и специальных школах.

Судья: Прошу пригласить очередного свидетеля.

Шестой свидетель-сотрудник пожарной охраны:

Учащийся излагает цифровой материал о правонарушениях и преступлениях, связанных с пожарами, возникших по вине людей, находившихся в состоянии алкогольного опьянения.

Седьмой свидетель - сотрудник инспекции по делам несовершеннолетних:

Учащийся излагает цифровой материал о правонарушениях и преступлениях, совершенных несовершеннолетними в нетрезвом состоянии, о родителях, лишенных родительских прав по причине употребления алкоголя.

Судья: Пригласите следующего свидетеля.

Восьмой свидетель - педагог:

Педагог показывает как пьянство и алкоголизм подростков, их родителей влияет на учебу, работу и поведение несовершеннолетних.

Девятый свидетель - совесть:

Учащийся показывает, как пьянство приводит к потере человеком чувства моральной ответственности за свое асоциальное поведение перед самим собой.

Десятый свидетель - высказывания видных общественных деятелей, ученых, писателей.

Учащийся приводит высказывания великих и мудрых людей разных времен и народов о последствиях употребления людьми алкоголя.

Судья: Товарищи! Мы выслушали в основном всех свидетелей, прибывших на наше судебное заседание. Слово просит адвокат, который негодует от выступлений прокурора и свидетелей.

Адвокат: Я не понимаю, кого и за что здесь судят? Алкоголь? Но скажите, пожалуйста, какую долю доходных статей бюджета составляет доход от продажи Алкоголя? Молчите? И я не знаю. Но вижу как вам экономически тяжело сегодня, после ряда лет упорной борьбы против моего подзащитного. (Обращается к сидящим в зале). Не вы ли, употребляя Алкоголь, говорили, что от него улучшается аппетит, что жить стало веселее, что чувствуешь, хоть на короткое время радость и здоровье, что он сближает людей, особенно тех, которые желают получить от государства больше, чем дать ему. Если бы мой подзащитный был так уж плох, то, наверное, не употребляли бы его. Все дело в том, что люди не умеют Алкоголь употреблять. И другое. Цианистый калий - тоже яд. Но не употребляют же люди его. А алкоголь пьют как по поводу, так и без повода. Значит он не враг, а жертва. Товарищи судьи! Обратите внимание, что в своем выступлении я опираюсь только на факты, а они воздух истины. Судья: Слово имеет прокурор. Прокурор: Товарищи судьи! Мы выслушали свидетелей и адвоката. Почему-то адвокат в своем выступлении промолчал о физиологических свойствах Алкоголя, о его ложных эффектах. А надо было бы. На основании вышеизложенного просим суд по совокупности совершенных Алкоголем на протяжении многих веков всех преступлений присудить ему высшую меру наказания – вылить остатки Алкоголя в унитаз и полностью прекратить выпуск алкогольных изделий. В борьбе со старшим сыном Алкоголя (алкогольным обычаем) внедрять в быт наших людей красочные, праздничные трезвенные традиции. В борьбе с его дочерью (алкогольной привычкой) формировать с детского возраста трезвый образ жизни, который будет противоалкогольной прививкой.

Судья: Посовещавшись, суд постановляет: (Обращается к сидящим в зале) Дорогие ребята! Какой бы Вы предложили вынести приговор Алкоголю?

Подведение итогов ролевой игры.

Ведущий: Дорогие ребята! Ответьте на следующие вопросы:

"Сможет ли человечество избавиться от алкоголя?", "Ваши проекты избавления человечества от алкогольных обычаев и предрассудков?".

**АНТИНАРКОТИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ[[2]](#footnote-2)\***

**Дорогой друг!**

При неуверенности в успехе обучения или при появлении навязчивых мыслей об употреблении алкоголя добросовестно выполни данное задание. Его желательно выполнять несколько раз в течение двух месяцев. В табель самооценок своего труда необходимо занести дату, продолжительность первого и последнего выполнения настоящего задания; а также оценки за добросовестность выполнения этого труда.

Ты должен логически продолжить первые половины нижепредставленных предложений в подпунктах "б", если ты не согласен с предложенным вариантом "а". Задание выполняется сначала письменно, а позднее устно с фиксацией затраченного времени. При последующих (через одну-две недели) выполнениях задания на это должно расходоваться меньше времени. Цель тренинга заключается в формировании автоматизма антинаркотических мыслей. Критерием этого является выполнение предложенного задания сначала письменно, а затем устно в максимально короткий срок. При выполнении задания не использовать частицы "не", "ни", "без", слов "нет", "нельзя". Русский язык очень богат. Напрягай мозг, находи нужные смысловые решения данного задания.

Помни! Алкоголь и другие наркотики подавляют умственные способности, глубину и логику мышления. Выполняя указанное задание, ты способствуешь восстановлению своих умственных способностей.

Более совершенным выполнением задания является поиск логических продолжений первых половин предложений в двух, трех и так далее вариантах. Данное задание выполняется как самостоятельно, так и при содействии близкого тебе человека (брат, мать, отец и т. д.).

Не стесняйся обращаться за помощью к своим родным, которые не зависимы от алкоголя. Их мышление, надо надеяться, более совершенно, поэтому они смогут оценить правильность выполнения тобой задания.

1. Я очень люблю жизнь, очень боюсь в своей единственной жизни остаться в дураках, поэтому: а) я буду употреблять алкоголь (наркотики); б)...

2. Я рожден для: а) уничтожения в своем организме алкогольной (наркотической) отравы; б) ...

3.Я люблю веселиться и отдыхать, а значит мне нужно: а) одуряться алкоголем (наркотиками); б) ...

4. Свое жизненное счастье и счастье своей семьи я вижу: а) в употреблении мною алкоголя (наркотиков); б) ...

5. Я очень люблю своих родных, друзей, поэтому: а) всегда буду угощать их алкоголем (наркотиками); б) ...

6. Мне другом является тот, кто: а) угощает меня алкоголем (нар- котиком); б) ...

7. Я мечтаю, о возвышенной любви, крепкой семье, поэтому: а) мне нужно при помощи алкоголя снизить умственные и половые способности; б)...

8. Я гордый человек, поэтому: а) без отравы жить не могу; б) ...

9. Я счастлив от того: а) что об меня "вытирают ноги" все, кто производит, продает и угощает меня алкоголем (наркотиками); б) ...

10. Я за дружбу народов, поэтому: а) буду употреблять импортные алкогольные изделия (наркотики); б) ...

11. Я буду: а) уничтожая в собственном организме алкоголь (нар­котики) морально и материально помогать зарубежным производи­телям этой отравы; б) ...

12. Я русский человек, россиянин, а значит: а) во имя благополучия других народов я обязан погибнуть, употребляя алкоголь, (наркотики); б) ...

13. Я неглупый человек, поэтому меня: а) можно легко обмануть привлекательностью оформления алкоголя (наркотиков), их скрытой и явной рекламой; б) ...

14. Для меня алкоголь (наркотики) является: а) средством дости­жения жизненного благополучия; б) ...

15. В Россию из многих стран мира ввозят алкоголь, табак, нарко­тики, потому что: а) русские и другие россияне очень уважаемые в мире люди; б) ...

16. Ныне Россия - мировой лидер в потреблении алкоголя и табака, безудержно распространяется наркомания, а значит: а) русские и другие россияне самые умные в мире люди; б) ...

17. Я желаю: а) погибнуть от употребления алкоголя и наркотиков; б) ...

18. Когда я вижу родных, страдающих от употребления алкоголя (наркотиков), то мне: а) радостно и весело; б)...

19. Употребляя алкоголь: а) я готов стать "половой тряпкой" для других людей; б) ...

20. Я очень рад, что в течение многих лет: а) выполнял заветы Гитлера по уничтожению моего народа; б) ...

21. От употребления алкоголя (наркотиков) я с каждым годом становился: а).умнее, здоровее, сильнее; б) ...

22. Я очень хочу иметь надежного спутника жизни, хочу иметь крепкую семью, хочу благополучия своим детям, поэтому: а) буду спаивать свою жену, детей, научу их в "меру" и "культурно" балдеть от употребления алкоголя (наркотиков); б)...

23. Я очень мечтаю о счастье своих родных, поэтому: а)обучу их личным примером правильно балдеть от употребления алкоголя (наркотиков); б) ...

24.Я очень уважаю своих родных, поэтому: а) буду их оскорблять и унижать и снимаю с себя ответственность за их материальное со­держание; б) ...

25. Я очень люблю мать, жену, детей, поэтому: а) буду деньги семьи расходовать на приобретение и употребление алкоголя (наркотиков); б)...

26. Я употреблял(ю) алкоголь (наркотики), потому что: а) являюсь второсортным человеком и хочу стать биологическим роботом; б) ...

27. При волнении мне нужно: а) расслабиться, ударив себя по мозгу алкоголем (наркотиками); б) ...

28. Я очень горжусь тем, что: а) за свою жизнь уничтожил в своем организме много табака, алкоголя, наркотиков; б) ...

29. Смысл жизни я вижу в: а) уничтожении в организме табака и алкоголе (наркотиков); б) ...

30. Я счастлив от того, что: а) есть табак, алкоголь и наркотики. Они мне помогают уйти от ответственности в решении жизненных проблем, защищают мое самолюбие, снимают комплексы ущербности; б) ...

31. Я хочу быть полезным обществу человеком, поэтому: а) очень хочу по причине употребления алкоголя (наркотиков) потерять работу, совершить преступление, попасть в тюрьму и там ударно работать во благо общества; б) ...

32. Когда я вспоминаю о том, что в течение многих лет, употребляя алкоголь (наркотики), терял время, деньги, жизненные силы, уважение родных, то: а) испытываю огромное чувство восхищения собой; б) ...

33. Я мечтаю о том, чтобы: а) мои дети повторили мою судьбу, связанную с употреблением алкоголя (наркотиков); б)...

34. В жизни я много потерял денег, времени, здоровья, употребляя алкоголь (наркотики) и от этого стал: а) очень счастливым человеком; б) ...

35. Употребляя алкоголь (наркотики) я: а) мечтаю(л) стать инвалидом и рано умереть; б) ...

36. Алкоголь (наркотики) отрава, специфический, нервный яд. Он продается для: а) умных людей; б) ...

37. Употребляя алкоголь (наркотики) я: а) хочу свою жену, мать, детей сделать неврастениками; б) ...

38. Моя жизненная мечта заключается в том, чтобы: а) как можно больше времени балдеть от употребления алкоголя (наркотиков) и чтобы как можно больше на их приобретение затратить денег; б) ...

39. Алкоголь (наркотики) успешно уводят из реальной жизни в мир иллюзий, а значит: а) они мои друзья и наставники; б) ...

40. Я убежден: глуп тот, кто: а) ведет здоровый образ жизни, растит детей, любит жену, родителей, детей, Родину; б) ...

41. Людей на Земле много, планете грозит перенаселение, поэтому: а) я обязан, употребляя алкоголь (наркотики), как можно быстрее умереть с тем, чтобы оставить свое место на ней людям, которые желают жить; б) ...

42. Я хочу быть здоровым, сильным, интересным человеком, а значит: а) я должен употреблять алкоголь (наркотики); б) ...

43. Я очень уважаю врачей: а) поэтому очень хочу, чтобы они лечили меня от болезней; порожденных употреблением алкоголя (наркотиков); б) ...

44. По складу характера я - романтик, любитель острых жизненных ощущений, поэтому: а) буду ради приобретения алкоголя (наркотиков) воровать и продавать, все что получится; б) ...

45. Я потребляю (л) алкоголь (наркотики), потому что: а) давно меч- таю попасть в тюрьму. Я очень уважаю людей, которые прошли через "зону"; б) ...

46. Все люди должны иметь работу: а) поэтому своим образом жизни, связанным с потреблением алкоголя (наркотиков), постараюсь обес­печить работой сотрудников милиции, тюрем, нарко-диспансеров и морга; б) ...

47. Я понимаю: глупо, обидно и постыдно быть слабым, больным, мало жить, а значит: а) буду употреблять алкоголь (наркотики); б) ...

48. Живу один раз, поэтому от жизни надо взять все caмое прекрасное, а именно: а) как можно больше в своем организме уничтожить табака, алкоголя, наркотиков, надо материться, опошляться, развращаться и оскотиниваться; б) ...

49. Я, употребляя алкоголь (наркотики) сокращаю(л) свою единственную жизнь потому, что: а) мне надоело жить; б) ...

50. Я очень люблю своих родных, поэтому: а) очень хочу быть им в тягость, хочу на долгие годы привязать их к себе - больному и немощному; б) ...

51. Жизнь прекрасна, а значит: а) я должен как можно больше унич­тожить в своем организме табака, алкоголя, наркотиков; б) ...

52. Человек; употребляющий алкоголь (наркотики) с целью получения жизненного удовольствия, это: а) очень умный человек; б) ...

53. Иностранцы правы, утверждая, что: а) русские, россияне второсортны и без алкоголя жить не могут; б) ...

54. Для того, чтобы не погибнуть раньше времени, каждому из нас крайне необходимо: а) употреблять табак, алкоголь (наркотики); б) ...

55. За то, что я употребил много табака, алкоголя, наркотиков, меня уважают: а) производители алкогольной (наркотической) отравы; б) ...

56. Я пришел: в этот мир для того, чтобы в нем всегда быть а) дураком; б) ...

57. Мне стыдно перед самим собой за то, что: а) стал обучаться разумному отношению к алкоголю (наркотикам); б) ...

58. В употреблении мною алкоголя (наркотиков) заинтересованы: а) жена, дети, родители; б) ...

59. От употребления мною алкоголя (наркотиков) проигрывают: а) производители алкоголя (наркотиков); б) ...

60. Мои дети должны: а) повторить мою судьбу, связанную с употреблением алкоголя (наркотиков); б) ...

61. Я мечтаю о том, чтобы мои дети стали настоящими: а) алкоголиками (наркоманами); б) ...

62. Я обязательно личным примером научу своих детей и внуков: а) курить табак, употреблять алкоголь (наркотики); б) ...

63. Я люблю жизнь, хочу быть здоровым, а значит: а) я должен употреблять алкоголь (наркотики); б) ...

64. Употребление алкоголя, табака, наркотиков – это увлечение: а) гордых и умных людей; б) ...

65. От того, что русские, россияне являются мировыми лидерами в потреблении табака, алкоголя: а) они очень уважаемы в мире; б) ...

66. Я хочу, чтобы мои дети и внуки за свою жизнь: а) употребили алкоголя больше меня; б) ...

67. Обществу нужны люди, употребляющие алкоголь и табак: а) поэтому я буду употреблять алкоголь и курить табак; б) ...

68. Когда мне будет скучно, я обязательно: а) буду одуряться алкоголем (наркотиками); б) ...

69. Чтобы стать биологическим роботом (быдлом) в той или иной степени: а) нужно развивать свои умственные способности; б) ...

70. Американцы утверждают, что русские – генетически неполноценны. С этим: а) я соглашаюсь потому, что полноценные в умственном отношении народы не самоуничтожаются; б) ...

71. Я счастлив от того, что дети: а) часто видели меня пьяным; б) ...

72. Я горжусь: а) выпитым мною в течение жизни алкоголем и количеством выкуренных сигарет; б) ...

73. Если бы жизнь начать с начала, то я бы: а) употребил бы еще больше алкоголя (наркотиков); б) ...

74. Я виноват: а) перед производителями и торговцами алкоголем (наркотиками) ; б) ...

75. Привычка употреблять табак, алкоголь (наркотики) это увлечение и традиция: а) умных людей, крепких семей, родов, народов; б) ...

76. Я себя очень уважаю за то, что: а) в течение многих лет балдел от употребления алкоголя (наркотиков); б) ...

77. Я планирую в течение ближайших десятилетий: а) как можно больше потребить алкоголя (наркотиков); б) ...

78. Я обязательно добьюсь уважения со стороны окружающих меня людей, когда: а) употреблю алкоголя (наркотиков) столько же, сколько уже употребил; б) ...

79. Если бы жизнь начать сначала, то: а) я бы выпил еще больше алкоголя; б) ...

80. Мои родные радуются, когда: а) видят меня пьяным; б) ...

**Литература:**

Алкоголь и другие наркотические вещества. – Н. Новгород, 1994. – 130 с.

Блинов А.С. и др. Совершенствование содержания форм и методов антиалкогольного воспитания школьников различных возрастных групп в комплексе с профилактикой курения, наркомании. - Благовещенск, 1988. - 47. с.

Братанов Д. Общественность, ученые и писатели против алкоголизма. - София: Народна просвета, 1986 - 162 с.

Брокан Э., Страздыньш Я. Подростки и алкоголь. - Рига: Звайгэне. – 1986. - 78 с.

Брокан Э.Д. Рекомендации по противоалкогольной пропаганде. - Рига, 1987. - 34 с.

Бурно М.Е. Трудный характер и пьянство. - К.: Выща школа, 1990. - 176 с.

Воронович Б. Т. Алкоголизм: природа, лечение, выздоровление. / Пер. с польского. – М.: Информ-12, 1999. – 192 с.

Гагарин С. Жидкий дьявол. - М.: Сов. Россия, 1987. - 96 с.

Гладышева Л. Нива жизни Терентия Мальцева. - М.: Сов. Россия, 1986 - 160 с.

Государственная молодежная политика в Свердловской области: Кому нужны наши дети. - Екатеринбург, 1994. - 75 с.

Гринченко В.И. Плюсы и минусы употребления алкоголя. – М.-Воткинск, 2000. – 255 с.

Двенадцать шагов и двенадцать традиций. - Нью-йорк, 1989. - 213 с.

Дроздов И.В. Унесенные водкой. – СПб.: ЛИО "Редактор", 1995. - 120 с.

Дроздов И.В. Г.А. Шичко и его метод. - Л., 1991 - 160 с.

Дудочкин П.П. Строчка в летописи. - М.: Моск. раб., 1988. - 96 с.

Жданов В.Г. Трезвость - наше оружие. - М.: ЦС ВДОБТ, 1987. - 19 с.

Жданов С.И. и др. О составе алкогольных напитков, свойствах алкоголя и его воздействии на организм человека. - М.: ЦС ВДОБТ, 1990. - 18 с.

Живолуп Р.П., Сирак Д.Л., Сухомлинов А.К. Антиалкогольное воспитание в семье и школе. - Харьков: Мин. нар. обр. УССР. 1989. – 18 с.

Замотаев А.И., Фролов А.Ф. Трезво о пьянстве. - Саранск: Морд. кн. изд-во, 1985. - 24 с.

Илларионова Н.В., Илларионов Н.С. Разум против спиртного. - Кишинев: Картя Молд., 1986. - 96 с.

Искаков Б.И. Без иллюзий. - Обнинск, 1989. - 15 с.

Калинин М.А. Методические рекомендации для проведения бесед по антиалкогольному воспитанию школьников. - Архангельск: АГПИ, 1987. - 18 с.

Каруле А. Рекомендации об антиалкогольном воспитании учащихся 1-11 кл. - Рига: Минира, 1986. - 46 с.

Методическое пособие для служителей курсов избавления от вредных привычек употребления алкоголя, наркотиков и курения табака. – Казань, 2000. – 19 с.

Маюров А.Н. Формирование здорового образа жизни (Программа спецкурса для студентов всех специальностей). - Н. Новгород: IVES, MАФР, 1997 - 24 с.

Маюров А.Н. Профилактика алкоголизма среди молодежи. / Хрестоматия по соци­альной педагогике. ч. II - Владимир: ВГПУ, 1997 – с. 316-373.

Маюров А.Н. и др. Современные основы специальной психологии и педагогики. - Н. Новгород: НГПУ, 1997 - 67 с.

Маюров А.Н. Трезвенническое воспитание на страницах журнала "Деятель". / Рос­сия. Север. Море. V Соловецкий форум: Тезисы докл. Международной научной конференции. - Архангельск: Поморский пед. университет и др. 1993. - с. 65-67.

Маюров А.Н. К вопросу потребления алкоголя школьниками Нижнего Новгорода. / VI Международный Соловецкий форум "Социальная работа и соци­альное управление" - Архангельск: Изд-во Арханг. госуд. мед. института, 1994 - с. 123-125.

Маюров А.Н. К деятельности Международного Комитета по алкогольному делу. / Тезисы докладов 1 Международного славяно-евразийского конгресса деятелей науки, культуры, предпринимательства. г. Н. Новгород, 23-27 мая 1994 г. – Н. Новгород: МСА, 1994. – с. 114-116.

Mayurov A. Zur Geschichte des Alkoholismus und der Suchtprävention in Russland. / Suchtprävention in Europa. – Geesthacht (IRT): Neuland, 1995 – s. 179-196.

Маюров А.Н. Антиалкогольное воспитание школьников. / Основы социальной педагогики. Курс лекций. Под общей ред. д. п. н. проф. В. А. Попова - Владимир: ВГПУ, 1995 - с. 110-135.

Маюров А.Н. К вопросу потребления алкоголя школьниками Н. Новгорода. / Дети: здоровье, экология и будущее. Материалы объединенной научно-прак­тической конференции. - Смоленск: Минздрав РФ, 1994. - с. 163.

Маюров А.Н. Педагогические основы формирования трезвого образа жизни школьников. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Тезисы докладов Всероссийского семинара. - Н. Нов­город: МУ, ИСБВ и др., 1996, с. 7-13.

Маюров А.Н. Ролевая игра "Антиалкогольный трибунал". / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Тезисы докладов Всероссийского семинара. - Н. Нов­город: МУ, ИСБВ и др., 1996, с. 13-18.

Маюров А.Н. К истории пятого трезвеннического движения. / Материалы научно-практической конференции "Трезвость и здоровье. Классический и нетрадиционные подходы", посвященной 100-летию учреждения в России Попечительств о народной трезвости и подъема общественного трезвеннического движения. - М.: МЛТиЗ, 1995. - с. 75-77.

Маюров А.Н. Пятое трезвенническое движение в нашем Отечестве. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Тезисы докладов. Вып. 2. - Н. Новгород: МУ, ИСБВ и др. 1996 - с. 12-16.

Морозов Ю. и др. Оптимальный вариант: как стать трезвым и некурящим. – Казань: Аек булу, 2002. – 35 с.

Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии: (Тезисы докладов Международного семинара). Вып. 10 / Под общей ред. проф. А.Н. Маюрова. – Н. Новгород: МУ, МНАТ, ИСБВ и др. – 142 с.

Скотт Д. Антиалкогольное просвещение. – М.: Росс. гос. соц. институт, 1992. – 99 с.

Толкачев В.А. Теория и практика оптимализма. – Мн.: ПКИФ "Финист", 1994. – 73 с.

## Глава 2

## Алкогольный трамплин в наркоманию

|  |  |
| --- | --- |
| **На этом уроке ты:**   * углубляешь понятия о науках, которые изучают проблемы наркотизма и нравственности; * расширяешь свои знания о социальных аспектах в области наркотизма и трезвости; * пытаешься обосновать необходимость культуры здоровья среди всего населения нашего Отечества.   **Основные понятия темы:**   * наркотизм; * собриология; * валеология; * ювенология; * социальная педагогика; * криминология; * судебная психология; * наркология; * алкология; * превентология.   **НАРКОТИЗМ** – социальное явление, характе­ризующееся массовым уходом индивидов от действительности, социальной активности в ил­люзорный мир вследствие необоснованного употребления табака, алкоголя и других наркотических средств. Выра­жается в таком индивидуальном или групповом поведении, которое не соответствует действую­щим на конкретно-историческом этапе разви­тия общества нормам.  **СОБРИОЛОГИЯ** (от лат. sobrietas - трезвость) - наука о путях достижения трезвости, в том числе в молодежной среде.  **ВАЛЕОЛОГИЯ** - наука о здоровом образе жизни.  **СОЦИАЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА** - наука о закономерностях социализации личности.  **АЛКОЛОГИЯ** - наука о социальных аспектах потребления алкоголя.  **КРИМИНОЛОГИЯ** (от лат. crimen - преступление и греч. logos - учение) - наука о состоянии, динамике, причинах преступности, о мерах ее предупреждения и способах борьбы с нею.  **НАРКОЛОГИЯ** - раздел психиатрии, материалом изучения которого служат проявления, причины и механизмы развития наркомании, вопросы профилактики алкоголизма.  **ПРЕВЕНТОЛОГИЯ** - новая наука, главная цель которой - изучение здорового образа жизни. П. актуализирует системное представление че­ловека о здоровье. Оно включает три компонен­та: физическое, психическое и духовное (мо­ральное, нравственное) здоровье.  **СУДЕБНАЯ ПСИХОЛОГИЯ** – отрасль науки, изуча­ющая особенности проявления закономерностей психической жизни в такой области общественной практики, как предупреждение преступлений, судопроизводство, исправление и перевоспитание преступников, профилактика пьянства и алкоголизма.  **ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ НАРКОЛОГИЯ** - отрасль медицины, изучающая особенности диагностики, клиники, лечения наркологических заболева­ний, а также вопросы профилактики и реабили­тации наркологического контингента, длительное время находящегося в экологически неблагоприятной ситуации.  **ЮВЕНОЛОГИЯ** – наука о сохранении активной молодости.  **Пометки на полях**  Проклятый алкоголь есть европейская форма опия... Но качества и следствия его - точь-в-точь как опия и гашиша: одурение, расшатанность воли и характера, нищенство, преступление, вырождение, смерть.  *В. Розанов.*  Розанов Василий Васильевич (1856-1919) – русский философ и писатель.  Порок не остается безнаказанным, так как быть порочным - это уже наказание.  *Боэций.*  Боэций, Анций Манлий Северин (480-524) – римский писатель и философ.  Общество готовит преступление, преступник его совершает.  *Г. Бокль.*  Бокль, Генри Томас (1821-1862) – английский историк, философ.  Общество само приготовляет преступление, преступник же только приводит его в исполнение.  *Л. Кетле.*  Кетле, Ламбер Адольф Жак (1796-1874) – бельгийский социолог.  Преступление есть самый характеристичный, бесспорный и для всех обязательный симптом обществен­ного расстройства или неустройства.  *Н. Михайловский.*  Михайловский Николай Константинович (1842-1904) – русский публицист и литературный критик.  Одни преступления прокладывают путь другим.  *Сенека.*  Сенека (Младший), Луций Анней (4 до н. э.-65 н. э.) – римский писатель, философ.  Кто бы ни получал выгоду от преступления – виновен в нем.  *Французская*  *пословица.* | Среди социальных пороков самыми массовыми являются пьянство, алкоголизм, наркомании и токсикомании. Их влияние так или иначе сказывается на всех сферах жизнедеятельности человека, затрагивает интересы всех социальных слоев, групп - всего общественного организма. В кризисные моменты развития общества сила воздействия наркотизма значительно возрастает, что в свою очередь стимулирует другие деструктивные явления и процессы.  Пьянство, алкоголизм, наркомании и токсикомании, особенно в последние годы постперестроечного периода, многократно возросли и стали существенной опасностью для самой будущности жителей страны. Необходимость безотлагательных мер для формирования здорового и трезвого образа жизни и, прежде всего, среди молодого поколения, обуславливает общественно-политическую актуальность настоящего издания.  Потребление алкоголя, наркотиков и табака стало в последние годы одной из наиболее серьезных проблем и вызывает растущую тревогу жителей Российской Федерации. Сегодня в стране нет такого места или общественного явления, где бы наркомания, алкоголизм, пьянство и токсикомании не проявили себя с крайне негативной стороны. Для объединения усилий в борьбе с распространением этих негативных явлений в стране была принята государственная программа «Здоровье России» и Федеральная целевая программа «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту».  Долгое время наркомания считалась «пороком Запада». Существование ее в нашей стране отрицалось, о зафиксированных случаях потребления наркотиков умалчивалось. Лишь в начале 70-х гг. двадцатого века на наркоманию обратили должное внимание. Только 25 апреля 1974 г. Президиум Верховного Совета РСФСР издал Указ «Об усилении борьбы с наркоманией», которым предусматривалась уголовная ответственность за незаконное изготовление, приобретение, хранение, перевозку или пересылку и др. действия. Мировым сообществом эта проблема стала осознаваться гораздо раньше. В 1961 г. ООН была принята Единая конвенция о наркотических средствах, в 1971 г. - Конвенция о психотропных веществах. Спустя 17 лет ООН была принята Конвенция о борьбе против незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ. Для активизации международного сотрудничества в борьбе против незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ генеральная Ассамблея ООН в 1990 г. приняла Политическую декларацию и Всемирную программу действий, а также объявила 1991-2000 гг. «десятилетием борьбы с незаконным оборотом наркотиков».  В 1993 г. постановлением Верховного Совета Российской Федерации была утверждена Концепция государственной политики по контролю за наркотиками. В большей степени она была направлена не на профилактику, а на борьбу с незаконным распространением наркотических средств.  В целях усиления борьбы с наркоманией и наркобизнесом в июне 1995 г. принята Федеральная целевая программа «Комплексные меры противодействия наркотикам и их незаконному обороту на 1995-1997 годы». Однако и эта программа не содержала в себе концептуальных профилактических решений. Нейтрализуя следствие, причина наркомании оказывалась без должного воздействия.  Значительные изменения национальная система контроля незаконного оборота наркотиков стала претерпевать лишь с принятием нового Федерального закона «О наркотических средствах и психотропных веществах» от 8 января 1998 года. Закон закрепляет правовые основы государственной политики в области оборота наркотических средств.  В ежегодном Послании Президента России к Федеральному Собранию Российской Федерации Президент России В. В. Путин обратил внимание на приоритет внутренней политики над внешней. Повышение эффективности социальной инфраструктуры, увеличение расходов на внутреннюю политику государства должны стать ориентиром для работы представительных органов власти в России.  В качестве одного из направлений реализации этого принципа следовало бы рассматривать возможное увеличение финансовых средств на проблему борьбы и профилактики наркотизма, оформление отдельной расходной стати в республиканском бюджете на 2003 и последующие годы. Необходимо предусмотреть систему дотаций, субсидий и компенсаций Федерального бюджета нижестоящим бюджетам всех уровней для финансирования мероприятий профилактики, целевых региональных и местных программ.  Генеральная Ассамблея ООН предложила всем принять комплексные национальные программы противодействия. На актуальность и злободневность темы указано в ряде программ ВОЗ: «Здоровые города», «Европейский план действий» по борьбе с потреблением алкоголя», «Международный антиалкогольный план действий» и «План действий по борьбе с потреблением табака в Европе».  Алкоголизм, наркомания, токсикомания и связанная с ними преступность в России приобретают все более значительные масштабы и самым существенным образом сказываются на духовной и морально-психологической атмосфере в обществе, отрицательно влияют на экономику, политику и правопорядок. Стабильно увеличивается количество лиц, допускающих потребление наркотиков, «молодеет» пьянство. Почти 4/5 потребителей наркотиков – лица в возрасте до 30 лет, расширяются детская и подростковая наркомании и токсикомании.  Уровень наркотизации населения страны по результатам социологического исследования и постоянного изучения оперативной информации определяется угрожающим и достигает 6% от общего числа населения.  Начиная с 2000 года, в стране наблюдается взрывоопасный рост распространения ВИЧ-инфекции. Их в стране больше миллиона человек.  Сегодня в стране насчитывается около 3 млн. алкоголиков. В то же время известно, что согласно научным изысканиям, с учетом скрытого алкоголизма эту цифру для алкоголиков следует увеличить в 3-4 раза. За последние пять лет количество несовершеннолетних больных наркологическими заболеваниями увеличилось в 2 раза.  Растет связанная с алкоголизмом и наркотиками преступность. За последние 10 лет число таких преступлений увеличилось по алкоголизму более чем в 2 раза, по наркомании в несколько раз. Если в 1990 году потреблялось не более 6 л алкоголя на душу населения, то в 2001 году более 16 литров. Известно, что по заключению ВОЗ, при достижении уровня среднедушевого потребления в 8 л в год наступает процесс необратимого изменения генофонда нации. Если в 1990 году у нас в среднем спивались 30-35-летние, то в 2000 году эта печальная участь постигла в основном 20-25-летних. С 1991 года впервые начался рост общего показателя младенческой смертности.  В ряды Вооруженных Сил России сегодня не допускается до 30% призывников, употребляющих наркотики или токсические вещества и почти 100% солдат и офицеров регулярно употребляют спиртное. В крупных городах страны насчитывается всего лишь 3,5-4% детей без психических и физических отклонений.  Каждый вложенный доллар в нашей стране приносит дельцам на хорошо подготовленном теневом рынке, а в России он уже подготовлен, от тысячи до двух тысяч долларов прибыли. Грамм кокаина стоит в России дороже, чем в США и Европе.  Сверхприбыли, пассивность власти, недооценка обществом общенационального зла, необъятный наркорынок- это далеко не полный перечень благоприятных для наркодельцов факторов, позволяющих получить на нашей общей беде баснословные барыши.  Необходимо выделить несколько основных вопросов, остро стоящих перед властями и обществом в целом: криминализация молодежи, наркомания, алкоголизм, проституция, суицид, бродяжничество. Преступность несовершеннолетних достигла критических размеров. В 2001 году они совершили около 200 тысяч преступлений, 80% из них - тяжкие. Почти 60% преступлений совершают группы.  Производство алкоголя, переданное в частные руки, привело к вырождению нации, подрыву генофонда: за пять лет только от отравления водкой умерло 230 тысяч человек.  Суицид за последнее время достиг невероятных размеров. За 11 месяцев 2000 года по собственному желанию ушло из жизни 55 тысяч человек.  Не поддается исчислению количество бродяг среди молодежи. Их в стране миллионы.  Причины столь плачевной ситуации в неумелых экономических реформах, от которых выиграла организованная преступность и которые разделили население на богатых (7%) и бедных (их сейчас 40 миллионов).  Другая причина: совершающие преступления дети нездоровы. 70% несовершеннолетних, осужденных за те или иные виды преступлений, имеют психические аномалии, 17% из них - дебилы. Смертность от психических болезней возросла в 2 раза за последние 10 лет, в 83 раза возросло число венерических заболеваний у детей до 14 лет.  Еще одна причина преступности - общий упадок нравственности. Синдром неполноценной нации, вырабатывавшийся у людей в начале 90-х, привел к потере у молодежи чувства национальной гордости, ее уходу от социально активной жизни.  Ежегодные доходы наркодельцов от незаконного оборота наркотиков в мире в последние годы превышают 400 млрд. долларов США. В мире в настоящее время употребляют марихуану почти 142 млн. человек, амфетамины и синтетические наркотики - 30,5 млн. человек, кокаин - 13,4 млн. человек, героин и опиаты - 8 млн. человек. Среди них устойчиво растет число граждан Российской Федерации.  На начало 2001 года общее число граждан России, употребляющих наркотики на регулярной основе, превышает 2,2 млн. человек. Но есть основания говорить о том, что эта цифра фактически приближается к трем миллионам.  В целом в той или иной степени проблема наркомании затрагивает около 30 млн. человек, то есть практически каждого пятого жителя нашей страны.  Наркомания окончательно превратилась в крупную масштабную общенациональную проблему, несущую прямую угрозу государству. Ведь, по последним экспертным оценкам, каждый наркоман в течение года вовлекает в употребление наркотиков 13-15 человек, создавая тем самым своего рода "снежный ком" наркомании.  Средний возраст приобщения к наркотикам в России составляет 15-17 лет, но участились случаи первичного употребления наркотиков детьми 11-13 лет. Отмечены случаи употребления наркотиков в крупных городах, детьми 6-7 лет.  Именно школы и места массового развлечения молодежи, в первую очередь дискотеки и ночные клубы, являются сегодня основными местами распространения наркотиков. Опросы учащихся старших классов Москвы и Санкт-Петербурга весной 2000 года показали, что почти 70% из них познакомились с наркотиками именно в этих местах.  Особое внимание к проблеме наркомании важно и в связи с тем, что наркоманы становятся в последние годы основной причиной роста заболевания ВИЧ-инфекцией. Наблюдалась опасная картина, когда почти 90% выявленных в 1997-1998 годах случаев заражения ВИЧ-инфекцией были связаны с внутривенным употреблением наркотиков и установленной причиной заражения явилось использование общих шприцев и игл. Сегодня этот процент составляет 95%.  Сложное положение складывается в местах лишения свободы, где в настоящее время содержится более 3,5 тысячи носителей ВИЧ-инфекции и больных СПИДом, многие из которых даже в зоне продолжают иметь доступ к наркотикам.  Четко просматривается тенденция ускоренного масштабного распространения героина, а также в целом преобладание на рынке наркотиков более дорогих и сильных видов. Расширение рынка героина и других сильных наркотиков представляет особую опасность в связи с быстрой наркозависимостью от них прежде всего подростков.  Число преступлений, совершенных в состоянии наркотического и токсического опьянения, в 1999 году увеличилось на 13,3%. 2000-2001 годы подтвердили эту тенденцию. Только в Москве за последние пять лет количество преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, выросло в 6,7 раз. Помимо этого, также на лицо тенденция роста – примерно на 3-4% - совершения краж и других хищений наркоманами.  Значительно увеличилось число преступлений, связанных с незаконным изготовлением, приобретением и хранением наркотических средств и психотропных веществ. Удельный вес преступлений за последние два года вырос с 15,5% до 21,0%  Прогрессирующее потребление наркотиков и резкий рост цен на них создают благоприятные условия для появления и разрастания преступных структур, осуществляющих организованный сбыт наркотических средств.  Особенности геополитического положения России, несовершенство действующего законодательства и неиспользование его, расширяющийся алкогольный прилавок, реклама спиртного и табака создают благоприятную почву для дальнейшего роста наркомании и алкоголизма в стране. Отсутствие в стране системы контроля за доходами и осуществление денежных операций дает возможность российским и иностранным наркогруппировкам не только легализовать крупные капиталы, но и внедриться в экономику и использовать преступные доходы для коррумпирования представителей органов власти и управления.  **Материал для учителя**  Крайне неблагоприятен для страны общий прогноз ситуации с алкоголем и наркотиками в ближайшие годы, усугубляемый происходящими негативными процессами в социально-политической и экономической сфере.  На сознание населения, особенно, на сознание детей и подростков, огромное влияние оказывают средства массовой информации. С экранов телевизоров пропагандируется насилие, пьянство и наркомания. На рекламных щитах вдоль дорог и в местах массового пребывания людей рекламируются табачные и алкогольные изделия. Дети и подростки вовлекаются в рекламу и распространение табачных изделий. Крайне мало передач транслируется на телевидении о влиянии на человека наркотиков и алкоголя.  Анализ уголовных дел и оперативной информации дает основание предполагать, что если не предпринять кардинальных мер, то к середине этого десятилетия в России наркотизм выразится:  • увеличением числа лиц, больных наркоманией, алкоголизмом и токсикоманией;  • ростом удельного веса несовершеннолетних и молодежи среди потребителей наркотиков, алкоголя и токсикантов;  • дальнейшим изменением структуры немедицинского потребления наркотиков в сторону повышения доли "жестких" наркотиков, прежде всего, амфетаминовой группы;  • противоправной деятельностью устойчивых преступных группировок, алко- и наркодельцов с межрегиональными и международными связями, в том числе образующихся по этническому принципу, созданием ими разветвленных, глубоко законспирированных сетей торговли наркотиками, дестабилизирующей оперативную обстановку в стране, усилением в этой связи контрабандной деятельности в масштабах, угрожающих безопасности граждан и общества в целом;  • проникновением алко- и наркогруппировок в сферу экономической деятельности государственных и частных коммерческих структур, сопровождающимся коррумпированием государственных чиновников как необходимым атрибутом алко- и наркобизнеса, перемещением незаконных доходов от торговли незаконным алкоголем и наркотиками в сферу легального бизнеса;  • распространением преступности, связанным с незаконными посевами наркотикосодержащих растений и производством алкоголя и наркотиков в подпольных лабораториях и заводах;  • возрастающим влиянием незаконного производства алкоголя и оборота наркотиков, ростом наркоманий и пьянства на общеуголовную и экономическую преступность, состояние обеспечения общественного порядка.  Прогноз на ближайшую перспективу (три-пять лет) весьма неблагоприятный при сохранении нынешней динамики роста наркомании в стране и все же пока еще слабой эффективности действий органов власти.  Можно ожидать дальнейшего изменения рынка наркотиков в сторону расширения контрабанды наркотиков и географии распространения героина и опиатов, дальнейшего "омолаживания" контингента, употребляющего наркотические, сильнодействующие и психотропные вещества.  Основные причины этого:  - ухудшение социально-экономической обстановки во многих регионах страны;  - усиление негативных политических и социально-экономических тенденций в ряде стран СНГ, прежде всего в Таджикистане;  - ограничение возможностей таможенных органов России;  - значительное увеличение международной наркомафии к российскому рынку наркотических средств;  - сверхвысокая доходность операций с наркотиками для преступных группировок;  - крайне неудовлетворительное положение с финансированием министерств и ведомств, осуществляющих борьбу с наркоманией и лечение больных наркоманией.  При таком положении дел общее число наркоманов в России к 2003-2005 году может превысить 5 млн. человек.  С полным основанием можно говорить о том, что существует реальная угроза национальной безопасности со стороны международного наркобизнеса, и даже о «наркотерроризме» по отношению к России.  Масштабы и темпы роста алкоголизма, наркоманий и токсикоманий свидетельствуют о низкой результативности принимаемых мер. Нуждается в пересмотре существующая система взаимодействия между различным министерствами, департаментами, комитетами, общественными и научными формированиями, религиозными конфессиями. Остается малоэффективной деятельность профсоюзов, студенческого движения, молодежных и подростковых организаций, женского движения, многочисленных ассоциаций и фондов, располагающих определенным опытом работы в данной области.  До настоящего времени слабо применяются передовые эффективные методы лечения и реабилитации алкоголиков и наркоманов. Не создана действенная система антиалкогольной и антинаркотической пропаганды. Недостаточно используются возможности общероссийских и международных организаций в рамках программ ОНН, ВОЗ и ЮНЕСКО в предупреждении пьянства и алкоголизма, в снижении фактов наркоманий и токсикоманий.  В этих условиях отсутствие адекватных и эффективных мер по противодействию распространению пьянства, алкоголизма, наркоманий и токсикоманий может привести к тому, что вышеозначенные проблемы превратятся в широкомасштабную и необратимую угрозу для безопасности страны, здоровья и благополучия жителей нашего государства.  Важно, чтобы проблема наркомании постоянно оставалась в поле внимания как государственных органов власти, так и населения. Нужно официально признать, что наркомания является огромной общегосударственной проблемой, требующей принятия комплекса мер как собственно внутри России, так и в содружестве с мировым сообществом.  Принципиально важно предусматривать в бюджете Российской Федерации на ближайшие пять лет выделение необходимых средств в размере не менее 10-15 млрд. рублей ежегодно для противодействия наркомании и обеспечения нормальной деятельности органов здравоохранения (к примеру, в США на это тратятся до 18-20 млрд. долларов ежегодно).  Необходимо активизировать работу Правительственной комиссии по противодействию злоупотреблению наркотическими средствами и их незаконному обороту.  Также необходимо завершение создания нормативно-правовой базы.  Необходимо усиливать антинаркотическую пропаганду через средства массовой информации всех уровней, рассматривая ее как одну из наиболее важных частей социальной рекламы. При этом позитивным фактором была бы целевая поддержка со стороны государственных органов тех средств массовой информации, которые играют наиболее активную роль в антинаркотической пропаганде.  Конечно, меры такого рода должны быть дополнены широкой общественной кампанией. Ведь опыт многих стран, в частности Швеции или Норвегии, показывает, что средства, использованные на антинаркотическую пропаганду, дают реальный эффект в достаточно сжатые сроки.  С этой точки зрения было бы принципиально важным, учитывая всю ограниченность бюджетных средств, чтобы к антинаркотической кампании подключились крупные финансовые и промышленные структуры страны, чтобы российские бизнесмены стали инициаторами появления в СМИ, прежде всего на телевидении, новой и ориентированной прежде всего на молодежь социальной рекламы, чтобы они взяли на себя ответственность за появление в массовом масштабе доступно написанных книг и брошюр, рассказывающих о вреде алкоголя и других наркотиков.  Серьезным потенциалом, который уже начинает все более активно использоваться, обладает русская Православная церковь, ислам и другие традиционные конфессии.  Разделите учащихся на группы по 4-6 че­ловек в каждой.  Пусть каждая из групп построит дом или какую-либо конструкцию из предостав­ленных материалов (напр.: дом, построенный из книг или из деревянных куби­ков).  Вообразите, что эта структура представляет собой общество. Каждый кирпичик – это самостоятельная общественная структура.  Уберите один кубик. Что произойдет со всей конструкцией? Что происходит с об­ществом, когда один его элемент начнет разрушаться? Он оказывает влияние на все уровни общества. Соотнесите это с алкоголизмом и теми его последствиями, которые сказываются на всем обществе в целом.  Совершенно очевидно, что уже подходит к концу тот этап в развитии российского общества, когда еще не поздно попытаться скоординированными усилиями государственных и общественных структур изменить сложившуюся весьма тревожную ситуацию. Если время будет упущено, то Россия прочно займет в мировом сообществе место «наркогосударства», к которому будет соответствующее отношение со стороны других стран. |

**Информация для размышлений**

* По прогнозам Комиссии Совета Европы по образованию, убытки России от "утечки умов" могут достигнуть 50-60 миллиардов долларов в год. Если эта тенденция сохранится, то, по подсчетам специалистов, к 2013 году работники высокоинтеллектуального труда исчезнут как социальная группа.
* По оценкам специалистов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), в России на середину 90-х годов XX века до 30% населения имели умственные дефекты (!). Из общего числа детей 13% отставали в интеллектуальном развитии от среднего уровня, еще примерно 25% испытывали различные затруднения в учебе, не могли полностью усвоить программу общеобразовательной школы. Сегодня в стране практически здоровых детей в возрасте до 7 лет всего 23%, школьников старших классов менее 10%, среди учащихся общеобразовательных школ более 53% имеют ослабленное здоровье.
* На 1992 год среди населения находилось около 12 миллионов неучтенных диспансером психически больных. Примерно 20% населения нуждалось в том или ином виде психиатрической помощи, 30% составляли лица, страдающие различными расстройствами психической деятельности, не состоящие на диспансерном наблюдении, нуждающиеся в услугах психиатров.
* Из науки в коммерческие структуры только в 1992 году ушли 90 тысяч человек.

За 1969-1990 годы в СССР было подготовлено свыше 450 тысяч кандидатов и докторов наук. Из них на долю России приходилось около 65%. Прогноз убыли показывает, что в случае сохранения наблюдаемых сегодня тенденций к 2013 году этот интеллектуальный источник будет полностью исчерпан, так как для его воспроизводства необходимо готовить 12-14 тысяч специалистов в год.

* По данным американских ученых, как сообщила "Комсомольская правда" от 16.04.99, коэффициент интеллекта у русских ныне один из самых низких в мире. Из других источников: в 1960-х годах по уровню интеллекта русские находились на третьем месте в мире.
* Ученые пришли к выводу, что от потребления любых видов алкоголя безвозмездно гибнут клетки мозга. Одна вечеринка, к примеру, уносит навсегда от 50 до 66 тысяч клеток мозга.
* Прием 40 граммов алкоголя увеличивает число ошибок в 6 раз, счет ухудшается почти но 10%, оценка длительности интервалов времени более чем на 50%.
* Ученые установили, что при т. н. "умеренном" потреблении алкоголя уже через четыре года у пьющих в 85% случаев обнаруживается сморщенный мозг ("Наука и жизнь". – 1985. - № 10).
* В России в настоящее время насчитывается около 150 спиртовых и около 1000 ликеро-водочных заводов. Целая армия алкомафии! Россия уверенно превращается в очумевшую от алконаркотика страну.

Ущерб СССР от клики Гитлера составил 25 триллионов рублей (в ценах 1941 г.), а ущерб от алкоголизированных реформ 1990-х годов превысил 50 триллионов рублей (в тех же ценах 1941 года).

* Начиная с пятидесятых годов ХХ века душевое потребление алкоголя у нас катастрофически резко стало нарастать и уже в шестидесятых годах вышло на одно из первых мест в мире. Это совпало с тем периодом, когда американский президент Кеннеди сказал: "Русских войной взять нельзя. Их надо разложить изнутри. И для этого надо использовать три фактора: водку, табак и разврат" (Ф.Г. Углов. Самоубийцы. – СПб., 1995).
* По сообщению газеты "Тихоокеанский Комсомолец.", в Магадане еще в 80-х гг. развила подрывную деятельность подозрительная компания. "Научная" лаборатория под руководством, профессора Израиля Брехмана сотворила "ценнейший" для медицины препарат- элеутерококк в водке, и изучает его действие не на крысах, не на кроликах и даже не на себе, а на жителях поселка Чайбуха Северо-Эвенкийского района Магаданской области. Брехман и его сподручные выдвинули теорию, из которой следует, что если к водке добавить указанный препарат или биологически активное вещество, например, каприм, получаемый из косточек и веточек винограда, то люди, пьющие такую настойку, не станут алкоголиками.

Несмотря на всю абсурдность "теории", эта "научная" работа согласована с Институтом судебно-медицинской психиатрии им. В.П. Сербского в Москве и, в свое время, с Магаданским обкомом КПСС.

В 1984 г. возмущенные трезвенники направили письмо в правительство. Госсанинспекция СССР дала заключение, что для таких экспериментов нет никаких оснований. Тем не менее, они продолжались.

В 1988 году выяснилось, что деятельность лаборатории продолжается и что в поселок Чайбуха завозят "напиток Брехмана", названный им "Золотое Руно". Этот поселок в народе называют "брехманский полигон". Раз в полугодие ученые из Владивостока и Магадана берут кровь у чайбухинцев для исследования. Причем стараются это сделать так, чтобы люди не догадывались, что они являются подопытными...

Далее Брехман, не довольствуясь спаиванием взрослых, также тайно стал испытывать спиртовой раствор элеутерококка на детях, не только на предприятиях, но и в детских садах; родильных домах и т. д.

К сведению, профессор Брехман не имеет врачебного образования.

(Ф.Г. Углов. Ломехузы. – Л., 1991).

* По данным Большой медицинской, энциклопедии, которая ссылается на объективные исследования Всемирной организации здравоохранения, каждый третий в нашей стране погибает от причин, связанных с алкоголем. Это значит, что зелье уносит из жизни ежегодно от 900 тысяч до миллиона человек, более 2,5 тысяч ежедневно.. Если считать с 1960 года, когда уровень среднедушевого потребления алкоголя в нашей стране превзошел среднемировой, то получится, что "зеленый змий" погубил более 25 миллионов человек.
* Во время подготовки закона по алкоголю Комитет по экономической политике Госдумы обратился во Всемирную организацию здравоохранения, где получил официальную справку, что пиво – алкогольное изделие. Но несмотря на это, пивное лобби в парламенте РФ сделало так, что пиво по закону не относится к алкогольным изделиям.

Больше года трезвенники страны добивались принятия закона "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта и алкогольной продукции". Причем "пробивали" пункт о том, что закон распространяется на все алкогольные изделия крепостью свыше полутора объемных процентов спирта. Закон был принят. И в 1996 году комитет женщин (задумайтесь, комитет женщин!) вдруг подал к этому закону поправку: считать алкогольными изделиями изделия крепче 1,5%, КРОМЕ ПИВА. Явно, что пивная мафия купила комитет женщин, начавший шумную кампанию по поводу того, что народ лишают пива. Сумела мафия подкупить еще ряд депутатов. В результате Государственная Дума незначительным большинством голосов такую поправку приняла. Это было 25 декабря 1996 года. На следующий день (вот какая оперативность!) поправку одобрил Совет Федерации, а 10 января 1997 года утвердил президент Ельцин.

* Ученые Новосибирска путем анализа данных, опубликованных в печати, с помощью точных математических вычислений установили, что 99% дефективных и умственно отсталых детей, стали такими в результате употребления алкоголя их родителями. Каждый литр спирта, потребляемый в России на душу населения, приводит к появлению на свет 10-12 тысяч дефективных детей. Если учесть только официально признанный уровень потребления 15-16 литров спирта на душу населения, то получится, что из-за алкоголя ежегодно рождается 150-160 тысяч дефективных детей. В 1983 году 16,5% родившихся в нашей стране детей имели явные признаки аномалий, из них 3,5% крайней степени ("Роман-газета". - № 4. – 1988. – с. 91).
* У "культурно" пьющих дети с аномалиями рождаются в 4-5 раз, а у алкоголиков в 37 раз чаще, чем у трезвенников.
* Научно доказано: даже небольшие дозы спиртных изделий отражаются на генетическом субстрате, что может привести к рождению дефективных потомков если не немедленно, то в последующих поколениях. Особенно значительное влияние на потомство оказывает прием спиртного женщинами. При этом для появления дегенеративного потомства совсем не обязательно, чтобы родители были алкоголиками. И катастрофически нарастающее количество дефективных и умственно отсталых детей это подтверждает. Родившись от пьяных родителей, умственно отсталые люди неизбежно дают такое же потомство, и происходит все нарастающее снижение интеллектуального уровня народа – своеобразный геноцид!
* Повреждение генетического кода может наступить под действием любого из наркотиков, токсических веществ, радиации, живых вакцин, антибиотиков, стрессовых ситуаций. На современном этапе главным разрушителем нашего генетического потенциала являются наркотики. Они дают 96% повреждений генетического кода, тогда как все остальные повреждающие факторы, вместе взятые, 4%.
* Только половина наших семиклассников на середину 80-х годов были способны с оптимальной скоростью речи прочитать 150 слов в минуту. В пятидесятые годы этот норматив был введен для третьеклассников педагогом Сухомлинским. За одну минуту одни третьеклассники могли решить четыре примера на умножение двухзначных чисел, а другие ни одного. За одну минуту одни третьеклассники могли написать 20 слов, а другие только пять ("Правда". – 1986. – 14 августа).
* Более 90% детей, страдающих психическими и физическими расстройствами, рождается от родителей, которые начали пить в школьном возрасте. В 100% случаев от хронических алкоголиков рождаются неполноценные дети ("Агитатор". - 1985. - № 4. - с.35).
* Уместно привести результаты уникального эксперимента, проведенного французским ученым Моррелем. Ученый проследил за жизнью четырех поколений, употребляющих, алкоголь, и записал результаты исследования: "В первом поколении нравственная испорченность, алкогольные излишества; во втором пьянство в полном смысле этого слова; представители третьего поколения страдали ипохондрией, были склонны к убийству, самоубийству; в четвертом тупость, идиотизм, бесплодие...".
* По данным педиатра В.А. Дульнева, изучившего здоровье 64 детей, родившихся от отцов, в течение 4 - 5 лет употребляющих спиртные изделия, у всех детей были обнаружены признаки умственной недостаточности, даже у тех, которые нормально развивались физически.

**Какими были результаты движения борьбы за трезвость в 1985-1988 годы?**

С 1985 по 1988 годы алкогольных изделий было выпито в стране на 37 миллиардов рублей меньше, нежели в предшествующие годы. Что это дало стране?

1. В сберкассы внесено на 45 миллиардов рублей больше.

2. Ежегодно продавалось продуктов питания вместо наркотических ядов на 45 миллиардов рублей больше, чем до 1985 года.

3. Безалкогольных напитков и минеральных вод продавалось на 50% больше.

4. Производительность труда в 1986-1987 годах повышалась ежегодно на 1%, что давало казне 9 миллиардов рублей.

5. Количество прогулов снизилось, в промышленности на 36%, в строительстве на 34% (одна минута прогула в масштабе, страны обходилась в 4 миллиона рублей).

6. В бюджет за 1985-1990 годы денежных средств от реализации алкоголя поступило меньше на 39 миллиардов рублей. Но если учесть, что каждый рубль, полученный за алкоголь, несет 4-5 рублей убытка, сохранено было в стране не менее 150 миллиардов рублей.

7. В России в 1987 году количество родившихся детей было самым больших за последние 25 лет.

8. В 1985-1987 годах умирало в год на 200 тысяч человек меньше, чем в 1984 году. В США, к примеру, такого снижения добились не за год, а за семь лет.

9. Смертность населения в трудоспособном возрасте уменьшилась в 1987 году на 20%, а смертность мужчин этого же возраста на 37%.

10. В 1986 году смертность от несчастных случаев, отравлений и в дорожно-транспортных происшествиях по вине пьяных водителей сократилась на 30%, а производственный травматизм снизился на 20% по сравнению с 1984 годом.

11. В 1986-1987 годах население страны увеличивалось на 2,9 миллионов человек в год, тогда как в 1981 - 1983 годах на 2,4 миллиона. В основном прирост населения отмечался в России.

12. Выросла средняя продолжительность жизни, особенно у мужчин: с 62,4 в 1984 году до 65 лет в 1986 году. Снизилась детская смертность.

**Узелки на память**

1. Курение табака, употребление алкоголя и нелегальных наркотиков и других токсических веществ – это увлечение заблудших людей.

2. Спиться могут все, кто в употреблении алкоголя видят средство получения положительных эмоций – "успокоения" (точнее, отвлечения), веселья (точнее, балдежа) и т. д.

3. Отличие табака и алкоголя от ядерного оружия в том, что последнее накоплено, но не применяется, а табак и алкоголь и накоплены, и применяются.

4. Систематические семейные конфликты ведут к развитию болезней и распаду брака, а также заметно укорачивают жизнь.

**Вопросы и задания**

1. Какие известны тебе науки, занимающиеся изучением наркотизма, здорового образа жизни и культуры здоровья?

2. Запиши в тетрадь раздел "Узелки на память".

3. Обсуди с родными и друзьями таблицу "Система алкогольного геноцида народов", помещенную в конце этого урока. Где находится сейчас наше государство в этой таблице?

**Домашнее чтение**

Виктор Потанин

**Подари мне сизаря...**

Лето стояло сухое, неспокойное, с ветрами. Солнце пылало жел­тое, зыбкое, в небе пусто и голо: ни облаков, ни птиц в вышине. В ле­сах березы свернули лист, ужались в росте, и было их очень жалко. В такую сушь в деревне ждут люди беды: неурожая, бескормицы, боятся пожаров. Делаются люди злыми, ругаются часто, ни в чем не уступают, не жди от них привета и ласки. В такое время приехал я в свою деревню в отпуск.

Жилось мне трудно. Ушел в геологи мой дорогой друг Гриша Лобода. Бросил редакцию, укатил в Саяны. Галя, о которой все время думал, совсем писать перестала. Видно, встретила в Москве, в своем университете, покраще меня.

Деревня задыхалась от зноя. Кончался июль. Над огородами ды­милось марево, исчахла картофельная ботва, обмелели колодцы, в подворотнях, вывалив языки, умирали от жары собаки. Дожди шли стороной.

Дождь спустился через неделю. Начался под вечер. Я сидел на завалинке и смотрел, как кружатся сизари. Еще в детстве я выревел у матери пару голубей. Хозяин за двух сизарей заломил по-ста­рому двадцать рублей. Цена небывалая, да рядиться я не умел. Зато теперь вся стая от тех двух сизарей.

Я любовался, как стая водит круги над крышей. Ко мне подсел Ленька-сосед, мальчишка лет тринадцати, очень худой, маленький, страшно застенчивый.

- Подари мне сизаря... Хоть одного.

- Зачем?

- Кормить буду... - И Ленька покраснел.

- Подарю, но ты мне за это поиграй.

- Поиграю...

И вдруг начался дождь. Туча вылезла из-за леса. Небо побагровело, хлестнул ливень. Вот радость-то, дождались! Каждая капля - картечина. Еле Ленька с гармошкой через дорогу перебежал. Зашли в дом. Ленька обтер гармошку рукавом, положил в колени. Я забыл сказать, что Ленька был в деревне первый гармонист. Научился иг­рать он еще лет семи на старой отцовской хромке. Играл он, конечно. без нот, но, по-моему, лучше всех на свете. Звали его на все свадьбы и гулянки. На этих гулянках он насмотрелся такого, что и во сне не увидишь. Может, поэтому Ленька рано, посуровел, притаился в себе, не замечал однолеток. Да и отец его виноват. Пил он по-страшному, и пьяный зверел.

Ливень скоро кончился, но все равно что-то от души отвалило: теперь каждая травинка в рост пойдет. Ленька расстегнул ремни у хромки, похрустел нервно пальцами и начал с моего любимого – "На сопках Маньчжурии". Он играл, а лицо у него застывало, бледнели сильно щеки, глаза не мигали. И веселые песни он играл с печальным лицом. Если его слушали плохо, глаза Леньки глядели виновато, брови ходили взад-вперед: он страдал.

Да слушать плохо его мог только глухой. Ленька играл, а я бродил по дымным синим сопкам, думал о Гале. Может, по таким же сопкам бродит сейчас Гриша Лобода со своими геологами, золото ищет. Где вы, Гриша, Галя, отзовитесь... Ленька начал "Полонез" Огинского. Он любил этот полонез до слез. Ленька знал, что Огинский сидел в камере-одиночке. Посадили его за то, что боролся Огинский за народное дело. Сильно тосковал он по воле; потому, что тосковал, музыка сочинялась печальная. А этот полонез он написал, когда прощался с родиной навсегда. Навсегда – грустное слово. Ленька своей игрой доказал это.

Играл он чудесно, лучше никому не сыграть. После его игры хотелось сделать людям что-то хорошее, доброе, или самому написать песню, или пойти в бой и погибнуть за свою страну. Я всегда после его игры думал о Гале. Если у нас когда-нибудь будет свадьба, мы позовем Леньку, и он сыграет "Полонез" Огинского, чтоб знали все наши гости, как нужно беречь и любить свою Родину.

Ленька кончил играть.

Я полез на чердак. Выбрал двух голубей – крылья уже окрепли, и зерно клюют.

- Возьми да корми!

- Я не для себя... Для отца. Говорит, голуби будут в доме – к добру. Может, мол, пить брошу...

- Отчего же он пьет?

- От ранения... Он так рассказывал: будто в госпитале лежал, совсем умирать собрался. Санитарка стала ему спирт приносить. Отец на ее брата походил, а брата-то убили... Со спирта сон появился, с едой направилось... К спирту, говорит, только сильно привык. С тех пор пьет...

Я не совсем поверил Леньке, да и сам он вряд ли верил отцу. Просто пил тот от тяжелого нрава и бескультурья. Кончил всего четыре класса и был один такой на всю деревню. Ходил сычом, ни с кем не здоровался, может, и о голубях возмечтал с похмелья.

На другое утро Ленька ушел на луг. Мать послала его пасти корову Зорьку. Зорька должна вот-вот отелиться, и ее взяли из табуна. В табуне ведь всякое бывает – еще теленочка затопчут. Ленька унес с собой гармошку. Он сидел на лугу один-одинешенек и наигрывал для себя да для Зорьки. Вернулся поздно. Гармошка болталась за плечами. Зорька, широкая пегая корова, шла сзади, тянулась к гармошке языком. У ворот красовался Ленькин отец в хромовых сапогах, в черном суконном костюме. Костюм сзади отвисал, брюки над сапогами вспучивались, но отец мнил себя щеголем.

Увидев меня, приподнял кепку:

- Айда в клуб, циркачи приехали... А твои сизари у меня весь хлеб сожрут...

От клуба я отказался, зато похвалил его костюм. Он ушел от меня веселый, довольный собой, что вот, мол, трезвый сегодня и в клуб, как все люди, пошел.

Ко мне заглянул Ленька. Сегодня он стал играть себе, грустное, тягучее. На меня глаз не поднимал, очень стеснялся. Я только видел, как шевелились у него ресницы, ходили взад-вперед плечи и побелели от напряжения пальцы. Ленька играл, а сам мучился: то ли не нравилось ему, то ли хотелось еще лучше сыграть. И от этой муки мне становилось плохо, я не смотрел на его лоб, который сжали две быстрые живучие морщинки.

- Ты давно музыку сочиняешь?

- Давно, а это сегодня выдумал, когда Зорьку пас...

- Почему грустное выходит?

- Ну да?

Гармошка вздрогнула, раскололась на тысячу звуков, и звуки эти взяли в долгий и сладкий плен, и я услышал шум весеннего леса, говор первых ручьев и гул поезда, с которым приехала Галя.

Но песня – "Во поле березонька стояла", - с какой он начал, была только запевом, звуки внезапно вырвались, вышли на волю и зажили по-своему, как хотел Ленька. Щеки его побледнели, глаза закрылись, но ресницы опять вздрагивали и колебались в такт звукам, дышал он часто, неровно, и далеко выступала из рубашки худая шея.

Звуки опали, почти обессилели, и в них жила теперь тишина, которая сильней грома.

Глаза Ленькины глядят виновато:

- Не нравится?

- Я люблю тебя, Ленька...

Он покраснел, и я тоже.

Утром он опять увел Зорьку и захватил гармошку. Уходил Ленька веселый, в серой клетчатой кепке, смущался этой кепки и моего взгляда приветливого. Зорька косилась на меня черными мутными глазами и двигалась за Ленькой тяжело, вперевалку, задние ноги еле поднимались и не хотели шагать. После дождя вставало утро росное, туманное, и с полей прилетели запахи меда, горького чебреца. Ленькина спина и Зорька растаяли в тумане.

Прибежал Ленька в обед взмокший, гармошка на одном ремне тащится.

- Потерял Зорьку... Найти не могу...

Такую беду видишь нечасто. Сидел Ленька в траве, гармошка в коленях, музыку сочинял. Хорошая получалась музыка, и он забыл обо всем на свете. А Зорька забралась в лощину, клевер языком стрижет. Чем дальше – все больше клеверу, трава гуще. И потерялась в траве, пропала. Да Ленька-то здесь причем?.. Но отец этого понять не мог. Он пригрозил:

- Зорьку не найдешь – изувечу...

Зорьку в тот вечер не нашли.

Ленькин отец напился, бродил по двору, пинал наколотые утром дрова. Ленька прятался у меня. Отец звал его, грозился, приваливался лбом к поленнице и ревел пьяными слезами о Зорьке. Подвывала ему и мать Леньки. Зорьку называли голубушкой, кормилицей, ягодкой. Ленька оцепенел. Потом отец стал опять кружить по ограде, за­глядывать во все углы и кричать:

- Изувечу, изувечу!!!

Я сидел с Ленькой в горнице и все слышал. Отец не унимался. На глаза ему попала гармошка, забытая Ленькой на крыльце. Он сгреб ее в беремя, подтащил к колодцу и бросил вниз. Ленька застонал, бросился от окна к дивану, сжал кулаки. Я тоже сделался ни жив ни мертв. Отец матерился, грозил нам пальцем и точно гвоздь в сердце забил.

- Зачем жить теперь?

Ленька не разговаривал больше. Глаза стали чужие, плечи упали вниз.

- Ничего... Мы найдем Зорьку. Все равно найдем.

Под окном орал отец, крушил поленницу.

Зорьку привели утром. Погнал Степан Чумокин пасти лошадей за Тобол, смотрит - в кустах корова стоит и пегого теленочка облизывает. Тому от роду часа три. Признал Степан, чья корова, и весть подал. За теленочком послали подводу.

Отец встретил Зорьку опять пьяными слезами, облапил ее за шею. Еле оттащили горемычного, увели досыпать. А я поехал в город. Передо мной стояли виноватые глаза, всю ночь он мне снился, маленький музыкант. Сидит у меня на завалинке, клянчит:

- Подари мне сизаря... Хоть одного подари...

Только забывался, начинал о другом думать, Ленька опять передо мной поднимался, в глаза смотрел, клянчил:

- Подари мне сизаря... Ну хоть одного...

И не мог я его никак с глаз сбыть.

В городе в первом же магазине я купил новую гармошку и синий футляр для нее. Все это я привез Леньке. Он не ожидал, растерялся.

- Что ты!.. Лучше оставь себе...

- Бери, Ленька, играй... Бери навсегда...

- Как расплачусь-то?

- Вот горе выдумал. Всю жизнь будешь расплачиваться... песнями... Играй!

Ленька взял гармошку, положил в колени, обтер рукавом. Подышал на нее и снова обтер всю до синего блеска.

- Как это ты додумался?.. Поди, дорого, а?

В то лето я был с ним самый счастливый. Ленька играл, а я слу­шал. Всю бы жизнь мог слушать и еще дольше. Пришли в гости к нам все песни - и веселые, и грустные, но все они жили по-своему, как хотел Ленька. А он хотел, чтоб у меня все время на душе было весело, чтоб быстрей ко мне приехала Галя из Москвы, чтоб чаще письма присылал с далеких Саян Гриша Лобода, чтоб жизнь моя была очень хорошая. И в каждый вечер бродил по седым мглистым сопкам, плавал по синему морю, водил хороводы с березой, слушал стук поезда, на котором ехала Галя.

Однажды ко мне явился его отец. Посреди избы расселся, угрю­мый, небритый; дым в глазах.

- Неужели из Леньки музыкант выйдет?

Я вспыхнул, злость на неге еще не прошла, и я бросил в сердцах:

- Такой сын бы другому!..

- Э-э, парень, ты мне в рот с оглоблей не лезь. Я по-доброму, а ты окрысился?

Я пожалел, что не сдержался. Ему стало неловко, а взгляд был тихий и с укоризной.

- Понятно. Поговорили... - И он попятился спиной из избы, подмигивая мне левым красным глазом. На другой день на улице снова остановил:

- Скажи, голуби просо клюют?.. Хочу табун, как у тебя, раз­вести. Сейчас ведь не пью... Не веришь? Ни грамма - отсек. Леньку хочу поднимать, в музыкальную школу отправлю. А ты не врешь, что из него артист выйдет?

- Выйдет!

- Ой, артист...- И зашагал к своим воротам.

Через неделю я встретил Галю. Привез ее тот самый поезд, о ко­тором играл Ленька. Я был такой счастливый, что не мог заснуть но­чами. Свадьбу мы справили в деревне. Ленька играл для гостей и "Полонез" Огинского, и все свои чудесные песни. А гости не могли отличить, где Ленькина музыка, а где музыка, которую написали великие люди. И у Леньки опять побледнели щеки, а глаза сияли, потому что у нас с Галей все так замечательно кончилось. Напротив меня сидел за столом его отец в дорогом сером костюме, белый во­ротник рубахи поверх пиджака. Сидел он тихо, смотрел на сына гордо. Я видел даже, что Ленька ему улыбнулся.

А потом Ленька заиграл мой любимый вальс "На сопках Маньчжурии", и все пошли танцевать. Места в комнате было мало, потому сделалось суматошно и весело, пары сталкивались, извинялись, опять кружились все быстрее, от платьев поднялся ветер, и лампочка под потолком раскачивалась, и свет метался по лицам. Вот кончила музыка. Но никто не пошел к столу, и Ленька заиграл снова. Звуки вышли тихие, но вот бросились, разогнались – и вдруг ударила дробь, оглушила. Пошли плясать. Смех, визг. Вытащили в круг меня с Галей. Я плясать не умел, но все равно топтался, а Галей залюбовались, даже притихли. Ленькин отец косился на нее одним глазом и качал головой. Гармошка запнулась, и я позвал всех к столу. Подняли тост за дорогих гостей, за всю их родню. Выпили, закусили и опять выпили. Только Ленькин отец наливал себе квас – к вину не притрагивался, держал характер. Ленька заиграл про белые березы. Про то, что когда-то прошла война на земле и с тех пор не могут заснуть березы. И все подпевали Ленькиной игре и пели широко, стройными просторными голосами. И когда кончилась песня, все обрадовались, что спели ее чисто, по-русски просто и дружно. А потом выпили за Ленькины песни, за его счастье. А счастье его было в му­зыкальной школе, куда он уезжал на днях.

Отец Леньки заплакал и сказал о сыне:

- Золото мое...

Он сказал тихо, но все услышали за столом. Покраснел Ленька, выжал из клавиш что-то веселое, решительное. И мы пошли за ним следом. А Ленька играл еще, и плечи у неги распрямились, в глазах вспыхнул решительный огонек, и стал Ленька сразу походить на большого взрослого человека. А потом пришло утро, но мы не заме­тили как взошло солнце.

Лев Толстой

**Пора опомниться**



*Художественные произведения великого русского писа­теля Л. Н. Толстого широко известны в нашей стране. Но немногим знакомо его публицистическое наследие, где Толстой выступал как горячий сторонник и пропагандист трезвого образа жизни. Его статьи о воздержании "К молодым людям", "Праздник просвещения 12-го января", "Обращение к людям-братьям", "Для чего люди "одурманиваются?" и другие своей неумолимой логикой, страстным обличением человеческих пороков, идущей из глубины души уверенностью в правоте невольно застав­ляют каждого пристальнее всмотреться и задуматься над своим образом жизни.*

*Представляем одну из статей, написанную более 100 лет назад, но не утратившую своей злободневности.*

Вино губит телесное здо­ровье людей, губит умствен­ные способности, губит бла­госостояние семей и, что всего ужаснее, - губит душу людей и их потомство, и, несмотря на это, с каждым годом все больше и больше распространяется употребле­ние спиртных напитков и происходящее от него пьянст­во.

Заразная болезнь захваты­вает все больше и больше людей: пьют уже женщины, девушки, дети. И взрослые не только не мешают этому отравлению, но, сами пья­ные, поощряют их. И бога­тым и бедным представляет­ся, что веселым нельзя ина­че быть как пьяным или по­лупьяным; представляется, что при всяком важном слу­чае жизни: похоронах, свадь­бе, крестинах, разлуке, сви­дании, самое лучшее средст­во показать свое горе или радость состоит в том, чтобы одурманиться и, лишившись человеческого образа, упо­добиться животному.

И что удивительнее всего, это - то, что люди гибнут от пьянства и губят других, сами не зная, зачем они это делают. В самом деле, если каждый спросит себя, для чего люди пьют, он никак не найдет никакого ответа.

Сказать, что вино вкусно, нельзя, потому что каждый знает, что вино и пиво, ес­ли они не подслащены, ка­жутся неприятными для тех, кто их пьет первый раз. К вину приучаются как к дру­гому яду - табаку, понемно­гу, и нравится вино только после того, как человек при­выкнет к тому опьянению, которое оно производит.

Сказать, что вино полез­но для здоровья, тоже никак нельзя теперь, когда многие доктора, занимаясь этим делом, признали, что ни вод­ка, ни вино, ни пиво не мо­гут быть здоровы, потому что питательности в них нет, а есть только яд, который вреден.

Сказать, что вино прибав­ляет силы, тоже нельзя, по­тому что не раз и не два, а сотни раз было замечено, что артель пьющая, во столько же людей, как и ар­тель непьющая, сработает много меньше. И на сотнях и тысячах людей можно за­метить, что люди, пьющие одну воду, сильнее и здоро­вее тех, которые пьют вино.

Говорят тоже, что вино греет, но и это неправда, и всякий знает, что выпивший человек согревается только накоротко, а после скорее застынет, чем непьющий.

Сказать, что если выпить на похоронах, на крестинах, на свадьбах, при свиданиях, при разлуках, при покупке, продаже, то лучше обдума­ешь то дело, для которого собрались - тоже никак нельзя, потому что при всех таких случаях нужно не оду­реть от вина, а со свежей го­ловой обсудить дело.

Чем важнее случай, то трезвее, а не пьянее надо быть.

Нельзя сказать и того, чтобы вредно было бросить вино и тому, кто привык к нему, потому что мы каждый день видим, как пьющие лю­ди попадают в острог и жи­вут там без вина и только здоровеют.

Нельзя сказать и того, чтобы от вина больше весе­лья было. Правда, что от вина накоротко люди как будто и согреваются и раз­веселяются, но и то и дру­гое ненадолго. И как сог­реется человек от вина и еще пуще озябнет, так и развеселится от вина чело­век и еще пуще делается ску­чен. Только стоит зайти в трактир да посидеть, посмот­реть на драку, крик, слезы, чтобы понять то, что не веселит вино человека.

Нельзя сказать и того, чтобы не вредно было пьян­ство. Про вред его телу и душе всякий знает.

И что же? И не вкусно вино, и не питает, и не крепит, и не греет, и не помогает в делах, и вредно телу и ду­ше - и все-таки столько людей его пьют, и что дальше, то больше. Зачем же лю­ди пьют и губят себя и других людей?

"Все пьют и угощают, нельзя же и мне не пить и не угощать", - отвечают на это многие, и живя среди пьяных, эти люди точно во­ображают, что все кругом пьют и угощают. Но ведь это неправда. Если человек вор, то он и будет водиться с ворами, и будет ему ка­заться, что все воры. Но стоит ему бросить воровство, и станет он водиться с чест­ными людьми и увидит, что не все воры.

То же и с пьянством.

Не все пьют и угощают. Если бы все пили и угоща­ли, то жизнь сделалась бы адом, но этого не может быть, потому что среди заб­лудших людей всегда были и теперь есть много разум­ных; и всегда были и теперь есть много и много миллио­нов людей непьющих и по­нимающих, что пить или не пить - дело не шуточное. Если сцепились рука с рукой люди пьющие и наступают на других людей и хотят споить весь мир, то пора и людям разумным понять, что им надо схватиться рука с рукой и бороться со злом, чтобы и их детей не споили заблудшие люди.

Пора опомниться!

1889 г.

**Система алкогольного геноцида народов**

|  |  |
| --- | --- |
| К-во потребляемого алкоголя на душу населения | Результат |
| до 8 л. | Возникновение предрасположенностей к уничтожению народов. |
| 8 л. | Наступает необратимое изменение генофонда народов. |
| 9-10 л. | Рождается вирус гибели государства |
| 11-20 л. | Развивается духовно-нравственный коллапс общества |
| 21-30 л. | Развивается алкоментальный коллапс: массовая дебилизация общества |
| 31-40 л. | Развивается алкопсихический коллапс: общественная мутация жизни. |
| 41-50 л. | Развивается алкоэкономический и алкосоциальный коллапс: ускоренная реакция вырождения народа. |
| Больше 50 л. | Наступает алкоапокалипсис: полная гибель нации. |

Составлено по материалам ВОЗ и исследованиям академика Б.И. Искакова.

**Литература:**

Абрамов Д.А. Заповеди трезвости. - Ижевск: Удмуртия, 1988. - 96 с.

Алощенко Н.М. Примерный учебный план и программа для народных университетов культуры по курсу "Культура и трезвый образ жизни". - М.: ЦС ВДОБТ. 1987. – 31 с.

Алкоголь и другие наркотические средства. – Н. Новгород, 1994. – 130 с.

Анучин В.В. Аннотированная тематика лекций по антиалкогольной пропаганде. - М.: Знание, 1984. - 64 с.

Антиалкогольное воспитание в семье / Под ред. Д.В. Колесова. - М.: Педагогика, 1990. - 88 с.

Антиалкогольное воспитание учащихся средних учебных заведений - М.: ЦС Пед. общества РСФСР, 1987. - 62 с.

Антиалкогольное просвещение. Учебное пособие. - М.: Рос. гос. унив.

Апостол народной трезвости. - Куйбышев-Самара, 1990. - 33 с.

Афанасьев А.Л. Трезвость - настоятельное требование социалистического образа жизни. – Томск: ОК ВЛКСМ, 1986. – 17 С.

Афанасьев А.Л. В. И. Ленин и борьба за трезвость. - Томск: ТИАСУР, 1987. - 24 с.

Батраков Б. Сборник № 2 - Абакан, 1999. - 38 с.

Бенюмов В.М., Костенко O.Р., Флоренсова К.М. Вред алкоголя, никотина и наркотиков: Пособие для учителя. – К.: Рад. шк., 1989. - 125 с.

Берштейн В.М. Можем и должны! - Петрозаводск: Карелия, 1986. - 78 с.

Бестужев-Лада И.В. Ступени к семейному счастью. - М.: Мысль, 1988. - 301 с.

Гринченко В.И. Плюсы и минусы употребления алкоголя. – М.-Воткинск, 2000. – 255 с.

Маюров А.Н. Методологические основы собриологии. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Вып. 3. – Н. Новгород: МУ; МНАТ; ИСБВ и др., 1997 – с. 33-38.

Маюров А.Н. Международные фонды / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Вып. 3. – Н. Новгород: МУ, ИСБВ, МНАТ и др., 1997 – с. 61-63.

Маюров А.Н. Перечень периодических изданий о производстве и реализации ал­коголя, о пьянстве и алкоголизме, о мерах по утверждению трез­вого и здорового образа жизни (1703-1917 гг.). / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Вып. 3. – Н. Новгород: МУ, ИСБВ и др., 1997 – с. 64-66.

Маюров А.Н. Статистика алкогольно-наркотического геноцида. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. – Н. Новгород - Алушта, 1997. - с. 52-53.

Маюров А.Н. Методы трезвеннического воспитания в собриологии. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Вып. 5. – Н. Новгород: МУ, IVES и др., 1998 – с. 20-26.

Маюров А.Н. .Неделя пропаганды знаний о трезвом образе жизни и действий по его утверждению. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Тезисы докладов. Вып. 2. - Новгород: МУ; ИСБВ и др. 1996 - с. 17-20.

Маюров А.Н. Перечень периодических изданий по формированию трезвого и здорового образа жизни. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Тезисы докладов. Вып. 2 - Новгород: МУ; ИСБВ и др. 1996 - с. 33-35.

Маюров А.Н. Периодические издания, посвященные проблеме здорового образа жизни. / Педагоги за здоровый образ жизни: Материалы областного смотра-конкурса - Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр. - 1996. - с. 68-71.

Маюров А.Н. К сравнительному анализу борьбы с наркоманией в России и США. / Материалы II Международной научно-практической конференции "Алкоголизм и наркомания в Евро-Арктическом Баренц-регионе". - Архангельск: Изд-во AГМA, 1996, с. 35-40.

Маюров А.Н. Педагогические основы формирования трезвого образа жизни школьников. / Социальная профилактика и реабилитация молодежи с девиантным поведением: Сборник материалов международной научно-практической конференции. - Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 1996, с. 52-60.

Подари мне сизаря: Повести и рассказы. – М.: Мол. гвардия, 1986, с. 342-349.

## Глава 3

## Противостояние наркотизму в зарубежном мире

|  |  |
| --- | --- |
| **На этом уроке ты:**   * убеждаешься в том, что в подавляющем большинстве земляне ведут трезвый образ жизни, и лишь третья часть населения Земли самоотравляет себя табаком, алкоголем и другими наркотиками; * задумываешься о смысле пьяной и трезвой жизни; * выбираешь наиболее приемлемый путь в развитии культуры здоровья.   **Основные понятия темы:**   * алкогольный климат; * алкоголизм; * антиалкогольная политика; * антиалкогольное воспитание; * веритизм; * веритист; * трезвенничество; * трезвенность; * трезвенные убеждения; * трезвость; * трезвый образ жизни.   **АЛКОГОЛЬНЫЙ КЛИМАТ** - обстановка взаимной терпимости, сочувствия и поддержки в группах потребителей алкоголя.  **АМОРАЛИЗМ** - (от греч. α - начальная часть слова со значением отрицания и лат. moralis - нравственный) - безразличие к требованиям мо­рали и общепринятым нормам поведения в обществе.  **АНТИАЛКОГОЛЬНАЯ ПОЛИТИКА** - сфера деятельности общества, связанная с ликвидацией пьянства и алкоголизма и формированием здорового образа жизни.  **АНТИАЛКОГОЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ** - воспитание в детях с раннего возраста антиалкогольной уста­новки, формирование отвращения к спиртным изделиям, уважения к трезвости.  **ВЕРИТИЗМ** (лат. veritas – истина, правда, правдивость) идео­логическое направление, занимающееся поиском и распространением истинного, достоверного.  **ВЕРИТИСТ** - носитель и пропагандист научных истин и достоверных сведений,  **ТРЕЗВЕННИЧЕСТВО** (от лат. temperantia - воз­держание), раньше - Движение трезвенничества. Слово использовалось для обозначения полного воздержания.  **ТРЕЗВЕННОСТЬ** -мировоззрение, которое не признает оправданным употребление опьяняю­щих веществ в любых дозах и по любым пово­дам.  **ТРЕЗВЕННЫЕ УБЕЖДЕНИЯ** - основанная на на­учных трезвенных знаниях и личном опыте уверенность в несостоятельности алкогольного поведения и в объективной социальной необхо­димости осознанного полного воздержания лю­дей от употребления алкоголя и активного участия в антиалкогольной деятельности.  **ТРЕЗВОСТЬ** - 1) противоположное опьянению состояние, когда в крови человека не содержат­ся вещества и препараты, вызывающие его; 2) нормальная, безалкогольная жизнь отдель­ного человека, группы людей, общества или народа.  **ТРЕЗВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ** – реально практикуемые нормы, правила и стереотипы поведения людей, способы их повседневной деятельности, характеризующиеся полным воздержанием от потребления алкоголя и других наркотических веществ и активным участием в преодолении наркотических предрассудков, трезвенных пред­убеждений, алкогольных обычаев, эпизодиче­ских выпивок.  **Пометки на полях**  Алкоголь, никотин как и всякий наркотик окружим атмосферой всеобщего презрения, негодования!  *Я. К. Кокушкин.*  Кокушкин Яков Карпович (1892-1984) – русский общественный деятель.  Совершенно недопустимым считаю для себя алкоголь и курение.  *Мирей Матьё.*  Матьё, Мирей (р. 1946) – французская эстрадная певица.  Дело борьбы с исконным злом Руси – пьянством..., конечно, дело почтенное.  *Г. Распутин.*  Распутин (Новых) Григорий Ефимович (1864 или 1865, по др. данным, 1872-1916) – целитель и прорицатель, приближенный императора Николая II.  Алкоголь затуманивает сознание и дает волю инстинкту, низводя человека к скотскому состоянию. Я считаю исключительно важной миссией школы утвердить в юной душе презрение к этой мерзости.  В.А.Сухомлинский  Сухомлинский Василий Александрович (1918-1970) – русский педагог, Герой Социалистического Труда | Среди социальных пороков вызывающих в настоящее время особое внимание человечества самыми массовыми, без сомне­ния, являются пьянство и алкоголизм. Их влияние так или иначе сказывается на всех сферах жизнедеятельности человека, затрагивает интересы всех социальных групп - всего общественного организма. В кризисные моменты развития общества сила воз­действия пьянства и алкоголизма значительно возрастает, что, в свою очередь, стимулирует развитие других деструктивных явле­ний и процессов.  По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), во многих государствах в последние годы смертность от алкоголизма резко возросла и уступает только смертности от сердечно-­сосудистых заболеваний и рака. При мировом уровне потребле­ния алкоголя на душу населения равном 6 литрам абсолютного алкоголя, алкогольные изделия являются причиной смерти 6,3% людей, умирающих в год. Употребление алкоголя сокращает среднюю продолжительность жизни человека на 15-20 лет. Не­смотря на это, потребление алкоголя во всем мире, в том числе и в России, из года в год растет.  Расширению масштабов пьянства и алкоголизма способствует непрерывный рост производства отечественных и ввоз зарубежных алкогольных изделий. По данным МВД России, в стране действует около сотни преступных группи­ровок, "специализирующихся" в сфере незаконного производства и торговли спиртным. Их ежемесячный доход превышает 1 млрд. руб.  Трезвость и алкоголизм - это социальная норма и социальная патология. Чтобы укрепить первое и успешно бороться со вторым, необходимо последовательно и поэтапно развивать антиалко­гольное законодательство. Оно - неотъемлемый элемент общест­венного управления, одно из средств ориентации поведения лич­ности или социальной группы на образ жизни, свободный от алкоголя и других наркотиков.  Учеными и практиками Новых Независимых Государств сломано немало копий во­круг эффективности моделей решения проблем наркотизма. Условно в мире можно выделить шесть концептуальных подходов к алко-нарко-проблеме.  **Китайская модель.** Практически решен вопрос с нелегальными наркотиками. За торговлю ими предусмотрена смертная казнь (расстрел) в публичном месте, при большом стечении народа (стадион, площадь и т. п.). Так же публично сжигается и изъятый наркотик. Алкоголь практически не потребляется. За прошедший год на каждого жителя Китая приходится по 2 л алкоголя (сравните, в России от 20 до 25 литров). В Китае до сих пор есть проблемы с табакокурением. Этот вопрос они планируют решить в I десятилетии XXI века.  **Арабская модель.** Потребление алкоголя, табака и других наркотиков в исламских государствах запрещено Кораном. За торговлю алкоголем предусмотрены жесткие меры, вплоть до смертной казни. За торговлю героином, марихуаной, ЛСД, кокаином и другими нелегальными наркотиками только смертная казнь. За курение табака предусмотрены меры наказания плетьми или ударами палок по пяткам. Отсюда, алко-нарко-проблем в арабском мире практически не существует, за исключением Афганистана.  **Американская модель.** Влияние на алко-наркотическую ситуацию с помощью ог­ромного затратного финансового механизма. Имеются некоторые успехи в решении вопро­сов с табакокурением. Пропагандируется здоровый образ жизни в ряде штатов (Юта, Мэн и др.).  Ответственным органом за борьбу с наркотиками в США является "Администрация по борьбе с наркотиками" ДЕА, которая, в качестве структурного подразделения, входит в состав Министерства Юстиции США. ДЕА является федеральной службой и насчитывает 5,5 тыс. сотрудников (агентов), 4,5 тыс. из которых распределены по всем штатам и округам, а 1 тыс. агентов является офицерами связи ДЕА при посольствах США в подавляющем боль­шинстве стран мира.  Администрация по наркотикам имеет собственный информационный центр, располо­женный в штате Колорадо на границе с Нью-Мексико. Поступающая от него информация анализируется разведывательным подразделением ДЕА, которое составляет стратегические и тактические прогнозы наркотической ситуации в стране, каналах транспортировки наркоти­ков и способов отмывания наркоденег.  Техническая вооруженность подразделений но борьбе с наркотиками очень высокая. Для примера следует осветить лишь одну грань: так, в собственности ДЕА имеется 50 само­летов, 65 вертолетов, 5 подводных лодок. Для контроля за поставками партий химических компонентов или наркотиков ДЕА устанавливает маломощные радиомаяки и дает задание НАСА на слежение за ними. НАСА путем картографирования различных участков Земного шара представляет информацию о местонахождении радиомаяка с точностью до 100 кв. м.  ДЕА, так же как и ФБР, выполняет весь комплекс оперативно-розыскных мероприятий, в том числе наружные наблюдения и контроль телефонных переговоров самостоятельно, т. е. своими силами, с помо­щью своей же оперативной техники. За счет чего резко повышается уровень отдачи от про­водимых мероприятий.  Проблемой наркомании нанимаются не только ДЕА, но и правоохранительные орга­ны, т. е. полицейские департаменты на уровне штата, города, округа, т. е. местная полиция. Дня решения этой проблемы свои усилия они нацеливают на выявление и разоблачение наркоманов и различных распространителей наркотиков.  В США широкое распространение получили подпольные лаборатории по изготовле­нию синтетических наркотиков и галлюциногенов. Они бывают от простейших до высокотех­нологичных. Ежегодно разоблачается от 2 до 3 тыс. подпольных лабораторий. Работа по их выявлению и ликвидации является самой опасной. По той причине, что на 90-95% подходы к лабораториям и само оборудование заминировано. И, несмотря на высокий уровень профес­сиональной подготовки агентов ДЕА, занимающихся данным направлением работы, от 2 до 10 подпольных лабораторий ежегодно взрываются при их захвате. Администрацией уделяет­ся серьезное внимание по обеспечению как глубокой разведки самих лабораторий при их ра­зоблачении, так и обеспечению средствами надежной индивидуальной защиты личного со­става.  На вооружении каждого дивизиона Администрации по наркотикам имеется специаль­ный автомобиль, в комплекте со специальным оборудованием. На ликвидацию одной под­польной лаборатории, уничтожения готового продукта, химических компонентов и исполь­зуемого оборудования - ДЕА затрачивает от 300 тыс. до 1,5 млн. долларов США.  Интерес представляет закон США, положение которого определяют приоритетное право правоохранительному органу обеспечившему арест активов (денег) и недвижимости, приобретенной на средства, полученные от преступной деятельности. Применительно к нашему направлению - от наркобизнеса. Основанием для получения конфискованных средств является представление обоснованной программы, на решение каких вопросов планируется их расходование. Настоящий закон создает законодательную базу для внебюджетного фи­нансирования деятельности правоохранительных органов. Его размеры в отдельные годы превышают объемы бюджетного финансирования.  Администрация по борьбе с наркотиками ведет не только активную наступательную работу по перекрытию каналов поступления наркотиков и незаконный оборот, ликвидации подпольных лабораторий, но и организует общую и индивидуальную профилактику нарко­мании, особенно среди детей и подростков, которая на их языке звучит как "Программа но уменьшению спроса на наркотики".  В связи с тем, что молодежь имеет проблемы с нарушением законов, усилия правоох­ранительных органов по реализации профилактических программ, не достигают желаемого положительного результата. Поэтому органы полиции реализуют профилактическую функ­цию через посредников: общественные организации, студенческие советы и армию. Прово­дят с ними занятия по особенностям профилактической работы с различными слоями насе­ления.  Общественность, привлекаемая для реализации профилактических программ, работает как на безвозмездной, так и на платной основе. Такая деятельность финансируется, как пра­вило, за счет конфискованных средств, либо пожертвований.  В то же время, проблема героина, ЛСД, кокаина не решена. Более того, под патрона­жем Сороса в трех штатах (на западе США) даны послабления марихуане. Алкогольный во­прос в стране практически не решен. Огромные деньги, отпускаемые правительством США на профилактику и предотвращение незаконного оборота наркотиков, используются неэффективно, а иногда и вовсе нерационально.  Трезвенное движение развито в виде анонимных алкоголиков и анонимных наркоманов.  **Нидерландская модель.** Имеются послабления в отношении марихуаны, которую можно приобрести в так называемых наркокофейнях. Во многих странах мира развит наркотуризм - наркоманы едут в Нидерланды из России, Украины, Бельгии, Германии, Франции и других государств, чтобы "отвести душу" в наркодурмане. В наркологии Нидерландов ши­роко развита заместительная терапия - применение метадона. Трезвенное движение имеется, но развито слабо. Алко-нарко-проблема в целом не решена.  **Скандинавская модель.** К ней мы относим действия против алкоголя, табака и других наркотиков, применяемые в Исландии, Швеции и Норвегии. Здесь осуществляется комплексный и системный подход в деле воспитания здорового и трезвого поколения. В этих странах нельзя стать министром, педагогом или медиком (по закону), если ты потребляешь алкоголь, табак или какие-то другие наркотики. Сильно развито трезвенное движение. Социал-демократические правительства стран в своих действиях применяют систему пресса против любых наркотиков. В своей политике и действиях они гармонично воздействуют на систему антинаркоти­ческого законодательства и стимулируют общественные движения. К примеру, в этих стра­нах развито молодежное трезвенное движение, движение за здоровый и трезвый образ жизни среди представителей разных профессий (Учителя-трезвенники Швеции, Водители-трезвенники Норвегия, Машинисты электропоездов-трезвенники и т. п.).  Назовем несколько организаций Швеции, выступающих за трезвение нации: Нацио­нальная Федерация Трезвости в Швеции; Альянс Шведских Ассоциаций Трезвости; Совет Трезвости Христианских Церквей; Ассоциация Противников Опьяняющих Изделий; Швед­ский Филиал IOGT; Лига Юниоров IOGT; Ассоциация Железнодорожников-Трезвенников; Ассоциация Водителей-Трезвенников; Лига Молодежи Водителей-Трезвенников; Ассоциа­ция Скаутов в движении за трезвость; Ассоциация занятий спортом на свежем воздухе; Ака­демическая Ассоциация Трезвости; Ассоциация Синяя Лента; Лига Молодежи Синяя Лента; Ассоциация Трезвости для Шведских Учителей; Ассоциация Трезвенников Среди Шведских Полицейских; Ассоциация Трезвости Молодежи; Белая Лента (Женская Христианская Лига Трезвости); Церковь Комитета Милосердия и Социальной надежности; Церковь Шведской Молодежи; Ассоциация Мирян в Шведской Церкви; Шведская Благопристойная Церковь; Шведская Благопристойная Молодежная Церковь; Шведская Евангелическая Миссия (SEM) и SEM для молодежи; Шведская Баптистская Церковь; Молодежная Лига Баптистской Церк­ви; Церковь Методистов в Швеции; Ассоциация Молодежи Церкви Методистов; Армия Спа­сения; Молодежное Движение Армии Спасения; Церковная Миссия Шведского Альянса; Церковная Миссия Шведского Альянса для молодежи; Шведская Армия Спасения; VWCA/VМСА Ассоциация Скаутов; Örebro Баптистская Церковь, Örebro Баптистская Цер­ковь для молодежи; Священная Миссия; Священная Миссия молодежи; Свободная Баптист­ская Церковь; Ansgar - Комитет.  Примерно такая же картина в общественном движении за трезвость в Норвегии. Здесь действуют активно: Национальный Совет Ассоциаций Трезвости Норвегии; Синий Крест в Норвегии; Молодежный Синий Крест; Норвежские Ряды Здоровых Тамплиеров; Белая Лета (Женская Христианская Лига Трезвости); Норвежская Ассоциация Абсолютных Трезвенни­ков; Абсолютные Трезвенники (Молодежь); Ассоциация Противников Опьяняющих Изде­лий; Лига Юниоров в IOGT в Норвегии; Ассоциация Водителей-Трезвенников, Лига Моло­дежи Водителей-Трезвенников; Ассоциация Молодежи Норвежских Здоровых Тамплиеров; Норвежская Гранд-Ложа IOGT; Норвежская Ассоциация Трезвенников, Норвежская Ассо­циация Железнодорожников-Трезвенников; Ассоциация Трезвенников среди норвежские учителей; Ассоциация Трезвенников среди норвежских священников; Национальный Альянс ресторанов, отелей и общественных мест, обслуживающих только безалкогольными напит­ками; Совет Трезвости Христианских Церквей. Совет имеет 33 членские организации, среди которых Норвежская Лютеранская церковь, большинство неангликанских церквей и многие Христианские организации.  Сегодня все образование и здравоохранение в Норвегии и Швеции бесплатны. Тюрь­мы пусты, то есть нет клиентуры. Алкоголь и табак продают очень редко - имеется по одно­му специализированному магазину на область (округ). Причем, все "зелье" дороже россий­ского алкоголя и табака в 50-100 раз.  **Евразийская модель.** Ее исповедуют в России, Украине, Белоруссии, Казахстане и ряде других стран СНГ. Рекламируется пиво, вино, водка и сигареты. Запрещены марихуана, ЛСД, кокаин, экстази, героин. Население стран сильно наркотизируется и самоуничтожается. Смертность превышает рождаемость. Законы, Указы и постановления выходят в качестве деклараций. Во многом правит алко- и наркомафия. Деньги на борьбу с наркоманией и наркобизнесом практически не выделяются. Алкоголя на .душу населения потребляется от 20 до 25 литров в год. В ряды Вооруженных сил не допускается до 30% призывников, привержен­ных к нелегальным наркотикам. Идут процессы омоложения, оженствевания и криминализации пьянства, алкоголизма, наркомании и токсикоманий.  Таким образом, у нас есть выбор. По какому пути развития идти? Нам кажется, что лучшее следует брать у всех. Во-первых, собственный недавний положительный опыт 80-х годов, во-вторых, современная практика оптимализации жизни в Саха (Якутия), в-третьих, подходы к ограничению потребления алкоголя и других наркотиков в Китае, в-четвертых, массовые трезвенные движения в странах Скандинавии, в-пятых, хорошее финансирование оздоровительных и антинаркотических акций в Америке. Все это пойдет только на пользу. В целом же, как северной стране (России) больше всего подходит опыт Швеции и Норвегии. Его только нужно поглубже изучить и адаптировать в России. Думается, что и другие страны СНГ от этого опыта не будут отказываться и перестанут сбивать макушки чертополоха, приступая к выкорчевке проблемы наркомании как таковой. |

**Информация для учителя:**

Подростки очень обеспокоены настоящим. Молодые люди, которые употребляют алкоголь и другие наркотики, обычно ищут быстротечных острых ощущений, ухода от проблем, признания со стороны сверстников или легких денег. Все это имеет гораздо более важное значение, чем будущее и пагубные последствия употребления наркоти­ков. В этом уроке предпринимается попытка привить чувство уважения к себе, а также обеспечить направление развития, помогая учащимся вспомнить об эпизодах успе­хах в их жизни и наметить то, чего бы им хотелось достичь в будущем, и таким образом употребление алкоголя и нар­котиков может помешать добиться поставленных целей. Причем делать это нужно в разрезе различных стран мира.

Нарисуйте шкалу времени на доске и пусть учащиеся перерисуют ее на листок бумаги. Озаглавьте конечную точку с левой стороны "Рождение", а конечную точку с правой стороны, заканчивающуюся стрелкой - "Буду­щее". Разделите шкалу времени на отрезки, в соответствии с периодами жизни (например: Младенчество, Раннее Детство, Детство, Отрочество, Ранняя Молодость, Зре­лость, Средний Возраст, Старость).

Объясните, что жизнь каждого человека это, как сама история: наполненная приземленными повседневными событиями, в которые вкраплены чрезвычайные события, меняющие все течение нашей жизни. Примеры таких собы­тий: ребенок научился ходить и говорить, пошел в школу, научился читать, стал победителем в соревновании, овла­дел новым видом спорта, окончил среднюю школу, устро­ился на хорошую работу, обзавелся семьей и т. д.

Попросите учащихся отметить на шкале времени важные события, которые произо­шли в их жизни. Затем, попросите их запол­нить оставшуюся часть шкалы конкретными целями, которые они хотели бы достичь. Пригласите кого-нибудь из учащихся к классной доске изобразить свою шкалу времени.

Обсудите некоторые образцы линий времени и те усилия, которые предполагается потратить на достижение целей, которые наметил ученик. Подчеркните значение взгляда на жизнь как на что-то такое, в котором выполненные задачи создают фундамент для будущих свершений. А трезвость и будущее – понятия взаимосвязанные. Без трезвости не будет будущего ни у какого народа на Земле, ни у одного человека.

**Дополнительная информация**

В **США** сегодня издается 20 журналов антинаркотического содержания. К 1989 году в 41 штате в начальных училищах, в средних и Высших школах обязательными являлись уроки трезвости. (Уроки антиалкоголизма введены в Канаде, Англии, Швеции, Норвегии, Голландии, Бельгии, Франции.) Антинаркотическое воспитание в США предусматривается с детского сада и продолжается в течение всех 12-ти лет обучения в школе. Кроме этого, закон запрещает подросткам возить, носить и просто держать в руках любые емкости со спиртным. Штраф 500 долларов. На всю Америку прогремела Сара Гор, дочь бывшего вице-президента А. Гора, которую наказали, заметив с бутылкой пива в руке. Взрослый человек, даже если просто передаст подростку бутылку пива, должен быть оштрафован в первый раз на 100 долларов, за каждый последующий на 2500 долларов. За передачу двух бутылок пива на 3500 долларов. (С. Сергеев. "Мы не рабы?"// ТВК-курьер. – 1998. - № 4).

**ФРГ**. Каждый житель этой страны потребляет в среднем за год 75 литров минеральной воды. Подсчитано, что этот показатель через год-два составит, уже сто литров. Кстати, в ФРГ гостеприимные хозяева все чаще ставят на стол вместо традиционного пива и вина "минералку". Аргументация проста и убедительна: во-первых дешево, во-вторых - полезно, а в-третьих, от воды не полнеют.

**ЯПОНИЯ**. До 20 лет алкогольные изделия никто не потребляет. Не принято. В возрасте старше 20 лет 70% населения также не употребляет алкогольные изделия. Оставшиеся 30% делятся на три категории: малопьющие, "середняк", настоящие любители выпить. Последняя категория пьющих выпивает по 250 мл пива ежедневно. В Японии душевое потребление алкоголя в год в настоящее время составляет около 1 литра.

**ШВЕЦИЯ**. 60% взрослого населения полные трезвенники. Причем они имеют даже ряд материальных льгот перед пьющими. Например, трезвенники - владельцы автомобилей приобретают бензин по более низкой цене, чем остальные.

**ИНДИЯ**. Конституция страны гласит, что государство стремится к запрещению потребления любых токсических изделий, в том числе и алкоголя.

**ФРАНЦИЯ**. В последние годы здесь закрылось 230 тысяч знаменитых алкогольных баров "бистро", а также 180 тысяч магазинов, торгующих алкоголем. Теперь вино пьют лишь 44% французских мужчин.

**В ИТАЛИИ** в 1980 году душевое потребление составляло 93 литра вина, в 1990 году 60 литров, в 2000 году около 45 литров.

**В ЧЕХИИ**, как свидетельствуют последние исследования, пить стали меньше. Количество регулярно употребляющих алкоголь упало на 5%. Абсолютные трезвенники составляют 13% населения, еще около 34% выпивают от случая к случаю. Снизилось потребление пива, особенно крепких сортов. Многие пивные и водочные заводы сокращают производство.

**В ШВЕЙЦАРИИ** за последние 12 лет число людей, совсем не употребляющих алкоголь, увеличилось с 12% до 20% ("Соратник". – 1999. - № 5).

**ШВЕЦИЯ** субсидирует трезвеннические организации, местные информационные и профилактические программы. В школах обязательны занятия по профилактике алкоголизма и наркомании, активно действует Трезвеннический союз учителей и преподавателей". В мае проводится ежегодный День народной трезвости. Активно действует Национальная трезвенническая организация, проводящая антиалкогольные воспитательные программы, "Молодежные трезвеннические лагеря", организующая молодежные бригады для строительства домов-ночлежек для наркоманов, алкоголиков и бездомных. Организация "Нет алкоголю и наркотикам" организует спортивные мероприятия для формирования безалкогольного стиля жизни: "Забег здоровья", спортивные соревнования между бывшими алкоголиками.

**НОРВЕГИЯ**. Государственная монополия, проблема алкоголя считается одной из общественных проблем. В стране наиболее высокие в Европе цены на алкогольные изделия. Прибыль расходуется на общее социальное развитие, поступает в Фонд трезвости. С 1959 г. управление транспортом в нетрезвом состоянии – уголовное преступление. 50% заключенных в стране – выпившие водители. В целом же тюрьмы пусты – нет клиентуры.

Управление по борьбе с алкоголизмом и наркоманией и Национальный институт исследований проблем алкоголя и наркотиков обеспечивают научный подход в алкогольной политике государства, издают ежегодный статистический журнал "Алкоголь и наркотики".

В Норвегии, по закону, нельзя стать учителем, медиком или министром страны, если ты употребляешь алкоголь в любом количестве и качестве.

**МЕКСИКА.** Мексиканский кодекс законов рассматривает употребление алкоголя как "значительную угрозу для здоровья". Кодекс содержит национальную противоалкогольную программу, ограничивающую места продажи и возраст потребителей, учитывающую удаленность от общественных мест.

В **АНГЛИИ** действует Совет по антиалкогольному воспитанию и исследованию мер борьбы с употреблением алкоголя, финансирующийся из специального фонда.

Органами статистики ежегодно готовятся общий хозяйственный отчет и отчет семейных расходов, дающие представление об алкогольной ситуации. Издается журнал,"Глобус", освещающий опыт антиалкогольной работы.

В Кембридже находится штаб-квартира Международной организации обществ трезвости – IOGT – Международной организации добрых храмовников, объединяющая в своих рядах трезвенников многих стран мира.

**ШОТЛАНДИЯ**. Занимает 1/3 часть Великобритании, экономика тесно связана с производством алкоголя. Противоалкогольные мероприятия проводятся Шотландским советом по алкоголизму, который реализует программы на промышленных предприятиях, проводит обучение психологов, социальных работников.

**ГЕРМАНИЯ**. Законодательство допускает применение административных мер к пьющему работнику, направление на лечение. После курса лечения предусмотрен комплекс мер по ресоциализации или долечиванию в виде семинаров, бесед с психологами, привлечением супругов.

Основной акцент сделан не на запретительные меры, а на воспитательную работу, пропаганду ЗОЖ в трудовых коллективах, использование моральных и экономических стимулов.

Среди молодежи развито трезвенническое движение "Истинное наслаждение изнутри".

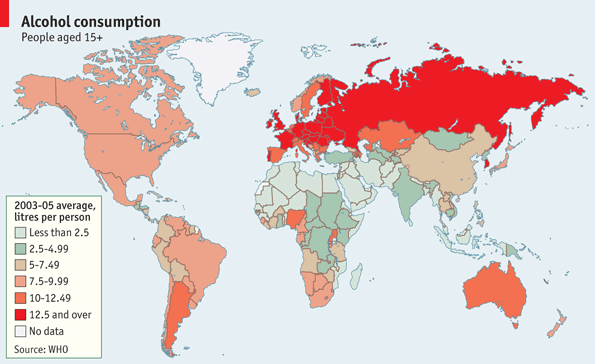
**ПОЛЬША**. Для снижения потребления алкоголя используются ограничительные меры, как в Финляндии и Швеции, воздействие на индивидуальную модель поведения посредством штрафов, лишение лицензий на торговлю за нарушение антиалкогольного законодательства. Антиалкогольная политика считается частью социальной, обеспечивая надежный государственный контроль

Общественный антиалкогольный комитет издает ежемесячник "Проблемы алкоголизма", оказывает помощь активистам. Действует более 60 Клубов абстинентов, где создается альтернативная среда общения. Работают клубы Анонимных алкоголиков при полной анонимности участников. Группы движения "Ал-Анон" и "Дети и молодежь из семей алкоголиков" ведут преимущественно информационно-воспитательную деятельность, воздействуя на установки семей и детей алкоголиков.

Движение за трезвость проводит работу на общественных началах, через профсоюзные, молодежные комитеты. В учебных заведениях идет активная пропаганда и индивидуальная работа.

**БОЛГАРИЯ**. Госбюджет выделяет ежегодно 300 тыс. левов на пропагандистскую и агитационную деятельностью Национальный комитет трезвости Болгарии - методический и координирующий центр, катализатор деятельности общественных формирований, финансируется из государственного бюджета. Выходила газета "Трезвенность". В феврале ежегодно проходят месячники пропаганды трезвости, в октябре - пропаганды и распространения рецептов соков, компотов, напитков, варений и др.

С 1981 г. осуществляется "Национальная программа формирования и утверждения здорового образа жизни" под девизом "Ваше здоровье в ваших руках". Каждый житель страны должен иметь знания по шести направлениям: рациональное питание, систематический двигательный режим, исключение курения, употребления алкоголя и злоупотребления лекарственными средствами, правильный режим отдыха и труда, предупреждение травматизма, активная жизненная позиция в обществе.



Потребление алкоголя по странам мира, в литрах на человека в год

**Узелки на память**

Решить алкогольно-наркотическую проблему можно только в следующем случае:

* если заработает система отказа (общественное трезвенническое движение) плюс система законов (законодательных актов по стимуляции отрезвления народов);
* если будет изменена государственная политика со спаивания населения на формирование культуры трезвости, культуры здоровья;
* если будет применен передовой отечественный и зарубежный опыт в деле воспитания трезвого поколения;
* если к власти придет ТРЕЗВОЕ правительство народного доверия (хотя бы как в Норвегии);
* если трезвенническая наука будет развиваться;
* если депутатский корпус покажет личный пример трезвости;
* если педагоги, врачи и лидеры молодежных комитетов и организаций скажут "НЕТ" алкогольным изделиям;
* если СМИ встанут на позицию отрезвления себя, читателей, зрителей и слушателей;
* если исчезнут агенты западного влияния по разложению и развалу нашего Отечества;
* если "трезвость, мир и здоровье" станут главными лозунгами политики;
* если религиозные конфессии России скажут свое слово в деле отрезвления Отечества;
* если Президент России проявит в этом деле твердую политическую волю.

**Задания и упражнения:**

1) Попробуй подсчитать размеры душевого потребления алкоголя в твоем городе, районе, поселке.

2) Сделай расчеты по уровню трезвости для твоего города или региона.

3) Что, на твой взгляд, мы могли бы взять на вооружение из опыта других государств для внедрения культуры здоровья и трезвости у нас в России?

4) Подсчитай экономические потери от алкопотребления в своем городе, регионе.

**Домашнее чтение**

**Душевое потребление алкоголя** – в статистике принято считать величину потребления на душу населения в год абсолютного алкоголя, измеряемую в литрах. Душевое потребление алкоголя (X) вычисляют следующим образом: из количества произведенных (А) и импортиро­ванных (В) за год спиртных изделий вычитают экспортированный алкоголь (С). Полученную таким образом величину делят на число жителей данной местности, страны или региона (N) и пересчитывают на абсолютный алкоголь:

.

При пересчете выпитых спиртных изделий на абсолютный алкоголь в России пользуются сле­дующими исходными данными: в водке содер­жится 40% абсолютного алкоголя, в вине - 12%, в пиве - 3,5%. Таким образом, коэффи­циент К для водки равен 0,4; для вина - 0,12; для пива - 0,035.

Показатель душевого потребления алкоголя имеет ряд недостатков: нивелируются возраст­ные, половые, профессиональные, социальные, классовые, групповые и другие различия, не учитывается нелегальное производство спиртных изделий и т. д. Однако указанные недостатки в большей или меньшей степени характерны для всех стран, а величина Д. п. а. относительно в равной мере отображает алкогольную действительность и позволяет сравнивать тенденцию в распростра­нении алкогольных изделий в различных странах и регионах. Среднегодовой показатель Д. п. а. на Земле равен 6,9 л чистого (100%) алкоголя, в т. ч. спир­та 2,4 л, вина 8,3 л, пива - 17,6 л. Показатель Д. п. а. растет из года в год в ряде стран, в том числе и в России (исключения - 1985-86 гг.).

**Уровень трезвости** – универсальный для любой группы потребителей алкоголя или целых регионов показатель. Предложен впервые социологом И. А. Красноносовым. Расчет уровня трезвости производится по формуле:

,

где Ут - уровень трезвости (в %);

NT - число работников, совсем не упот­ребляющих спиртное;

Np - число работников, эпизодически и умеренно употребляющих алкоголь­ные изделия;

No - число работников, систематически употребляющих алкоголь;

Nп - число работников, систематически потребляющих алкоголь в больших количествах, но не достигших болез­ненной зависимости от него;

Na - число работников, систематически или запойно потребляющих алкоголь и находящихся в болезненной зави­симости от него;

У. т. обычно меньше там, где больше алкоголизация.

**Экономические потери от алкоголепотребления**. По характеру происхождения и содержа­нию делятся на прямые и косвенные. К прямым потерям относятся прогулы, текучесть кадров, простои, отпуска с разрешения администра­ции, материальный ущерб от брака, производ­ственных и дорожных аварий, хищений соб­ственности, несчастных случаев на производ­стве, гибель людей при пожарах, взрывах, во время купания, гибель от опоя, самоубийства и т. п. К косвенным потерям - снижение производительности труда и дезорганизация про­изводства, повышение уровня общей заболеваемости, профессиональная деградация лиц. Непроизводительные потери представляют собой бесполезные потери для общества, затраты времени на пребывание в медвытрезвителях и отбывание наказания за мелкое хулиганство, на нахождение под арестом до вынесения судебного приговора за уголовные преступления. Сюда же относится время, затраченное медицинскими работниками, работниками органов МВД, прокуратуры, юстиции, суда, общественных организаций на лечение алкоголизма или профилактику пьянства.

В. Маяковский

**Душа общества**

Из года в год

легенда тянется –

легенда

тянется

из века в век:

что человек, мол,

который пьяница, -

разувлекательнейший человек.

Сквозь призму водки,

мол,

все – красотки...

Любая

гадина –

распривлекательна.

У машины

общества

поразвинтились гайки –

люди

лижут

довоенного лютей.

Скольким

заменили

водочные спайки

все

другие

способы

общения людей!

Если

муж

жену

истаскивает за волосы –

понимай, мол,

я

в семействе барин! –

это значит,

водки нализался

этот

милый

увлекательнейший парень.

Если

парень

в сногсшибательнейшем раже

доставляет

скорой помощи

калек –

ясно мне,

что пивом взбудоражен

этот

милый

увлекательнейший человек.

Если

парень,

запустивши лапу в кассу,

удостаивает

сам себя

и премий

и наград –

значит,

был привержен

не к воде и квасу

этот

милый,

увлекательнейший казнокрад.

И преступления

всех систем

и хрип хулигана,

и пятна быта

сегодня

измеришь

только тем –

сколько

пива

и водки напито.

Про пьяниц

много

пропето разного –

из пьяных пений

запомни только:

беги от ада

от заразного,

тащи

из ада

алкоголика.

С. Есенин

Годы молодые с забубенной славой,

Отравил я сам вас горькою отравой.

Я не знаю, мой конец близок ли, далек ли,

Были синие глаза, да теперь поблекли.

Где ты, радость? Темь и жуть, грустно и обидно.

В поле, что ли? В кабаке? Ничего не видно.

Руки вытяну - и вот, слушаю на ощупь:

Едем... кони... кони... снег... проезжаем рощу.

"Эй, ямщик, неси вовсю! Чай, рожден не слабым

Душу вытрясти не жаль по таким ухабам!"

А ямщик в ответ одно: "По такой метели

Очень страшно, чтоб в пути лошади вспотели".

"Ты ямщик, я вижу, трус.. Это не с руки нам!"

Взял я кнут и ну стегать по лошадьим спинам.

Бью, а кони, как метель, снег разносят в хлопья.

Вдруг толчок... и из саней прямо на сугроб я.

Встал и вижу: что за черт - вместо бойкой тройки...

Забинтованный лежу на больничной койке.

И заместо лошадей по дороге тряской

Бью я жесткую кровать мокрою повязкой,

На лице часов в усы закрутились стрелки.

Наклонились надо мной сонные сиделки.

Наклонились и хрипят: "Эх, ты, златоглавый,

Отравил ты сам себя горькою отравой.

Мы не знаем, твой конец близок ли, далек ли,

Синие твои глаза в кабаках промокли".

**"Согласие против пьянства"**

Более семидесяти тысяч писем к автору "Войны и ми­ра" хранится в отделе рукопи­сей Государственного музея Л. Н. Толстого. Подавляющее большинство этих ценнейших документов нигде и никогда не публиковалось, поскольку полное издание всей переписки ве­ликого писателя потребовало бы не менее двухсот пятидеся­ти - трехсот толстых томов большого формата (восемь ты­сяч пятьсот писем самого Л. Н. Толстого, собранных до 1959 г., заняли тридцать то­мов его девяностотомного юби­лейного собрания сочинений, изданного в 1928-1959 го­дах!).

В личном архиве титана рус­ской и мировой литературы от­ложились многие сотни писем организаторов и руководителей обществ трезвости и отдельных трезвенников. По вопросам от­резвления, борьбы с винопитием и курением, утверждения здорового образа жизни Тол­стому писала вся грамотная Россия. На некоторые письма борцов с алкоголепотреблением и дымоглотанием Лев Николаевич обстоятельно отвечал. Особенно охотно он откликал­ся на письма русских врачей, активно участвовавших в мас­совом трезвенническом движе­нии восьмидесятых - девяно­стых годов XIX века и перво­го десятилетия XX столетия.

"...Всей душой желаю успе­ха Вашей прекрасной деятель­ности", - писал Л. Н. Тол­стой 14 июня 1889 г. органи­затору Одесского общества трезвости Александру Ивановичу Ярышкину. "Замечатель­ным борцом с добровольным безумней, каковым является пьянство", называл Лев Нико­лаевич выпускника медицин­ского факультета Московского университета, известного врача Петра Семеновича Алексеева (1649-1913). П. С. Алексеев помог Л. Н. Толстому основать в декабре 1887 г. в Москве Толстовское общество трезво­сти, названное "Согласием про­тив пьянства". Его фамилия часто встречается в письмах писателя конца восьмидесятых - начала девяностых годов прошлого века. И отнюдь не случайно, Петр Семенович автор ряда трудов по акушер­ству и книги "Первая помощь и уход за больными. Общедо­ступные сведения", напечатан­ной в Москве в 1885 г., не­редко посылал на строгий, но, как правило, справедливый ли­тературный суд Льва Николае­вича свои новые труды.

Так, его книга "О пьянстве", оконченная летом 1889 го­да, во втором полугодии того же года и в январе 1890 года в рукописи находилась у Тол­стого. Работа П.С. Алексеева "О пьянстве" была издана ре­дакцией журнала "Русская мысль" в 1891 г. с предисло­вием Л.Н. Толстого "Для че­го люди одурманиваются". Алексеев не только консуль­тировал Льва Николаевича по медицине, но и постоянно сна­бжал новейшей медицинской литературой. Немало книг Петр Семенович по просьбам Тол­стого безвозмездно разослал по городам и селам России, отзы­ваясь на мольбы трезвенников, обратившихся к Льву Николае­вичу. Типичным примером та­кой мольбы может служить пи­сьмо Александра Петровича Куприянова, собственноручный подлинник которого (на двух листах почтовой бумаги в му­зейной бумажной обложке) хра­нится в отделе рукописей Государственного музея Л.Н. Толстого под шифром Тс 160/68. А.Н. Куприянов - Л.Н. Толстому. 1 января 1890 рода. Область Войска Донского, г. Новочеркасск.

"Новочеркасск, 1 января 1890 г.

Глубокоуважаемый Лев Нико­лаевич!

По поручению священника Бесергеневской станицы обла­сти Войска Донского (А.П. Куприянов обратился к Л.Н. Толстому по поручению свя­щенника станицы Бесергеневской области Войска Донского Василия Ивановича Попова (1855-1922) позвольте обра­титься к Вам с покорнейшею просьбою ответить на некото­рые вопросы, ниже предлагае­мые. Дело в том, что вышеуказанному священнику удалось с ноября месяца прошлого года устроить общество трезвости в своей станице. Число членов теперь доходит до 60, в том числе 8 женщин, причем все вступающие добровольно дают обещание не употреблять спиртных напитков в течение (пока) года. Но уже с самого возник­новения расширение Общества встретило громадные препятст­вия со стороны пьющих, старавшихся представить дело трезвости делом антихриста и в самом святом писании искавших подтверждения своим до­водам. (Пьющие прихожане станицы Бесергеневской посла­ли донос в святейший прави­тельствующий Синод. В доносе основание В.И. Поповым об­щества трезвости было пред­ставлено как "антихристово де­ло", а "умеренное употребле­ние хлебного вина" провозглашено "богоугодным" и "благочестивым"). Препятствие яви­лось и в сомнения сторонников трезвости в правдивости этого дела. Противникам приходится возражать, сомневающихся убе­ждать и подкреплять духовным единением. Ввиду этого, не найдете ли Вы, глубокоуважае­мый Лев Николаевич, возмож­ным ответить: 1) какие книги могут быть употреблены для борьбы с пьющими и для до­казательства трезвости, как доброго и божьего дела, а не дела антихриста? 2) в каком сочинении можно найти подроб­ную историю спиртных напитков, главным же образом, кто, когда и при каких условиях до­был из хлеба водку путем бро­жения и курения? 3) как уст­роилось Московское Общество трезвости?

За разрешением этих вопро­сов обращаемся к Вам потому, что в газетах однажды было напечатано, что Московское Общество трезвости было уст­роено по Вашему почину.

Позвольте надеяться, что и слово Ваше будет укреплять надежды новых сторонников трезвой благоразумной жизни.

С нетерпением буду ждать Вашего ответа, искренне ува­жающий Вас А. Куприянов.

Мой адрес: г. Новочеркасск, Воспитательная улица, дом № 4, Александру Петровичу Куприянову".

На первой странице письма карандашная помета: "А. Куп­риянов".

На четвертой странице по­мета красным карандашом: "Отвечено".

Л.Н. Толстой - А.П. Куп­риянову. 3 января1890 года. Тульская губерния, Ясная По­ляна.

"Александр Петрович. Полу­чать такие письма, как Ваше, составляет одну из наиболь­ших радостей моей жизни. Спе­шу ответить на Ваши вопросы, дельная постановка которых по­казывает мне серьезность Ва­шего отношения к делу.

1) Посылаю Вам при этом те книги, которые у меня есть, и список тех, которых нет, но можно приобрести. (Какие кни­ги и какой список послал Л.Н. Толстой А.П. Куприянову, не­известно). Книги или, скорее, брошюры с доводами религиоз­ными против употребления ви­на печатаются в Казани (А.Т. Соловьев. Татьянин день. Ответ на возражения Льву Толстому. Казань, 1890), другая в Москве ("Грех и безумие пьян­ства". Сборник поучений про­тив пьянства. Из творений св. Тихона Задонского, св. Иоан­на Златоуста, св. Василия Ве­ликого, св. Ефрема Сирина и иных". Москва. Издание И.Д. Сытина, 1890. В этом сборни­ке напечатана статья Л. Н. Толстого "Пора опомниться!", написанная в 1889 году). Прилагаю Вам адрес г-на Соловье­ва, одного из самых деятель­ных членов наших в Казани (Александр Титович Соловьев (1853-1919) – в 1883 годах председатель Казанского обще­ства трезвости и редактор-изда­тель "Справочного листка", автор статьи "Вино для челове­ка и его потомства - яд", кор­респондент Л.Н. Толстого). Если Вам будет что нужно, об­ратитесь к нему, он окажет Вам всякое содействие. 2) Об истории пьянства Вы найдете сведения и в тех книгах, кото­рые посылаю, и еще более подробные в книге д-ра Алек­сеева, которого надеюсь ви­деть в нынешнем году в Моск­ве. (В 1890 г. П.С. Алексеев в Москву не приезжал). 3) Об­щество наше составилось так. Д-р Алексеев, (приехав) из Америки, где он видел порази­тельные результаты для блага народа, достигнутые общест­вом трезвости (Вернувшись из Северной Америки, П. С. Але­ксеев опубликовал в № 336 газеты "Московские ведомо­сти" от 6 декабря 1887 г. статью "Успех в борьбе с пьянст­вом" и издал в 1888 г. в Москве книгу "По Америке. По­ездка в Канаду и Соединенные Штаты"), рассказал мне про это, и я предложил составить согласие на основаниях, изло­женных на прилагаемом лист­ке ("Прилагаемый листок" - письменный текст "Согласия против пьянства". Впервые он был перепечатан в "Известиях Общества Толстовского Му­зея". Санкт-Петербург, 1911, № 3-4-5, с. 6). Члены ста­ли набираться, и теперь их бо­лее 1200. Надо было бы испро­сить разрешения правительст­ва для основания формального общества. Но я этого не делал, боясь всякой формальности, так как часто замечал, что очень часто внешность подав­ляет содержание. Теперь осно­вываются в разных местах но­вые общества. Если бы Вы или священник Бесергеневской об­ратились к министру внутрен­них дел с проектом основания общества трезвости, то это бы­ло бы очень хорошо. От души желаю Вам успеха".

...Доктор Алексеев помог Александру Петровичу Куприя­нову и Василию Ивановичу По­пову узаконить общество трез­вости в станице Бесергенев­ской, отбить наветы богомоль­ных водкопивцев и наскоки "черных воронов" - епархи­альных и синодальных ревизо­ров и контролеров. Наверно, именно о таких людях, как он, Лев Николаевич Толстой гово­рил: "Не оскудела и никогда не оскудеет русская земля под­вижниками!". Сегодня эти сло­ва звучат не менее злободнев­но, чем сто лет тому назад...

В. Прищепенко.

**Литература:**

Алкогольные и другие наркотические вещества. – Н. Новгород, 1994. – 130 с.

Гринченко В.И. Плюсы и минусы употребления алкоголя. – М.-Воткинск, 2000. – 255 с.

Из опыта работы зарубежных стран по борьбе с курением и алкоголизмом. – Якутск: Дети на охране геноф. народов РС (Я), 1999. – 19 с.

Маюров А.Н. Об Уставе ИОГТ // Эйфория. – 2000. - № 24 (70) – с. 16-17.

Маюров А.Н., Маюров Я.А. Исторический опыт антиалкогольного воспитания в России. / Россия: вчера, сегодня, завтра. Вып. 1-2. – М.-СПб.: Миф, 1998-1999, с. 120-126.

Маюров А.Н., Маюров Я.А. Роль семьи в антиалкогольном воспитании подростков. / Россия: вчера, сегодня, завтра. Вып. 1-2. – М. - СПб.: Миф, 1998-1999, с. 150-154.

Маюров А.Н. Наука и молодежное трезвенническое движение. / Здоровый образ жизни и трезвость – стратегия будущего республики Беларусь. Материалы Международной конференции 1-4 ноября 1997 года. – Минск, 1998. – с. 92-93.

Маюров А.Н. Трезвенническое воспитание: показатели. / XXI век – без наркотиков. Первая региональная научно-практическая конференция, г. Елец, 27 марта 2000 г. – Елец: ЕГПИ, 2000. – с. 62-65.

Маюров А.Н. Нижний Новгород – духовное и физическое возрождение. / XXI век: здоровый образ жизни. – Елец: Госуд. университет, 2001, с. 37-41.

Маюров А.Н. Модели решения проблем наркотизма. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Вып. 10. – Н. Новгород-Севастополь: МАФР, 2001, с. 43-48.

Кирющенко А.Г., Петрова Ф.Н. Антиалкогольная правовая политика и антиалкогольное законодательство советского государства: уроки истории и пути совершенствования. – СПб.: С-Пб университет МВД РФ, 1998. – 157 с.

**Глава 4**

**Избавление от зависимости и профилактика**

|  |  |
| --- | --- |
| **На этом уроке ты:**   * продолжаешь оценивать профилактические подходы к проблемам наркотизма; * обсуждаешь различные методы избавления от зависимостей; * учишься проводить "мозговую атаку" по проблеме.   **Основные понятия темы:**   * анонимные наркоманы; * модели профилактики; * наркологическая служба; * реабилитационный потенциал; * реабилитация; * гемосорбция; * терапевтическое сообщество.   **"АНОНИМНЫЕ НАРКОМАНЫ"** - международное движение, ко­торое занимается предотвращением различных форм девиантного (отклоняющегося) поведения, психотерапией и социаль­ной реабилитацией лиц, прошедших курс медикаментозного лечения.  **МОДЕЛЬ ПРОФИЛАКТИКИ МЕДИЦИНСКАЯ** - основанная на ин-формационно-лекционном методе совместная деятельность специалистов образовательных и лечебно-профилактических (нар­кологических) учреждений, направленная на формирование у детей и молодежи знаний о негативном воздействии наркотиче­ских и других психоактивных веществ на физическое и психическое здоровье человека, а также гигиенических навыков, предупреждающих развитие наиболее тяжелых медицинских последствий наркомании - заражение ВИЧ-инфекцией, гепатитом, венерическими болезнями.  **МОДЕЛЬ ПРОФИЛАКТИКИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ** - основанная на воспитательно-педагогических методах деятельность специали­стов образовательных учреждений, направленная на формирование у детей и молодежи знаний о социальных и психологиче­ских последствиях наркомании с целью формирования устой­чивого альтернативного выбора в пользу отказа от приема наркотиков и других психоактивных веществ.  **МОДЕЛЬ ПРОФИЛАКТИКИ ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ** - основанная на биопсихосоциальном подходе к предупреждению злоупотребле­ния психоактивными веществами совместная деятельность специалистов образовательных и лечебно-профилактичес-ких уч­реждений, направленная на формирование у детей и молодежи личностных ресурсов, обеспечивающих доминирование ценно­стей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема психоактивных веществ, а также развитие психоло­гических навыков, необходимых в решении конфликтных ситу­аций и в противостоянии групповому давлению, в том числе связанному с употреблением психоактивных веществ.  **НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА** - специальное учреждение, оказывающее лечебно-профилактическую, медико-социальную и медико-юридическую помощь больным наркоманией.  **ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ** - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических меро­приятий, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих распространению и употреблению наркотических и других психоактивных веществ, предупрежде­ние развития и ликвидацию негативных личностных, социаль­ных и медицинских последствий употребления наркотических веществ (безнадзорность, беспризорность, преступ­ность, рост случаев ВИЧ-инфекций, гепатита, заболеваний, распространяемых половым путем и т. д.).  **ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКов ПЕРВИЧНАЯ** - комплекс социальных, образовательных и ме­дико-психологических мероприятий, предупреждающих приоб­щение к употреблению психоактивных веществ, вызывающих болезненную (наркотическую) зависимость.  **ПРОФИЛАКТИКА ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКАМИ ВТОРИЧНАЯ** - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих фор­мирование болезни и осложнений наркотизации у лиц, эпизоди­чески употребляющих наркотики, но не обнаруживающих признаков болезни.  **ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ ТРЕТИЧНАЯ ИЛИ РЕАБИЛИТАЦИЯ** - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, направленных на предотвращение срывов и рецидивов заболева­ния, т. е. способствующих восстановлению личностного и социа­льного статуса больного (наркомания, токсикомания и алкоголизм) и возвращение его в семью, в образовательное учреждение. в трудовой коллектив, к общественно-полезной деятельности.  **РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ- ПОТЕНЦИАЛ** - прогностическая оценка потенциальных возможностей наркологического больного к вы­здоровлению, возвращению в семью и к общественно полезной деятельности, основанная на объективных данных о наследст­венности, социальном статусе, особенностях био-психо-социо-духовного развития, а также тяжести наркологической зависимости. В практическом отношении - это терапевтическая и социально-реабилитационная перспектива.  **РЕАБИЛИТАЦИЯ** - процесс восстановления профессиональных навыков, способности к труду, вхождение в социальную среду, утраченную вследствие болезни.  **ЦЕНТР РЕАБИЛИ-ТАЦИИ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ С НАРКОЗАВИСИМОСТЬЮ** - учреждение, осуществляющее комплекс педагогиче­ских, медико-психологических и социальных мероприятий, направленных на восстановление психического и социального статуса детей и молодежи, страдающих зависимостью от психоактивных веществ.  **ГЕМОСОРБЦИЯ** - метод физического воздействия на кровь, состоящий в том, что ее пропускают через сорбент (особым способом обработанные кусочки угля или других материа­лов с большой впитывающей способностью).  **ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ СООБЩЕСТВО** - это союз больных и тех, кто их лечит (не обязательно врачей), на основе сотрудничества (то есть работают не только специалисты, но и больные, причем вместе), единых для всех правил и требований, единого по­нимания теоретических концепций зависимости и выздоровле­ния. Правила действительно единые: так, если члены персонала реабилитационного центра (еще иногда центры называют "программами") настаивают, чтобы пациенты были предельно честны­ми и открытыми, не употребляли алкоголя и наркотиков, не проявляли неуважения к окружающим, соблюдали режим отделения и т. д., сами они также обязаны следовать этим требованиям.  **Пометки на полях**  Рост наркомании происходит в геометрической прогрессии. Россия перешагнула ту границу, за которой нации угрожает потеря генофонда. Борьба за спасение нации от наркотизма – лучшая платформа для достижения политического согласия.  *Л. Полежаев.*  Полежаев Леонид Константинович (р. 30 января 1940 года) – бывший губернатор Омской области.  Профилактика распространения и употребления наркотиков – одна из главных задач, которая поможет решению проблем наркомании в целом.  *Г. Полтавченко.*  Полтавченко Георгий Сергеевич (род. 23 февраля 1953 года) – губернатор г. Санкт-Петербурга. | Сегодня есть много методов и методик избавления от зависимостей. Назовем основные.  1. **"Ломка на сухую"** - то есть без применения лекарств. Такой способ могут применять почти 100% наркоманов без серьезного риска для себя.  2. **То же самое, но летом на юге**. В условиях постоянного тепла и высокого атмосферного давления, на фоне гор, кипарисов и морского побережья можно отказаться от наркотиков практически безболезненно.  3. **Баня, сауна и горячие водные процедуры**. Переносить абстиненцию в горячей воде намного легче. Хороший физиологичный способ, мы с удовольствием рекомендуем это всем, кто желает отказаться от наркотиков.  4. **Прекращение приема в условиях резкого, сильного и продолжительного изменения эмоционального фона**. Во время либо религиозного воодушевления, либо очень радостного, устрашающего или трагического периода в жизни "ломка" почти не ощу­щается.  5. Наконец, **отказ от наркотиков после продолжительной тя­желой болезни**. Если наркоман находится в тяжелом или даже в относительно тяжелом состоянии из-за пневмонии, отека лег­ких, инфаркта, травмы, отравления и т. д. и не употреблял наркотики хотя бы суток трое, ему надо смело отказываться от них и в дальнейшем - "ломать" не будет.  6. Существует любопытный феномен, пока не получивший вразумительного научного объяснения: наркоманы, пережившие **состояние клинической смерти** и видевшие пресловутый "тоннель" и "загробный свет", более чем в 50% случаев прекращаю прием наркотиков и начинают новую жизнь.  7. Для тех, кто хочет выздоравливать и не хочет обращаться к специалистам, мы рекомендовали бы такую последовательность действий:  а. Разыщите адреса "**Анонимных Наркоманов**" (АН) и групп самопомощи для родственников наркоманов (участие роди­телей в этом процессе обязательно).  б. Начните посещать собрания или хотя бы пару раз на них схо­дите. Если не понравится, все равно будьте готовы продол­жать ходить на них. То же самое касается родителей: необхо­димо посещать группы самопомощи («Ал-Анон», «Нар-Анон», «Алатен» или другие).  8. **Метод Назаралиева**  Назаралиев применяет высокие дозы сильнодействующего препарата атропина с тем, чтобы во время абстиненции несколько раз вызвать состояние комы или оглушения. Подобный подход не лишен смысла; при этом страдающий должен переносить абстиненцию довольно легко (любой физический или психический стресс, в том числе и любая кома, облегчают течение абстиненции); кроме того, атропин в избыточных дозах уменьшает влечение к наркотикам.  Однако в России этот метод не нашел поддержки по двум причинам:  1. Использование атропиношоковой терапии довольно риско­ванно и официально не приветствуется.  2. В результате серии атропиновых ком формируется энцефалопатия - органическое поражение головного мозга, и больной становится еще более неуправляемым.  9. **Иглотерапия (рефлексотерапия)**  Остается весьма популярной для избавления от наркомании. Иглотерапия и ее разновидности, в общем, помогают, особенно если речь не идет о тяжелой физической зависимости.  Надо лишь помнить, что они способны облегчить физическое (и даже душевное) состояние пациента, но не изменить его отно­шение к наркотикам, потому что изменение отношения к нарко­тикам возможно лишь в результате духовного перерождения (если хотите, перевоспитания), а это уже иголкам не под силу.  10. **Физиотерапия**  То же самое относится и к любым физиотерапевтическим ме­тодам - водным процедурам, электроанальгезии (аппарат "Трансаир"), сауне, лечебной физкультуре и тому подобному. К боль­шому сожалению, причину наркомании они устранить не могут, хотя самочувствие (и даже физическое состояние) зависимого не­сомненно улучшают.  11. **Нейрохирургическое лечение (цингулотомия)**  Операция под названием "цингулотомия" производится на головном мозге наркомана. Целью операции является разрушение очень маленьких (менее 0,5 см в диаметре) участков височных долей головного мозга с обеих сторон. Но этот метод очень рискован. Все же физическое внедрение в мозговые структуры.  12. **Избавление с использованием биологической обратной связи**  Это еще один интересный метод. Он направлен на то, чтобы снижать интенсивность влечения к наркотикам у зависимых. Смысл биологической обратной связи (БОС) состоит в том, что пациента обучают произвольно управлять теми физиологическими процессами, которые обычно сознательному управлению не поддаются: частотой пульса, величиной кровяного давления и многим другим, включая даже биоэлектрические процессы головного мозга (то есть ритмы электроэнцефалограммы). С помощью тренировок на специальной аппаратуре пациент приобретает умение произвольно изменять свое состояние. Теперь, если у него возни­кает непреодолимое влечение к употреблению наркотика (так называемая "нахлобучка"; она сопро­вождается резким изменением пульса, давления, электроэнцефалограммы и настроения), он способен самостоятельно его подавить! Хотим напомнить, что проблемы с "нахлобучкой" встречаются очень часто.  Метод БОС нам очень симпатичен, поскольку позволяет наркоману заполучить новое умение, а не просто "избавиться" от старого.  13. **Заместительная терапия**  Заместительной терапией именуется назначение медицинских наркотиков с целью "оторвать" страдающего от нелегальных препаратов и снизить остроту социальных проблем, сопровождающих наркоманию: криминальных, семейных, профессиональных и т. д. В ряде стран для этого используется метадон. Этот метод в России и многих других странах запрещен, так как наркоман все равно останется зависимым, но уже от метадона.  14. **Противорецидивная терапия**  Основной ее принцип - искусственное создание такой ситуа­ции, когда употребление наркотиков заведомо для наркомана (и с его информированного согласия) приведет к смерти либо вызовет катастрофическое ухудшение состояния здоровья. Этoт же самый принцип используется для избавления от алкоголизма методом "подшивки" препарата "Эспераль". Главную роль в подобной терапии врачи отводят инстинкту самосохранения как одному из базисных инстинктов человека.  15. **Лечение налтрексоном**  Налтрексон - медицинский препарат, антагонист опиатов. Пока в организме находится достаточная доза налтрексона, инъекция наркотика-опиата (например, героина или кустарного "черного раствора") не может вызывать эйфории, однако способна привести к развитию тяжелого отравления (вплоть до комы и смерти). В России налтрексон встречается еще под названием "Антаксон" и "ReVia". К большому сожалению, препарат довольно дорог. К еще большему сожалению, редкий наркоман способен добровольно и систематически его принимать (а глотать его рекомендуется ежедневно на протяжении не менее полугода).  16. **Кодирование** - термин, объединяющий весьма разнородную группу медицинских процедур, направленных на изменение состояния страдающего (некоторые из них являются сугубо психотерапевтическими). Считается, что после проведения кодиро­вания употребление определенного наркотика будет опасным для жизни и здоровья и одновременно (теоретически) снизится влечение к наркотику. Но у кодирования много недостатков:  1. По ряду причин ни один из типов кодирования не может быть эффективным сразу для всех наркотиков.  2. Результат кодирования может оказаться непредсказуемым и крайне нежелательным (например, психическое заболевание, а не "запланированный" инфаркт, в случае употребления нарко­тика).  3. Несмотря на то, что врачи стараются прогнозировать про­должительность защитного действия процедуры максимально точно, это удается не всегда: медицинской науке далеко до мате­матики. В итоге на свой страх и риск страдалец оказывается в до­вольно туманной ситуации: он не знает, что с ним случится и ко­гда, если он все же решится принять наркотик.  4. Кроме того, как было сказано выше, страх перед смертью (или тяжелым заболеванием) у наркоманов часто уступает желанию "покайфовать".  5. И наконец, никакого избавления на самом деле не наступает, поскольку кодирование не предполагает из­менения психологии наркомана.  17. **Психотерапия зависимости**  Это комплекс мероприятий, задача которого - достичь более или менее полной перестройки личности с целью формирования сознательной антинаркотической установки без использования лекарств. Предполагается, что в результате их применения па­циент не только отказывается от наркотиков, но и становится другим человеком, например, более ответственным, трудолюби­вым, рассудительным в словах и поступках (или, по крайней мере, должен стать таким).  18. **Модели психотерапии зависимости**  В настоящее время существует несколько наиболее популярных подходов к психологической реабилитации наркоманов. Как правило, разработаны они в США (где, как известно, наркоманы уже давно водятся в большом количестве). Любой из этих подходов предусматривает некое сочетание групповой и индивидуальной терапии и строится на понятии "Терапевтического сообщества".  а. **Модель "Синанон"** – закрытое терапевтическое общество (ТО) с неограниченным сроком пребывания, своеобразный "антинаркотический монастырь". В подобных ТО обычно нет дипломированных специалистов по избавлению от наркомании и иногда нет даже понятия "лечение": члены общины просто живут и вместе зарабатывают себе на жизнь, а употребление наркотиков, табака и алкоголя там категорически запрещено.  б. **Модель "Дэйтоп"** – ТО с ограниченным сроком пребывания (чаще всего 6-24 месяца). В отличие от "Синанона", при этой модели терапии клиенты заранее ориентированы на то, что по окончании избавления они покинут стены центра и вернутся к обыденной жизни. В "Дэйтоп-подобных" центрах индивиду­альную и групповую терапию проводят специалисты (многие из которых ранее были наркоманами, вылечились в той же или в другой лечебной программе и затем получили образование). Как и в "Синаноне", клиенты также участвуют в совместной хо­зяйственной деятельности, поскольку ТО находится на само­обеспечении. Несмотря на обязательный труд, избавление в этих центрах стоит денег, поскольку необходимо оплачивать специалистов.  в. **Модель "Миннесота"** набирает популярность в России как один из наиболее простых, дешевых и эффективных подходов к терапии зависимости. Срок избавления согласно миннесотской модели не слишком большой: обычно не превышает двух меся­цев. Клиенты сами следят за порядком в комнатах, но не заняты производительным трудом: у них нет времени, ведь терапевти­ческий процесс очень интенсивный, и они заняты психотерапи­ей с утра до вечера (отсутствие свободного времени - это тоже один из лечебных факторов).  19. **Библиотерапия** – избавление от наркомании и алкоголизма, в результате чтения книг. Как психотерапевтическая система сложилась в середине ХХ века и прежде всего в США. В США сегодня публикуются обширные библиографии работ по избавлению от алкоголизма и наркомании чтением книг, выходят периодические издания по библиотерапии. Например, один из отделов Американской библиотечной ассоциации в Чикаго ("Отдел лечебных и реабилитационных библиотечных услуг") выпускает журнал "Лечебные и реабилитационные библиотечные услуги", а Национальная ассоциация терапии поэзией в Нью-Йорке - "Журнал терапии поэзией". Сегодняшняя библиотерапия бесконечно разнообразна, как и сама психотерапия, как человеческая душа. На Западе она - более религиозная, психологическая (в т. ч. психоаналитическая), у нас - более клиническая, педагогическая.  20. **Психотерапевтический театр**, в котором исполняются психотерапевтические (психопрофилактические) произведения (спектакли, концерты).  21. **Триада Бехтерева**  Ее составляют:  1) групповая беседа, в которой пациенты знакомятся с отри­цательным воздействием наркотика на организм;  2) гипносеанс, во время которого пациентам внушается отвращение к наркотику и формируется установка на трезвенническую жизнь;  3) обучение противонаркотическим самовнушениям.  22. **Условно-рефлекторная терапия** вырабатывает чувство от­вращения к наркотику, и более того, рвотных реакций, страха в случае употребления наркотика, для чего пациент многократ­но приводится в крайне тяжелое, болезненное физиологическое состояние, доходящее иногда до клинической смерти. Суще­ствует разновидность, когда применяется удар электрическим током, так называемый метод электрошока, или иные болезнен­ные раздражители.  23. **Метод избавления цветочной пыльцой** предложит испанский психиатр Л. Парет. Он определил, что пыльца устраняет дефицит витаминов у наркоманов, улучшает их психическое и физическое состояние, обладает стимулирующим действием, способствует устранению дискомфорта. Рекомендуется применять пыльцу в начальном периоде избавления. Учитывая, что организм наркозависимых также ослаблен, пыльца может играть роль восстанавливающей и поддерживающей терапии.  Имеется множество и других методов избавления от зависимостей.    Крокусы – символ трезвой жизни  **Рекомендации учителю**  Занятие следует начать с "мозговой атаки". Упражнение усиливает осознание ситуации, повышает интерес и сосредотачивает мысли без принуждения.  Учитель пишет на доске:  *- Когда я вижу наркотики, я чувствую...*  *- Наркоман – это...*  *- Клиенты с наркотическими проблемами – это...*  Обучающиеся дополняют предложения, все высказанные прилагательные записываются: слабовольные, отчаявшиеся, отталкивающие, омерзительные, бесполезные, беспомощные, печальные, одинокие, заброшенные, веселые, счастливые, беззащитные, грязные, ненадежные, надоедливые, жалостливые, добродушные, приветливые, вероломные, безнадежные, подавленные, разбитые, боязливые, общительные.  Групповой анализ помогает сгруппировать эти слова, затем в дискуссии высказываются отношения с их обоснованием. Наконец, предлагается еще раз изучить все слова и подумать, какие из них применимы к самому себе на разных этапах жизни. Эмпатия сближает людей и улучшает взаимопонимание между учителями и обучаемыми.  Затем можно учащимся предложить небольшое тестирование.  Оцени следующие утверждения как ПРАВИЛЬНЫЕ (П) или НЕПРАВИЛЬНЫЕ (Н)  1. Любой существующий в мире наркотик является потенциальным ядом, опасным для здоровья.  2. Антигистамины можно классифицировать как успокоительные средства, т. к. они используются для расслабления или успокоения центральной нервной системы.  3. Алкоголь и транквилизаторы никогда не следует принимать вместе.  4. Марихуана это новый наркотик.  5. Вам может стать очень плохо от вдыхания клея, но это не смертельно.  6. Дым сигареты с марихуаной связывают с повышенным риском возникновения бронхита, эмфиземы и рака легких.  7. Вдыхание паров из аэрозольного флакона не рассматривается как наркомания.  8. Марихуана на сегодняшний день является проблемой наркологии номер один.  9. Одновременное употребление успокоительных средств и алкогольных изделий может вызвать необратимые изменения в головном мозге.  10. Некоторые из успокоительных препаратов - это таблетки, которые про­писывают как снотворные таблетки, мышечные релаксанты и транкви­лизаторы.  **Ответы на тест**  П 1. Любой существующий в мире наркотик является потенциальным ядом, опасным для здоровья..  П 2. Антигистамины можно классифицировать как успокоительные сред­ства, т. к. они используются для расслабления или успокоения центральной нервной системы.  П 3. Алкоголь и транквилизаторы никогда не следует принимать вообще.  Н 4. Марихуана известна уже 5000 лет.  H 5. Вдыхание клея может быть причиной смерти. Это также может вызвать серьезное и необратимое поражение организма.  П 6. Дым сигареты с марихуаной связывают с повышенным риском возникновения бронхита, эмфиземы и рака легких.  Н 7. Вдыхание паров из аэрозольного флакона не рассматривается как нар­комания. (Вдыхание паров вызывает состояния, сходные с алкогольным опьянением и названо токсикоманией.  Н 8. Марихуана на сегодняшний день является проблемой наркологии номер три. Проблемой наркологии номер один является алкоголизм, номер два – табакомания.  П. 9. Одновременное употребление успокоительных средств и алкогольных изделий может вызвать необратимые изменения в головном мозге.  П 10. Некоторые из успокоительных препаратов - это таблетки, которые прописывают как снотворные таблетки, мышечные релаксанты и транквилизаторы. |

**Модели антинаркотической профилактики**

*Исторически сложились 3 основные модели антинаркотической профилактики: педагогическая, юридическая и медицинская. Еще в Древнем Риме в назидательных целях рабов напаивали допьяна, чтобы наглядно показать свободным гражданам, насколько омерзительно пьянство.*

*Юридическая модель была в основном представлена системой строгих запретов и карательными мерами. Так, в Древнем Египте пьяниц подвергали публичным наказаниям, в Китае еще за 2205 лет до нашей эры пьянство наказывалось смертной казнью, затем из Китая были изгнаны все винокуры. Их примеру последовали вскоре в Япо­нии и Индии. Римские цезари имели право упившегося сенатора ли­шить должности с конфискацией имущества.*

*В средние века отношение к алкоголю на Западе стало смяг­чаться, однако в России, согласно Устюжской Уставной грамоте еще в 1614 году населению позволялось варить и держать в домах крепкие изделия лишь на 4 праздника в году: Пасху, Дмитриевскую субботу, Николин день и на Масленицу. А в Пермской уставной грамоте 1553 года также указывалось, что льгота распространялась только на луч­ших людей, "чтобы порухи и убийства между ними не было".*

*Первые попытки избавления пьяниц от пагубного пристрастия к ал­коголю отличались экзотичностью: с целью формирования отвращения к алкогольным питиям пьяницам давали выпить воду после об­мывания покойника в смеси с алкоголем, на Востоке предлагались ал­когольные настои, приготовленные на трупах змей, лягушек, ящериц.*

*С учетом современных стратегий и традиционных мо­делей антинаркотической профилактики можно выделить ряд основных направлений антинаркотической профилактики в современных усло­виях: административно-правовое, информационно-педагогическое, социально-педагогическое, психолого-педагогическое, медико-психологическое.*

***Административно-правовая*** *модель антинаркотической профилактики в значительной мере обусловлена рамками исторически сложившейся субкультуры употребления интоксикантов. Она зависит от существующих традиций и обычаев и отражена в законах и админстративных правилах. В сегодняшних условиях это сухие законы для сотен миллионов мусульман во всем мире; это меры против наркомании на Востоке, где пожизненные сроки заключе­ния и смертная казнь для наркодельцов - норма (Бангладеш, Индия, Индонезия, Иран, Малайзия, Южная Корея, Таиланд, Турция, Египет); это повешение, расстрелы, отсечение головы во многих странах Азии и Африки. В Китае сегодня могут без суда и следствия прилюдно рас­стрелять, если обнаружат у вас 50 и более грамм нарковещества. Мо­жет быть, законы на Востоке столь жестокие потому, что здесь рань­ше, чем в Европе, узнали, что такое наркотики.*

*В Америке и большинстве европейских стран активно борются с курением: курильщики терпят дискриминацию при приеме на работу и увольнениях с работы, при оплате медицинской страховки, курильщики подвергаются штрафам за курение в общественных местах, а пострадавшие от курения люди возбуждают против табачных фирм многочисленные иски, и табачные фирмы нередко вынуждены вы­плачивать пострадавшим крупные штрафы. Реклама табака в боль­шинстве стран Запада разрешена лишь в пунктах продажи табачных изделий, причем она должна быть видна только изнутри.*

*С помощью продуманной системы штрафов защищают свою молодежь от алкоголя в современной Америке. Закон запрещает под­росткам возить, носить и просто держать в руках любые емкости со спиртным в том числе и пиво.*

*В России пиво вообще не признается алкогольным изделием, хотя, согласно исследованиям, именно с пива начинается массовое приобщение к пьянству (в России - в 15-16 лет). Те антиалкогольные указы, которые были приняты в период антиалкогольной компании в 1985-1987 гг., давно забыты.*

*С курением в России ситуация не лучше. За последние несколько лет число курящих школьников у нас выросло в 10 раз. Детям продают табачные изделия когда угодно и где угодно; а в учебных заведениях обычно нет никаких правил, запрещающих курение преподавателей, учащихся и студентов.*

*Что касается антинаркотического законодательства, то оно не­совершенно по ряду причин. Во-первых, наркомания обрушилась на Россию неожиданно, многие механизмы не отработаны, во-вторых, как во многих странах мира, оказывают свое влияние на законодате­лей и наркоденьги, то есть законодателей просто покупают. Наркодельцы имеют тысячи процентов прибыли. Известны две основные схемы подкупа: прямой подкуп и специальная юридическая подготовка талантливой молодежи из числа тех, кто не может платить за свою учебу и учится на деньги спонсоров из числа наркодельцов. Расплачивается такой молодой человек со своими благодетелями тем, что пишет нужные им законы.*

*Административно-правовая модель профилактики зависит от авторитета президента, законодательной и исполнительной власти, от политической воли тех, кто нами руководит. Но эта модель работает только в том случае, если параллельно действуют педагогические мо­дели, прежде всего* ***информационно-педагогическая.***

*В России и эта модель является слабым звеном. Очень непатриотичной яв­ляется позиция наших СМИ, которые буквально "напичканы" проалкогольной и протабачной, а порой и пронаркотической пропагандой, как прямой, так и косвенной. Наши современные фильмы - это сплошное проалкогольное программирование. Появление антиалкогольной и антитабачной информации является редким исключением. Между тем, школа не дает учащимся системы мировоззренческих научных знаний об интоксикантах, чтобы обеспечить им психологическую антинаркотическую защиту. А в США, например, антинаркотическое воспитание начинается с детского сада и продолжается все 12 лет обучения в школе. Может быть, поэтому административно-правовая модель там оказывается действенной, ведь законопослуш­ность напрямую зависит от степени развития общественного созна­ния.*

*В царской России введение "закона трезвости" в 1914 году со­стоялось потому, что к этому шагу общество готовилось десятилетия­ми: выпускались десятки антиалкогольных программ и учебников для учащихся, велась специальная подготовка учителей, на защиту идеалов трезвости встала вся передовая интеллигенция.*

*В современной России нет ни программ, ни массовых учебных пособий, дающих учащимся антинаркотическую информацию. Почти нет такой информации в курсах отдельных учебных предметов. Фактически нарушаются этические принципы Европейской Хартии по ал­коголю, которые можно перенести и на другие интоксиканты.*

*"Все люди имеют право на достоверную полную информацию и образование, начиная с раннего возраста, о последствиях употребле­ния алкоголя для здоровья семьи и общества".*

*В большинстве педвузов России будущие педагоги не получают никакой специальной антинаркотической подготовки.*

*Однако проблема антинаркотической профилактики гораздо глубже, чем просто формирование мировоззренческих знаний. Хотя проалкогольному и протабачному программированию, а теперь и пронаркотическому риску у нас подвержены чуть ли не все дети в силу огромной распространенности алкоголя, табака и других наркотиков, особую группу риска составляют дети с социально-педагогической запущенностью и психологическими проблемами. Больше рискуют дети из неблагополучных семей, имеющие проблемы с учебой, испытываю­щие трудности в общении с учителями, сверстниками, родителями. Для подростка очень важна ситуация успеха хоть в каком-то виде деятельности, без этого он потянется к суррогатным видам деятельно­сти, в том числе к дурманам. С этой точки зрения становится понятной необходимость помощи трудным детям и трудным семьям со­вершенствования учебно-воспитательного процесса в школе, существования альтернативной .клубной деятельности, которая может стать для подростка полем для самоутверждения. Отсюда осознание необ­ходимости обучать подростков искусству общения, умению решать трудные и конфликтные ситуации, формировать адекватную и пози­тивную самооценку, помогать строить жизненную перспективу, обу­чать саногенному или рациональному мышлению. Все вышеназванное диктует необходимость разработки еще двух моделей профилактики:* ***социально-педагогической и психолого-педагогической.***

*К сожалению, в современной России группа риска продолжает увеличиваться за счет числа безнадзорных и беспризорных детей, ко­торых, по данным А.В. Опариной сегодня в России насчитывается уже 4 миллиона.*

*Более того, растет число геноослабленных детей, что обуслов­лено не только тяжелыми социально-экономическими проблемами в обществе, но и массовой алкоголизацией и курением взрослых, так как уже не первое десятилетие идет ухудшение нашего генофонда. По данным Н.П. Золотовой сотрудника информационно-аналитического управления аппарата Совета Федерации России, в настоящее время в школах около 80% хронически больных детей, а по прогнозам их ско­ро будет 95%, учащаются задержки в психическом и физическом раз­витии детей.*

***Медико-психологическая модель антинаркотической профилактики*** *- это уже борьба с последствиями, и обходится она обществу чрезвычайно дорого, является зачастую неэффективной, прежде всего в случае с наркотиками. В наркомании самое страшное - это даже не физическая зависимость (ее с помощью современных методов врачи нау­чились снимать), а психическая и социальная реабилитация наркома­нов. Даже для того, чтобы пойти лечиться, необходимо желание больного, а этого без эффективных педагогических моделей не до­биться. Без квалифицированной помощи психологов и психиатров, без активной социальной помощи - в трудоустройстве и обретении жизненной перспективы проблему тоже не решить. Поэтому речь может идти как минимум о медико-психологической модели профилактики.*

*Приоритетной должна быть первичная профилактика, еще до "первой пробы", которая чаще всего оказывается роковой.*

*Известно: если подросток выкурил хотя бы две сигареты, в 70 случаях из 100 он будет курить всю жизнь; подросток становится алкозависимым через один-два, реже три месяца регулярных выпивок, причем под регулярными выпивками понимаются выпивки раз в неделю. Наркоманом можно стать после первого укола героина[[3]](#footnote-3)\*.*

***Модель моральных принципов****. Использование психотропных веществ является аморальным и неэтичным. Ставка делается на чувства патриотизма, самопожертвования для общего блага. Эффек­тивна в периоды общественного и религиозного подъема населения, отзывчивого на народную беду.*

*По мнению профессора Н.А. Гринченко, в наших условиях модель моральных принципов является особенно перспективной. Из затянувшегося кризиса общества есть лишь один выход: возрождение духовности и патриотизма русского народа. Передовые педагоги буквально кричат: "Верните в школу идеалы и патриотизм". Размах алкоголизма в России уже давно превратился в алкогеноцид. Наркотиком номер два по степени наносимого вреда для россиян является табак. Уже говорят об эпидемии наркомании. В этих условиях нет более высокой задачи, чем сохранение русского и других народов, пораженных наркотизмом, со­хранение российской государственности, политической и экономической независимости. Но выполнение этих задач невозможно без от­резвления общества. Уничтожение народа возможно не только во время открытых боевых действий. Война с помощью интоксикантов намного страшнее, потому что враг не виден. Чтобы выйти из тяжелейшего кризиса, охватившего наше общество, надо для начала протрезветь и посмотреть на все, что с нами происходит, трезвыми глазами.*

***Модель запугивания****. Существует мнение, что людей можно заставить отказаться от наркотиков, если сообщить им о них всю правду. К сожалению, эффективность данного метода очень ограни­ченна. Во-первых, обыденное сознание напрочь отвергает ту инфор­мацию, которая не согласуется с ее внутренними установками и убеж­дениями, и пробиться сквозь стену обывательских предрассудков и заблуждений очень трудно. Во-вторых, в молодежной среде употребление интоксикантов - это нечто вроде спорта, рискованного мероприятия. Поэтому запугиванием здесь мало чего добьешься. Однако при работе с младшими школьниками модель срабатывает, хотя зло­употреблять ею не следует.*

*При работе с молодежью упор лучше делать на выяснении того, какие жизненные перспективы открывает здоровый, безнаркотический образ жизни, постоянно указывать на положительные примеры других стран ("сухие законы" в мусульманских странах, культ здоро­вья в США, мода на здоровье на Западе вообще и т. д.).*

***Модель фактических знаний****. Эта модель рассчитана на тех, кто уже знаком с наркотиками. Цель - уменьшить зло, наносимое нар­котиками, за счет овладения приемами уменьшения интоксикации, риска передозировки. Отсюда - появление известных рекомендаций в газетах о способах похмелья, энциклопедий "безопасного" курения, открытие специальных пунктов для наркоманов, где они бесплатно могут получить свою "дозу" в некоторых европейских странах. Можно по-разному относиться к модели вообще, но для целей предупреждения наркомании этот подход не годится.*

*Европейский комиссар по вопросам политики в области потребления Эмма Бонино хочет добиться легализации "слабых наркотиков" в Европейском союзе. Ссылаясь на опыт Нидерландов, Бонино утверждает, что голландское законодательство позволило получить превосходные результаты. Снизилась преступность, и уменьшилось количе­ство правонарушений. Наркоманы регистрируются, и здесь гораздо меньше людей, пораженных СПИДом, чем где-либо в Европе". И далее "если бы торговля наркотиками была официально разрешена, это отняло бы у организованной преступности важный источник дохо­дов". Ее аргументы реанимируют старые мифы и не принимают во внимание тревожную реальность. Легализация наркотиков стала бы катастрофой для европейских детей и подростков. По мнению итальянского исследователя Дж. Калифано-младшего, существуют следующие мифы относительно необходимости легализации наркотиков.*

***Миф № 1****: Нидерланды проводят весьма удачную политику легализации наркотиков. Голландцы не легализовали наркотики в бук­вальном смысле слова, но разрешили открывать кофейни, где продается марихуана для личного потребления. С 1984 по 1992 год потреб­ление марихуаны подскочило почти на 200 процентов.*

*Голландские официальные лица и граждане выражают тревогу но поводу нарастающего потребления марихуаны подростками и роста преступности. В результате парламенту пришлось сократить вдвое число кофеен с продажей марихуаны и. уменьшить дозу этого нарко­тика, продаваемую одному лицу, с 30 до 5 грамм.*

***Миф № 2:*** *Легализация наркотиков снижает уровень преступности, связанной с их потреблением.*

*Любое кратковременное сокращение количества арестов после отмены законов о потреблении наркотиков быстро сходит на нет по мере того, как увеличивается их потребление. При этом преступления, порождаемые наркотиками, нападения, убийства, изнасилования, издевательства над детьми, акты вандализма, - взрывоподобно растут.*

*Министерство юстиции США установило, что преступники под .воздействием наркотиков совершают в шесть раз больше убийств, в четыре раза больше нападений и почти в полтора раза больше ограблений по сравнению с .теми, кто совершает преступления ради того, чтобы достать деньги дли покупки наркотиков. Голландские власти признают, что преступность, связанная с потреблением наркотиков, в последнее десятилетие непрерывно возрастала. Статистика показывает, что почта 40% заключенных в тюрьмах Голландии осуждены за преступления, так или иначе связанные с потреблением наркотиков.*

***Миф № 3:*** *Легализация наркотиков поможет искоренить черный рынок и ослабит деятельность организованной преступности.*

*И в этом случае опыт голландцев свидетельствует об обратном. Начиная с 1988 и по 1993 год количество организованных преступных группировок в Нидерландах возросло от 3 до 93.*

***Миф № 4:*** *Большая доступность и легальное приобретение та­ких наркотических средств, как марихуана, кокаин и героин не увели­чат их потребления.*

*С 1984 по 1992 год потребление марихуаны голландскими под­ростками почти утроилось. В Италии, где хранение небольших доз наркотиков, включая и героин, перестало в 1975 году быть преступным деянием, насчитывается около 300 тысяч наркоманов, пристра­стившихся к героину, наблюдается резкий рост потребления марихуаны, особенно среди подростков.*

***Миф № 5:*** *Легализация ослабит остроту проблем здравоохранения и ограничит распространение таких заболеваний, как СПИД.*

*Швейцарские власти устроили в Цюрихе общественный парк, где наркоманы могли бы потреблять героин. Работники здравоохра­нения в этом парке бесплатно раздавали шприцы, презервативы, обес­печивали амбулаторную помощь, проводили консультации и предлагали лечение. Вскоре это место стало известно как "Парк на игле", В "лучшую" пору его посещали тысячи наркоманов.*

*Ежедневно здесь раздавали до 15 тысяч шприцев, и очень многих, принявших чересчур большую дозу, приходилось приводить в чувство. В 1991 году было зафиксировано 78 смертельных случаев от передозировки наркотиков, в два раза больше по сравнению с преды­дущим годом. Швейцарцы этот парк закрыли.*

*Утверждение госпожи Бонино, что легализация наркотиков якобы ограничит распространение СПИДа, противоречит опыту ее собст­венной страны. В Италии после снятия уголовной ответственности за потребление наркотиков и приобретение их в личное пользование почти две трети всех случаев заболевания СПИДом связывают с упот­реблением наркотических средств.*

***Миф № 6****: Легализация наркотиков должна распространяться только на взрослых, разрешенные к употреблению наркотики будут недоступны детям.*

*В обзоре, опубликованном голландским Институтом проблем алкоголизма и наркомании в 1993 году, отмечалось, что потребление наркотиков среди школьников в возрасте от 12 до18 лет возросло с 1984 года почти на 200 процентов. В Соединенных Штатах детям не разрешается покупать сигареты, пиво и алкоголь. Однако сегодня около 4,5 миллиона американских подростков курят, а 4,7 миллиона несовершеннолетних американцев употребляют алкогольные напитки.*

*Исторический опыт и научные исследования показывают: лега­лизация наркотиков увеличивает число наркоманов и количество преступлений, совершаемых на этой почве, а также самым страшным об­разом отражается на физическом, интеллектуальном и эмоциональном развитии детей (Калифано-м. Дж. Шесть аргументов против легализа­ции наркотиков // Ридерз Дайджест. – 1997. - Апрель. - С. 62-64).*

*На этих ярких примерах мы можем убедиться, что модель фак­тических знаний не годится для применения в широкой аудитории. Эту модель, вероятно, эффективно использовать в специальных цен­трах по реабилитации наркоманов. Но эти сведения не должны появ­ляться в СМИ, а также использоваться на антинаркотических занятиях в школах и других учебных заведениях.*

***Модель улучшения здоровья****. Программы, нацеленные на пре­дупреждение сердечно-сосудистых заболеваний, рака легких, цирроза печени, психических заболеваний, улучшение диетических привычек, могут косвенно быть использованы как антинаркотическая профилак­тика.*

*Оздоровительные программы поощряют развитие альтернативных привычек, например, занятия физкультурой и спортом, здоровый образ жизни и т. д. Так, данный подход используется в коррекционных методиках известного лидера трезвеннического движения В. Г. Жданова. Проводя курсы по коррекции зрения, он незаметно из­бавляет людей от питейной и курительной зависимостей. В пособиях В.И. Гринева по коррекции веса и самоизбавлению от курения табака содержится потенциал и для избавления от всех видов наркотических зависимостей (Гринченко Н. А. Основы искусства антинаркотического воспитания... - Елец, 1999. - С. 37).*

*При использовании каждой из перечисленных моделей необхо­дима адаптация к конкретной, аудитории, но каждая из них имеет свои ограничения, и это необходимо учитывать.*

*В феврале 2000 года Коллегией Министерства образования Российской Федерации утверждена "Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образователь­ной среде". В ней выделены первичная, вторичная и третичная профилактика зависимости от психотропных веществ.*

*Первичная профилактика направлена на формирование общественного неприятия употребления наркотиков, на предупреж­дение приобщения детей и подростков к наркотикам. Сущест­венную роль в достижении целей этого этапа играет современная школа.*

***Первичная профилактика*** *разрабатывается с учетом необхо­димости влияния на три основные сферы самореализации ре­бенка - семью, образовательное учреждение и место проведе­ния досуга (включающего микросоциальное окружение). Стра­тегия первичной профилактики предусматривает активность профилактических мероприятий, направленных на:*

* *формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у детей и молодежи социально-нормативного жизнен­ного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема психотропных веществ:*
* *формирование ресурсов семьи, помогающих воспита­нию у детей и подростков законопослушного, успешного и ответственного поведения, а также ресурсов семьи, обеспе­чивающих поддержку ребенку, начавшему употреблять нарко­тики, сдерживающих его разрыв с семьей и помогающих ему на стадии социально-медицинской реабилитации при прекра­щении приема наркотиков;*
* *внедрение в образовательной среде инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни и мотивов отказа от пробы и приема наркотиков, а также технологий раннего обнаружения случаев употребления наркотиков учащимися;*
* *развитие социально-профилактической инфраструкту­ры, включающей семью в микросоциальное окружение ребенка , "группы риска" наркотизации и ребенка, заболевшего наркоманией.*

*Итак, можно полагать, что наиболее адекватной для современного состояния развития общества является стратегия сдерживания распространения наркомании.*

*Следует подчеркнуть, что про­блема предупреждения употребления наркотиков не может быть решена исключительно запретительными мерами. Традицион­ный проблемно-ориентированный подход, акцентирование негативных последствий приема наркотиков в отрыве от других средств не дадут нужного эффекта.*

*Именно поэтому в качестве стратегического приоритета первичной профилактики следует рассматривать создание системы позитивной профилактики, которая ориентируется не на патологию, не на проблему и ее последствия, а на защищающий от возникновения проблем потенциал здоровья - освоение и раскрытие ресурсов психики и личности, поддержку молодого человека и помощь ему в самореализации собственного жизненного предназначения. Очевидная цель позитивно направляющей первичной профилактики состоит в воспитании психически здорового, личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме психотропных веществ.*

***Вторичная профилактика*** *направлена на тех, кто уже испытал на себе влияние наркотиков, но не обнаруживает проявления болезни. Цель профилактики - максимально сократить продолжительность воздействия наркотика на человека, ограничить степень вреда, наносимого как потребителю, так и окружающему микросоциуму - друзьям, одноклассникам, семье, то есть предотвратить возникновение хронического и "заразного" заболевания. Результативность этого этапа может быть определена по полному прекращению дальнейшей нарко­тизации и восстановлению личностного и социального статуса учащегося.*

*Важнейшими составными частями вторичной профилактики являются создание системы раннего выявления потребителей наркотиков, обеспечение доступности комплексного обследова­ния и оказание квалифицированной психологической, меди­цинской, педагогической и социальной помощи.*

*Педагоги, школьные психологи, социальные работники вмес­те с родителями таких учащихся должны стремиться к созданию атмосферы непримиримости к повторному употреблению нар­котиков и оптимизировать их здоровые личностные и социаль­ные устремления. Очень важно обеспечить длительное пребы­вание таких учащихся в нормативных микросредах (учебный класс в общеобразовательной школе, учреждения дополнитель­ного образования и т. д.), в которых, как правило, вероятность распространения наркотиков сведена к минимуму.*

*В случаях, когда ставится диагноз "наркомания", учащийся нуждается в специальном комплексном обследовании, ле­чении и реабилитации. Прежде всего, необходимо выяснить, какие биологические, психологические, характерологические и микросредовые особенности способствовали наркотизации, имеется ли соматическая патология, какова степень пораже­ния личности и каков предполагаемый реабилитационный по­тенциал.*

***Третичная профилактика*** *направлена на предотвращение срывов и рецидивов наркомании. Собственно, это и есть реа­билитация, которая, по мнению экспертов ВОЗ, представляет собой комплексное направленное использование медицинских, психологических, социальных, образовательных и трудовых мер с целью приспособления больного к деятельности на макси­мально возможном уровне.*

*Задачи вторичной и третичной профилактики могут быть решены в специализированных государственных центрах реаби­литации детей и молодежи в системе Министерства образова­ния Российской Федерации. Помимо специализированных центров в целях профилактики употребления психотропных веществ может и должна активно использоваться уже существующая сеть образовательных учреждений для детей нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи. Спектр деятельности таких центров должен быть многогранным и многопрофильным:*

* *оказание консультативно-диагностической, медико-социальной и правовой помощи детям и молодежи, употребляющим психотропные вещества и имеющим болезненную зависимость;*
* *оказание консультативной помощи и правовой под­держки родителям по вопросам наркозависимости детей и молодежи; организация общеобразовательного и профессионального обучения и с этой целью создание учебных классов, студий, спортивных секций, трудовых мастерских и других специальных структур для обеспечения духовного и творческого роста реабилитируемых;*
* *оказание организационно-методической и консульта­тивной помощи специалистам образовательных учреждений по вопросам профилактики наркомании и зависимости от психо­тропных веществ;*
* *взаимодействие с заинтересованными ведомствами и организациями по вопросам реадаптации и реабилитации детей и молодежи, вовлеченных в употребление психотропных ве­ществ;*
* *разработка и апробирование реабилитационных про­грамм для детей и молодежи с зависимостью от психотропных веществ;*
* *разработка программ профилактики срывов и рециди­вов наркомании у детей и молодежи, прошедших лечение и ре­абилитацию и интегрированных в образовательное учреждение[[4]](#footnote-4)\*.*

**Материал для размышлений**

**Двенадцать Шагов "Анонимных Наркоманов"**

1. Мы признали, что бессильны перед наркоманией, признали, что наши жизни стали неуправляемы.

2. Мы пришли к убеждению, что Сила более могущественная, чем наша собственная, может вернуть нам здравомыслие.

3. Мы приняли решение препоручить нашу волю и наши жизни Богу, как мы Его понимали.

4. Мы глубоко и бесстрашно исследовали себя с нравственной точки зрения.

5. Мы признали перед Богом, собой и каким-либо другим чело­веком истинную природу наших заблуждений.

6. Мы полностью подготовились к тому, чтобы Бог избавил нас от всех этих дефектов характера.

7. Мы смиренно просили Его избавить нас от наших недостат­ков.

8. Мы составили список всех тех людей, которым мы причини­ли зло, и преисполнились желанием возместить им ущерб.

9. Мы лично возмещали причиненный этим людям ущерб, где только возможно, кроме тех случаев, когда это могло повре­дить им или кому-либо другому.

10. Мы продолжали самоанализ и, когда допускали ошибки, сра­зу признавали это.

11. Путем молитв и размышлений мы старались улучшить свой осознанный контакт с Богом, как мы Его понимали, молясь лишь о знании Его воли, которую нам надлежит исполнить, и даровании силы для этого.

12. Достигнув духовного пробуждения в результате выполне­ния этих шагов, мы стремились нести весть об этом наркома­нам и применять эти принципы во всех наших делах.

**Двенадцать Традиций "Анонимных Наркоманов"**

1. Наше общее благополучие должно стоять на первом месте. Личное выздоровление зависит от единства АН.

2. В делах нашей группы есть лишь одни высший авторитет -любящий Бог, воспринимаемый нами в том виде, в котором Он может предстать в нашем групповом сознании. Наши ли­деры - всего лишь облеченные доверием исполнители, они нами не управляют.

3. Единственным условием для членства в АН является жела­ние прекратить употребление наркотиков.

4. Каждая группа должна быть вполне самостоятельной, кроме тех случаев, когда дело касается других групп или АН в це­лом.

5. У каждой группы есть лишь одна главная цель - донести наши идеи до тех наркоманов, которые все еще страдают.

6. Группе АН никогда не следует поддерживать, финансиро­вать или предоставлять имя АН для использования какой-либо родственной организацией или посторонней компани­ей, чтобы проблемы, связанные с деньгами, собственностью и престижем, не отвлекали нас от нашей главной цели.

7. Каждой группе АН следует полностью опираться на соб­ственные силы, отказываясь от помощи извне.

8. Сообщество Анонимных Наркоманов должно всегда оста­ваться непрофессиональным объединением, но наши центры и службы могут нанимать работников, обладающих опреде­ленной квалификацией.

9. Сообществу АН никогда не следует обзаводиться жесткой системой управления; однако мы можем создавать службы или комитеты, непосредственно подчиненные тем, кого они обслуживают.

10. Сообщество Анонимных Наркоманов не придерживается ка­кого-либо мнения но вопросам, не относящимся к его дея­тельности, поэтому имя АН не следует вовлекать в какие-либо общественные дискуссии.

11. Наши отношения с обществом основываются на привлека­тельности наших идей, а не на пропаганде. Мы должны все­гда сохранять анонимность во всех наших контактах с прес­сой, радио и телевидением.

12. Анонимность - духовная основа всех наших традиций, по­стоянно напоминающая нам о том, что главным являются принципы, а не личности.

**Узелки на память**

Лучше отказаться от наркотика один раз, чем пытаться это делать всю свою короткую жизнь.

Начиная потреблять наркотики, не думай, что ты поль­зуешься свободой. Наоборот, ты начал ее терять, предавая себя в рабство.

Я живу без наркотиков и кайфую от трезвой жизни!

Я не хочу колоться и погибнуть от наркотиков так и не узнав, что такое тепло, счастье и любовь.

У меня есть защита от депрессии - я не пью и не колюсь.

Я буду продолжать работать над собой столько, сколько потребуется, даже если потребуется вся жизнь!

**Задания и упражнения**

1. Какие методы избавления от зависимостей применяли твои знакомые, друзья?

2. Запиши в тетрадь "узелки".

3. Чем отличается первичная профилактика от вторичной и третичной?



Автор Сума Мариам

**Домашнее чтение**

**Концепция комплексной активной профилактики и реабилитации (КАПР)[[5]](#footnote-5)\***

Антинаркотическая профилактика - это целостная, органи­зуемая в рамках единой государственной программы система мер, которая имеет свое содержание, свою этапность и динами­ку развития, свой определенный конечный результат и реализу­ется государственными и общественными структурами.

Такое понимание профилактики как системы деятельности позволяет в общегосударственной системе профилактики упо­требления и оборота наркотических средств выделить подсисте­му профилактической деятельности в образовательной среде, которая имеет специфические цели, задачи, средства и находит­ся в компетенции прежде всего Министерства образования и науки Рос­сийской Федерации, Министерства здравоохранения Россий­ской Федерации, органов управления образованием и органов управления здравоохранением субъектов Российской Федера­ции.

Отечественный и зарубежный опыт свидетельствует, что в плане профилактики наиболее предпочтительными являются программы, направленные на пропаганду здорового образа жиз­ни и ориентированные на применение социально-психологиче­ского тренинга. Базовой основой всех профилактических меро­приятий признается информационно-когнитивное (образовате­льное) направление. Исходя из объективных условий состояния наркологических проблем в стране и стратегии сдерживания наркомании, разработана Концепция комплексной активной профилактики и реабилитации (КАПР), которая предлагает в качестве кардинального решения проблемы профилактики наркомании объединение в единый комплекс образовательных, социальных и медицинских мер в рамках первичной, вторич­ной и третичной профилактики, обеспечивающих достижение общей цели. Такой методологический подход позволяет макси­мально опереться на уже имеющиеся ресурсы и возможности общеобразовательных учреждений, учреждений начального, среднего, высшего профессионального образования и других об­разовательных учреждений, а также использовать последние достижения современных образовательных, психологических и медико-социальных технологий в области профилактики нар­комании. Следовательно, КАПР позволяет решать задачи не то­лько первичной, но и обязательно вторичной и третичной про­филактики, т.е. вовремя, на максимально ранних этапах обес­печить выявление наркозависимых и перейти к лечению и реабилитации с последующей профилактикой срывов и рециди­вов заболевания. При таком подходе обеспечивается решение вопросов контролирования групп детей и подростков, прошед­ших первичное лечение или реабилитацию по поводу наркома­нии и вернувшихся в то или иное образовательное учреждение.

Профилактическая деятельность в образовательной среде согласно Концепции КАПР включает следующие основные принципы:

**1. Комплексность**

Согласованное взаимодействие:

- на межведомственном уровне - органов и учреждений, отвечающих за различные аспекты государственной системы профилактики наркомании в рамках своей компетенции (орга­ны и учреждения образования, здравоохранения, социальной защиты населения, правоохранительные органы и др.);

- на профессиональном уровне - специалистов различных профессий, в функциональные обязанности которых входят различные аспекты профилактики (воспитатели, педагоги, до­школьные, школьные и медицинские психологи, врачи, наркологи, социальные педагоги и социальные работники детства, работники комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, инспекторы подразделений но делам несовершеннолет­них);

- в системе образования - органов управления образова­нием на федеральном, региональном, муниципальном уровнях, а также образовательных учреждений, отвечающих за взаимо­действие и координацию различных профилактических меро­приятий в русле единой целостной программы комплексной профилактики.

**2. Дифференцированность**

Дифференциация целей, задач, средств и планируемых ре­зультатов профилактики с учетом: во-первых, возраста. По воз­расту наиболее значимо выделение группы детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет), младшего школьного возраста (7-10 лет), среднего школьного возраста (11-14 лет), старшего подросткового возраста (15-16 лет), юношеского возраста (17-18 лет) и молодежи (от 18 лет); во-вторых, степени вовлечения в наркогенную ситуацию. При этом значимо выделение детско-подростковых и молодежных групп, не вовлеченных в нар­когенную ситуацию, но относящихся к "группе риска наркотизации", например, лишенных родительского попечения и нахо­дящихся в условиях безнадзорности; имеющих различные проблемы в развитии и поведении ("трудные и проблемные" дети и подростки); начавших употреблять наркотики (потреби­тели наркотиков); заболевших наркоманией. В этом контексте приобретает свою специфику профилактическая работа со сту­дентами средних и высших профессиональных учебных учреждений.

**3. Аксиологичность (ценностная ориентация)**

Этот принцип включает формирование у детей и молодежи мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценно­стях, здоровом образе жизни, законопослушности, уважении к человеку, государству, окружающей среде и др., которые явля­ются ориентирами и регуляторами их поведения. Принятие об­щечеловеческих ценностей и норм поведения является одним из основных морально-этических барьеров потребления ПАВ, а в случае заболевания служит основанием для социальной реадап-тации и реабилитации.

**4. Многоаспектность**

Сочетание различных направлений целевой профилактиче­ской деятельности. Ведущими аспектами профилактической де­ятельности в образовательной среде являются:

- социальный аспект, ориентированный на формирование позитивных моральных и нравственных ценностей, определяю­щих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к пробе и приему психоактивных веществ, в том числе наркоти­ков, меняющих психическое состояние;

- психологический аспект, направленный на формирова­ние стрессо-устойчивых личностных установок, позитивно-ког­нитивных оценок, а также навыков "быть успешным", быть способным сделать позитивный альтернативный выбор в труд­ной жизненной ситуации, включая ситуацию предложения нар­котиков;

- образовательный аспект, формирующий систему пред­ставлений и знаний о социально-психологических, медицин­ских, правовых и морально-этических последствиях злоупот­ребления ПАВ.

Многоаспектность комплексной профилактики включает также направленность ее воздействия на различные уровни в поле субъект- объектных взаимодействий при осуществлении профилактических мероприятий:

- социально-средовое воздействие, направленное на разру­шение групп наркотизирующихся детей и подростков и на со­здание социально-поддерживающей инфраструктуры;

- воздействие на "саморазрушающее" поведение детей и подростков, вовлеченных в наркотизацию, а также на другие отклоняющиеся ("девиантные") формы поведения детей группы риска;

- воздействие, связанное с индивидуальными или группо­выми формами оказания профилактической помощи.

**5. Последовательность (этапность)**

Принцип последовательности или этапности предусматривает, что ее цели и задачи должны быть

- разделены на общие стратегические и частные (этапные), т.е. не могут быть реализованы одномоментно или аврально, по типу разовой кампании;

- на каждом этапе возможность реализации поставленных целей и задач должна быть поддержана соответствующим целе­вым финансированием;

- для обеспечения последовательности или "алгоритма" шагов в реализации системной профилактики в нее должен обя­зательно входить социально-психологический мониторинг, ори­ентированный не только на оценку субъективных и объектив­ных факторов распространенности наркотиков, но и на форми­рование структур и элементов системы сдерживания распространения, системы социально-психологической поддер­жки.

**6. Легитимность**

Легитимность предусматривает необходимую правовую базу антинаркотической профилактической деятельности. К правовой базе указанной деятельности, безусловно, относятся все нормативные акты о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой. К правовой базе относятся также права и обя­занности детей и молодежи, которые затрагиваются в различ­ной степени, когда по отношению к ним осуществляются актив­ные профилактические мероприятия. Таким образом, правовые границы антинаркотической профилактики предусматривают:

- действия, не нарушающие установленную в законе ком­петенцию органа или лиц, осуществляющих профилактические меры;

- действия, не нарушающие права несовершеннолетнего как гражданина и члена общества, к которому относятся эти профилактические мероприятия.

При этом может возникать правовая ситуация, когда те или иные действия в границах осуществления первичной и вторич­ной профилактической помощи не запрещены, однако не регла­ментированы нормативными актами. Например: доврачебная и врачебная диагностика наркотического опьянения в образовате­льном учреждении; диагностика употребления наркотиков ме­тодом тестирования; социальное вмешательство специалиста в семью при риске наркотизации для ребенка.

Следовательно, компетенция органов и лиц, осуществляю­щих профилактическую работу, и степень взаимодействия раз­личных ведомств и специалистов должны быть закреплены в со­ответствующих нормативных актах. Это ставит перед участни­ками системы профилактики специфические задачи: максимальный учет отраслевых законов, их согласование в рамках концепции активной, системной первичной профилак­тики; использование мирового и российского опыта в правовом обеспечении диагностики употребления наркотиков, организа­ции раннего выявления потребителей и их оздоровления, соци­ально-психологической реабилитации, с одной стороны; защи­ты их прав и законных интересов - с другой. Для этого необхо­дима соответствующая специальная, в том числе правовая, подготовка специалистов, участвующих в оказании профилак­тической помощи. Особое внимание должно быть обращено на правовые гарантии прав несовершеннолетнего во всех случаях применения к нему активных профилактических мер, влеку­щих принуждение и ограничение его прав. Нельзя предостав­лять органам и лицам, осуществляющим профилактику, право проводить диагностику наркотического опьянения, употребле­ния ПАВ, не сформировав в том же нормативном акте механизм защиты прав и достоинства ребенка, по отношению к которому осуществляются эти действия.

Цели Концепции КАПР в образовательной среде:

- снижение спроса на наркотики и другие психотропные вещества;

- снижение заболеваемости наркоманиями, токсикоманиями и алкоголизмом, а также сопутствующих заболеваний;

- снижение численности групп риска потребления интоксикантов;

- снижение тяжести медико-социальных последствий употребления наркотиков.

Основные задачи Концепции КАПР в образовательной среде:

- вовлечение в профилактическую антинаркотическую де­ятельность всех без исключения учреждений системы образова­ния;

- улучшение качества воспитания и формирования у детей и молодежи антинаркотических установок;

- улучшение качества образования за счет повышения уровня здоровья и изменения ценностной ориентации учащих­ся;

- повышение качества здоровья детей и молодежи;

- улучшение криминогенной обстановки в регионе; разъединение наркотических асоциальных групп;

- возвращение в образовательные учреждения детей и мо­лодежи, прошедших лечение и реабилитацию в связи с наркозависимостью и осуществление профилактической работы с ними по предотвращению срывов и рецидивов заболевания;

- оказание детям и молодежи консультативной, психокоррекционной и реабилитационной помощи;

- осуществление антинаркотической профилактической работы в семьях учащихся, а также в местах досуга детей и мо­лодежи;

- создание в образовательных учреждениях атмосферы не­гативного отношения к наркотикам и лицам, употребляющим наркотики, с привлечением к этой работе нравственно устойчи­вых учащихся;

- создание системы раннего выявления и контроля лиц, приобщенных к употреблению наркотиков и наркозависимых на уровне школы, семьи и мест досуга (секции, кружки и пр.);

- реализация этапов профилактической деятельности: со­здание организационных структур; подготовка: кадров, норма­тивно-правовой базы, дифференцированных программ профи­лактики, программ научных исследований; взаимодействие с различными государственными, общественными, частными уч­реждениями и организациями, а также со средствами массовой информации.

Концепция КАПР учитывает все многообразие факторов, способствующих развитию наркомании, главным образом, лич­ностные особенности детей и подростков, значимых для образо­вательных учреждений. Благодаря использованию последних достижений современных медицинских технологий (иммунохроматические тесты на наркотики), мероприятия в рамках кон­цепции КАПР позволяют активно и целенаправленно не только выявлять заболевших на ранних стадиях заболевания (диспан­серизация, профосмотры и т.д.), но и изменять менталитет уча­щихся, показывая, что прием наркотиков скрыть невозможно.

Однако нельзя не брать в расчет приведенного выше усло­вия - ограниченного финансирования, т.е. ни одна структура не может взять на себя все расходы по профилактике. В услови­ях нашей страны, когда практически нет благотворительных организаций, необходимо включить в КАПР максимально воз­можное число семей учащихся, которые должны взять на себя целый ряд функций по реализации профилактической про­граммы.

Активная антинаркотическая профилактическая помощь семье в рамках КАПР сегодня должна проводиться в условиях различия мнений и отношения отдельных семей к самой проб­леме, дефицита компетентности по вопросам формирования у детей антинаркотических установок, ценностей здорового обра­за жизни, трудностей установления контактов и взаимодейст­вия со специалистами при необходимости консультативной, специализированной и социально-правовой помощи, в услови­ях, когда сами профессиональные группы лиц, работающие с детьми и подростками - учителя, школьные психологи, социа­льные педагоги и социальные работники, инспекторы подразде­лений по делам несовершеннолетних (ПДН) также нуждаются в выработке нового подхода к взаимодействию со своими подо­печными.

Фактически речь идет не только и не столько о разработке и принятии в качестве отправной точки всех профилактических мероприятий новой концепции, но и о создании совершенно но­вой организационной структуры в рамках образовательных уч­реждений. Прообраз такой структуры может быть смоделиро­ван в виде двух базовых федеральных центров Минобразования России - организационно-методического и реабилитационного. Эти центры должны соответствовать трем основным задачам:

- учебно-методический полигон мероприятий по профи­лактике наркозависимости в образовательных учреждениях, включая решение задач реабилитации;

- ведущих региональных центров профилактики и реабилитации;

- информационный узел, позволяющий адекватно интерп­ретировать результаты мониторинга по различным регионам с целью оценки развития наркологической ситуации и эффективности профилактики наркозависимости. Внедрение новой системы профилактики происходит в конкретных реальных условиях. Невозможно одномоментное введение в практику всех желательных нововведений. Главным яв­ляется четкое определение этапов внедрения, что позволяет сде­лать КАПР наиболее эффективной.

ПЕРВЫЙ ЭТАП - этап неотложных мероприятий. Органи­зационно-методически данный этап может быть реализован в рамках текущего финансирования и действующего законодате­льства. Принятие концепции КАПР в качестве стратегического направления позволяет использовать существующие возможно­сти и объединить разрозненные усилия по профилактике нар­комании в системе образовательных учреждений. Внедрение первого этапа происходит постепенно по мере готовности отде­льных составляющих:

- создание единого организационно-методического центра в структуре системы образования согласно концепции КАПР с соответствующими тематическими отделами (организацион­но-методический, учебный, профилактический, реабилитационный, юридический, медицинский, отдел мониторинга, отдел информационной службы и взаимодействия с общественно­стью);

- разработка нормативно-правовой базы профилактической деятельности в образовательной среде;

- создание центра реабилитации детей и молодежи с наркозависимостью;

- открытие профилактических кабинетов в средних и вы­сших профессиональных учреждениях;

- создание инструктивно-методологической базы для про­филактики наркозависимости и реабилитации детей и молоде­жи с проблемами зависимости от интоксикантов в действующих ППМС-центрах;

- модификация действующих программ профилактики;

- внедрение Интернет-информационной системы по вопро­сам профилактики употребления наркотиков среди детей и молоде­жи;

- разработка системы показателей и методического обес­печения проведения мониторинга наркотической ситуации в детско-молодежной среде;

- модификация системы профилактических осмотров;

- создание пакета информационно-методической докумен­тации для начальной переподготовки кадров на местах.

ВТОРОЙ ЭТАП - этап организационных мероприятий:

- создание системы подготовки, переподготовки и повыше­ния квалификации воспитателей, педагогов, психологов дошко­льных образовательных учреждений и школ, социальных рабо­тников;

- создание региональной сети учебно-методических цент­ров профилактики;

- создание специализированного издательства, включая издание газеты и журнала;

- разработка альтернативных программ в системе концеп­ции КАПР, адаптированных к различным регионам;

- создание полномасштабной системы мониторинга в Рос­сии, позволяющей оценить не только уровень распространения наркомании, но степень эффективности профилактических ме­роприятий, в том числе и в отношении сопутствующих заболе­ваний и других осложнений;

- разработка различных моделей позитивных ценностных ориентации в области социально-духовной деятельности;

- организация спортивных соревнований и иных эффек­тивных форм досуга.

Фактически данный этап следует рассматривать как пере­ходный, подготовительный для 3 этапа. Выделение этого этапа в достаточной мере условно, поскольку его реализация начина­ется уже в период действия 1 этапа. Задачи 2 этапа реализуются постепенно по мере готовности организационной, норматив­но-правовой, научно-методической и финансово-материальной базы.

ТРЕТИЙ ЭТАП - этап полного развертывания программ, соответствующих концепции КАПР. Данный этап вводит дифференцирование по различным регионам:

- внедрение в большинстве регионов;

- мониторинг наркологической ситуации и эффективности внедрения профилактических мер;

- разработка новейших методов и приемов профилактики;

- сравнительное обобщение российского и международного опыта.

Концепция КАПР предполагает создание следующих про­филактических программ:

- активная профилактическая деятельность в образовате­льных учреждениях;

- активная профилактическая деятельность в семье;

- активная профилактическая деятельность в организации внеучебной и досуговой деятельности детей и молодежи.

**Литература:**

Белогуров С.Б. Популярно о наркотиках и наркоманиях. Изд-е 2-е, перер. и доп. – СПб.: Невский Диалект, 2000. – 240 с.

Гринченко Н.А. Основы антинаркотического воспитания. – Липецк: Деп. обр. и науки, 2000. – 223 с.

Комиссаров Б.Г., Роменко А.А. S0S: наркомания. - Ростов-на-Дону: - Феникс, 2000.

Кулешов В. Против дурмана. Неужели и Россия проиг­рает схватку с наркобизнесом? // Росс. Федерация. - 1997. - № 19.

Личко А.Е., Битенский B.C. Подростковая наркомания - Л.: Медицина, 1991.

Майтова В.М. Майтова О.В. Исповедь матери бывшего наркомана - Советский спорт, 2000.

Макеева А. Что толкает ребенка в пропасть наркомании // "Vita". - 1999. - № 4.

Матосян А.А. Вставай страна... Международная ассоци­ация по борьбе с наркотиками – М., 1999.

Маюров А.Н. На что опирается "Радуга" // Рабочая газета (г. Киев). - 1979. - 26 января.

Маюров А.Н. "Обойдемся без вина"// Рабочая газета (г. Киев). - 1979. - 13 апреля.

Маюров А.Н. "Бой на территории противника"// Молодой дальневосточник (г. Ха­баровск). - 1979. - 20 октября.

Маюров А.Н. В поход за трезвость. // За науку в Сибири (г. Новосибирск). - 1979. - 15 ноября.

Маюров А.Н. Разговор по существу. // Рабочая газета (г. Киев). – 1982. - 2 апреля.

Маюров А.Н. Нужна ли рюмка для веселья? // Машиностроитель (г. Краматорск). - 1982. - 11 июня.

Маюров А.Н. Против жизни отравленной. // Советская Клайпеда. - 1982. - 11 де­кабря.

Маюров А.Н. Шаг навстречу. // Трезвость и культура – 2000 - № 24 – с. 7-8.

Маюров А.Н. Тропа в пропасть. // Ивановская газета – 2001 – 28 февраля.

Наркомания: методические рекомендации по преодолению зависимости / Под ред. А.Н. Гаранского. – М.: Лаборатория Базовых Знаний, 2000. – 384 с.

Силласте Г.Г. Социальные последствия возможной лега­лизации наркотиков в России. Итоги социологического изуче­ния общественного мнения. // Безопасность. Информационный сборник. - 1993. - № 2.

Скворцова Е.С. О распространении алкоголизации, ку­рения и наркотизации среди старшеклассников // Социологиче­ские исследования. - 1997. - № 4.

Смерть при жизни: Легальные и нелегальные наркоти­ки (авт. сост.: Носачев Г.Н., Тютина Г.М.). При содействии Адм. Самарской обл. -Самара. 1998.

Соколов Ю.А. Как отказаться от курения. - СПб: ИК "Комплект". - 1997.

Соломзес Дж., А. Чеурсон В., Соколовский Г. Наркотики и общество М.: ООО "Иллайн", 1998.

Ткаченко В.И. Преступление против здоровья населе­ния. М.: ВЮЗИ, 1983.

Тростанецкая Г., Вителис С. Профилактика ранней алкоголизации и наркомании // Народное образование. - 1998. - №№ 9, 10.

Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей. / Изд. 2-е, перер., доп. / Под научной ред. Л.М. Шипициной и Е.И. Казаковой. – СПб.: Детство-Пресс, 2001. – 176 с.

**Глава 5**

**Метод Шичко и другие психолого-педагогические методы избавления от зависимостей**

|  |  |
| --- | --- |
| **На этом уроке ты:**   * вырабатываешь навыки поведения и принятия решения в ситуациях, когда нужно сказать "Нет!" любым наркотикам; * "примерять" на себя и других метод Г. А. Шичко; * продолжаешь учиться общению в трезвых сообществах.   **Основные понятия темы:**   * психологический ряд; * тромбофлебит; * абсцесс; * флегмона; * сепсис.   **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ РЯД** - термин использующийся в запад­ной наркологии для обозначения совокупности индивидуаль­ных личностных характеристик (черт) человека, способствую­щих или противодействующих развитию у него предрасположенности к принятию (в определенных обстоятельствах) решения о приеме наркотика или к положительной реакции на предложение попробовать наркотик. К этим чертам относятся - наряду с волей, складом характера, темпераментом – знания о наркотиках; отношение к ним (понимание или непонимание разрушающего влияния наркотиков на развитие умственных способностей, таланта, деловых качеств и т. д.); предвкушение, мысли по поводу возможного эффекта при их приеме; информированность о том, чем грозит наркоманам закон, о положении наркомана в общественном мнении, наконец, о выверенных мировой медициной сроках жизни наркомана (большинство из них не доживают до 30 лет).  **ТРОМБОФЛЕБИТ** - воспалительный процесс внутри вены. На поврежденной инъекцией стенке вены формируется тромб из кле­ток крови, и микробы попадают внутрь этого тромба уже при его образовании. Затем они начинают размножаться (а чего бы им не размножаться: тепло, и пища есть, а иммунитета нет), что приводит к воспалению и "перекрытию" вены. Отток крови из ко­нечности по этой вене прекращается, и рука (или нога) больного сильно отекает. Поскольку процессу сопутствует воспаление, конечность становится красной и горячей на ощупь. Покрасне­ние кожи и боль распространяются прямо по ходу вены. Если больного не лечить, инфекция распространяется по кровенос­ным сосудам. Вот тогда и ставят диагноз "сепсис".  **АБСЦЕСС** - ограниченное гнойное расплавление подкожной жировой клетчатки. Попавшие под кожу бактерии, не встречая сопротивления, бурно размножаются, "переваривают" клетчат­ку, вследствие чего образуется "мешочек", содержащий гной. Внешне абсцесс выглядит как ярко-красная, отечная и очень бо­лезненная область в том месте, куда раньше был сделан укол. Абсцессу обычно сопутствует повышение температуры тела. Если "мешочек" прорвется в глубжележащие ткани, то будет флегмона, а если в кровеносный сосуд - сепсис.  **ФЛЕГМОНА** - почти то же самое, что и абсцесс, только не в виде "мешочка", а в виде свободно распространяющихся по межмышечным промежуткам затеков гноя. Внешне похожа на абсцесс, но занимает не ограниченную область, а захватывает значитель­ную часть конечности.  **СЕПСИС** - очень тяжелое состояние и очень опасное. В домашних условиях оно неизбежно приведет к смер­ти, да и в госпитальных с ним крайне трудно бороться. Симпто­мы сепсиса вот какие: выраженная слабость; высокая температу­ра которая то пропадает, то подскакивает до 39,5 °С и выше; обильный пот; снижение кровяного давления. Иногда наблюда­ются необязательные признаки, вроде сыпи по всей коже. Как правило, сепсис имеет "ворота инфекции" - те самые тромбофлебит, флегмону или абсцесс, с которых все началось.  **Пометки на полях**  Терроризм и наркотики являются родственными явлениями, так как у них общие корни и разрушительная сила... Наша цель – перекрыть все каналы распространения наркотиков: внешние и внутренние.  *В. Путин.*  Путин Владимир Владимирович (р. 7 октября 1952 года) – Президент Российской Федерации.  Необходимо развернуть широкомасштабную войну против наркотиков, нужно всем объединиться – дети стоят того, чтобы отложить все важные дела и заняться ими.  *В. Лекарева.*  Лекарева Вера Леонидовна (4 января 1948 года) – председатель Комиссии Государственной Думы по вопросам профилактики безнадзорности, беспризорности и наркомании среди несовершеннолетних и молодежи.  Защищать население от этой надвигающейся беды можно только сообща, объединив для этого усилия всех федеральных структур, тем более, что данный вопрос межведомственный, сложный...  *В. Рушайло.*  Рушайло Владимир Борисович (28 июля 1953 года) – бывший Секретарь Совета Безопасности Российской Федерации, член Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации от Архангельской области. | Среди психолого-педагогических методов избавления от зависимостей следует назвать:  **Метод Орлова** – обучение саногенному мышлению в профилактике вредных привычек. Обучение саногенному мышлению преследует психогигиенические цели самоуправления. Оно способствует выработке гармоничного поведения и включает в себя умение управлять своей волей, направлять ее на совершенствование своего нравственного облика.  **Метод Гринева** – одним из последователей Шичко, врачом В.И. Гриневым разработан метод самопсихокоррекции сознания курильщика, пьяницы, наркомана, человека с повышенным весом с помощью аудиокассеты и учебного пособия. Это позволяет избавляться от вредных привычек заочно, без посещения курсов, что, однако, не исключает возможности использования очно-заочной формы обучения. Но новаторство В.И. Гринева не только в этом. Необычна форма представления антинаркотической информации: доказательство от противного. "Пейте, курите, употребляйте наркотики", - язвительно приглашает автор, но за это Вам придется кое-чем расплатиться. Тем самым создается "конфликт сознания". Используя письменную форму общения, автор наедине говорит своему читателю то, что не всегда можно сказать в аудитории. Автор бьет по самолюбию, взывает к простым человеческим чувствам, к патриотизму в том числе. Самооценка усвоения информации осуществляется за счет заполнения специальных таблиц, обучающийся выставляет себе оценки сам по общепринятой пятибальной шкале. Первичный аутоанамнез и ведение дневников обязательны. Положительный результат достигается, если обучающийся выполняет все рекомендации хотя бы на "удовлетворительно". Курильщикам предлагается не курить, а "травиться" по специальным правилам. В конечном итоге обучающийся сам, ненасильственно приходит к избавлению.  Метод доступен любому человеку, умеющему думать, читать и писать. Метод является обучающим, дидактическим с элементами самопсихоанализа. Иной подготовки, чем само изучение пособия, не требуется.  **Методика двенадцати ступеней избавления от наркомании** разработана самими бывшими наркоманами в Благотворительном фонде Г.А. Шичко в Екатеринбурге. Написаны отдельные программы для наркоманов и их родителей. В основе избавления – метод Г.А. Шичко, то есть воздействие словом. Самовнушение с помощью аутотренинга, самоанализа с помощью дневников и анкет, а также молитва и вера в Бога или любую другую добрую силу, которая сможет помочь.  1. Приход в клуб (по собственному желанию или под нажимом родных и близких).  2. Ведение дневника перед сном.  3. Заучивание наизусть основного текста (формулы самовнушение).  4. Пустыня (прекращение контактов с наркоманами).  5. Признание себя наркоманом, признание, что без посторонней помощи я не справлюсь со своим недугом.  6. Обращение к Богу, Иисусу Христу, Святому Духу, Богородице, святому мученику Вонифатию, Ангелу-Хранителю, святому, имя которого ты носишь (либо это обращение к доброй невидимой силе, в которую ты веришь. Никто не заставляет тебя насильно верить. Верить или не верить ты решаешь сам(а), это твоя свобода).  7. Молитва (работа с негативной мыслью).  8. Простить тех, кто принес(ла) мне боль. Попросить прощения у тех, кому принес(ла) боль я.  9. Исповедь.  10. Принять решение о полном, пожизненном отказе от наркотиков, алкоголя и табака. Признать, что отказ от наркотиков нужен лично мне, а не моим родным и близким.  11. Заняться полезным делом, научиться работать.  12. Выбрался сам, помоги другому.  Для овладения методом требуется специальная подготовка в Благотворительном фонде им. Г. А. Шичко.  Ну и, наконец, сам **метод Шичко**. Раньше на занятиях мы уже говорили, что автором метода являлся Геннадий Андреевич Шичко, ленинградский ученый (1922-1986 гг.).    Г.А. Шичко  Метод очень доступен и прост, состоит из ряда этапов.  **Фотографирование[[6]](#footnote-6)\***  Желательно сфотографироваться до начала курса самоизбавления, затем примерно на 10-й, 30-й и 100-й день трезвон жизни. Если находитесь на системе, тем более сфотографируйтесь. С получением второго фотоснимка и далее следует периодичес­ки внимательно сравнивать карточки и находить различия. На­блюдаемый положительный эффект будет укреплять надежду на выздоровление и развивать уверенность в правильности из­бранного пути.  **Подробное написание анкеты и ежевечернее ведение дневника**  Анкета наркозависимого человека - это описание личной истории привыкания к табаку, алкоголю, наркотикам, последствий их приема, процесса превращения в наркозависимого и попыток избавиться от наркомании. Анкета пишется в произвольной форме, но с особенно подробным освещением периода наркотической жизни. Надо дать полное и обязательно достоверное освещение перечисленных вопросов, а также тех, которые, по мнению наркозависимого, дадут более полное и правильное представление о вас. Анкета является важным документом и позволяет учесть индивидуальные особенности человека при избавлении от наркомании. Надо хорошо представлять, что напи­сание анкеты оказывает существенное благотворное влияние на ее автора. Чем подробнее и серьезнее пишется анкета, тем боль­шим является ее полезное воздействие. В связи с этим перед написанием следует внимательно ознакомиться с вопросами плана и пояснениями к ним; лучше предварительно набросать черновик, а затем разборчиво переписать его. После чего, если имеется возможность, хорошо напечатать анкету на машинке или на принтере с помощью компьютера, и один экземпляр оста­вить у автора, поскольку она в дальнейшем ему пригодится. Периодически - раз в 3-5 дней - нужно вдумчиво перечиты­вать анкету, дополнять ее. Желательно обсудить анкету с близ­кими людьми, совместно критически разобрать ее, внести уточ­нения.  1. Основные биографические данные. Фамилия, псевдоним, имя, отчество, дата и место рождения. Занятия родите­лей, семейное положение, состав семьи, образование, специ­альность, место работы или учебы и должность.  2. Вредные привычки, которые приобретены и от которых име­ется желание избавиться. Что побудило уколоться в первый раз? Ощущения, доза. Вредные привычки, которые имеют члены вашей семьи.  3. Курение - курительный стаж, суточная норма табачных из­делий, ежемесячные траты на их приобретение, число попы­ток прекращения вредного занятия, наличие желания покон­чить с курением.  4. Основные заболевания, перенесенные в прошлом, хрониче­ские заболевания в настоящее время.  5. Заболевания и расстройства, приобретенные в результате: а) употребления наркотиков, б) выпивок, в) курения табака.  6. Состояние прежде или сейчас на учете в лечебных учрежде­ниях (психоневрологический диспансер, туберкулезный диспансер и т. п.).  7. Лекарства, принимаемые в настоящее время: а) по рекомен­дации врача, 6) по собственной инициативе. Цель их приема и лечебный эффект.  8. Отношение к наркотикам и наркозависимым до собствен­ной зависимости и в период, когда самостоятельно прекра­щено употребление наркотика.  9. Возраст, когда впервые появились: а) решение заняться употреблением наркотиков, б) признание этого занятия нормальным и оправданным, в) положительное отношение к наркозависимым.  10. Возраст, когда были получены первые представления о нар­котиках и последствия их употребления и в котором случи­лись первые приемы наркотиков. Название наркотиков, ко­торые отведаны впервые в жизни; оценка их качеств, само­чувствие во время и после приема доз.  11. Возраст, в котором употребление наркотиков стало достав­лять удовольствие.  12. Время начала систематического употребления наркотиче­ских изделий: а) по торжественным случаям, б) при встрече с друзьями, в) после получения зарплаты и случайных де­нег, г) по выходным. Причины перехода к систематическо­му употреблению наркотиков.  13. Время появления привычки к наркотическим изделиям.  14. Время появления потребности в наркотиках. Стаж на систе­ме. Доза в чеках или в граммах.  15. Понимание терминов "наркоман", "умеренное употребле­ние", "культурное употребление", "трезвенник", "сухой за­кон". Оценка сухого закона.  16. Примерные даты начала: а) умеренного употребления, 6) наркомании, в) алкоголизма, г) табакокурения.  17. Особенности употребления наркотиков: предпочитаемые изделия, частота употребления, обычные дозы. компании, места, самочувствие до, во время и после употребления нар­котиков.  18. Нормальные и предельно переносимые дозы наркотиков: а) приобщения к наркотикам, б) привыкания к ним, в) на­хождения на системе, г) в настоящее время.  19. Обычная периодичность употребления наркотических из­делий: ежедневно, еженедельно, чаще одного раза в день; способы восстановления удовлетворительного самочув­ствия, нормальной жизни, подготовки к следующему этапу.  20. Самочувствие во время нахождения на системе. Подробное описание наиболее яркого впечатления.  21. Применяемые способы перекумаривания.  22. Употребление иных наркотических изделий: название, час­тота приема, доза, причины.  23. Поведение при наркотическом опьянении: на улице, в обще­ственных местах, на работе, дома.  24. Самочувствие и поведение при отсутствии удовлетворения потребности в наркотиках.  25. Мнение об отрицательных последствиях употребления вами наркотиков: а) для автора анкеты, б) для семьи, в) для других родственников и близких, г) для предприятия, учре­ждения, учебного заведения, д) для нашего общества.  26. Положительное, принесенное вашим употреблением нар­котиков: а) вам, б) вашей семье, в) другим родственникам и близким, г) вашему предприятию, учреждению, учебному заведению, д) нашему обществу.  27. Попытки самостоятельно отказаться от наркотиков и при­чины отсутствия удач.  28. Лечение от наркомании (время, длительность, лечебное учреждение, способы лечения, результаты).  Написание анкеты и дальнейшая работа с ней способствуют подавлению потребности в наркотике.  Ведение дневника следует начать с момента принятия реше­ния о применении метода самоизбавления. В нем отражать: свое самочувствие, отношение к наркотику, встречи с бывшими дру­зьями-наркоманами, свои решения, планы, изменения взглядов и т. п. Дневник надлежит периодически внимательно перечиты­вать.  Описание событий истекших суток проводится ежедневно перед сном. Если дневник дается для прочтения наставнику, то лучше вести дневник в двух тетрадях, чтобы записи были ежед­невными. Ежесуточное описание существенных событий - важное мероприятие, поэтому его выполнение обязательно. Луч­ший эффект дает ведение дневника перед сном без искусствен­ного электрического освещения - при свечах.  При ведении дневника необходимо отражать следующие мо­менты:  **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ ДНЕВНИК**  (заполняется перед сном)  ВНИМАНИЕ: обязательный дневник заполняется 21 день подряд, далее - 7 через день, 7 через два дня, 7 через три дня, 7 через 4 дня или по графику, установленному руководителем (наставником).  1. Имя, отчество, дата, время заполнения.  2. Мое отношение к наркотикам: к ханке, к героину и т.д.  3. Мое отношение к предложению уколоться. Конкретно, что я буду отвечать и как поступать, если мне знакомые предложат уколоться? Отношение к тем, кто предлагает уколоться, звонит домой и т.д.  4. Мои мысли, моя личная философия, взгляды, афоризмы, которые помогают мне не колоться и быть трезвым.  5. Мое отношение к "траве", алкоголю? Мое отношение к предложению выпить, покурить траву? Мое отношение к тем, кто это предлагает?  6. Мое отношение к табаку? Мое отношение к тому, что я сам курю?  7. В чем проявляется привычка ГОН? (угасание, всплески). Какие мысли о наркотиках приходили ко мне сегодня? Мои действия.  8. В чем проявляется потребность, ложная ломка "кумар", морозит и т.д. (угасание, всплески)?  9. Оценка своего поведения за истекшие сутки. Отношение к собственным поступкам (угрызение совести за прошлую жизнь, исповедь, покаяние). Моя духовная работа над собой.  10. Мой настрой на ведение дневников.  11. Впечатления от проведенного занятия или клуба.  12. Мой детальный распорядок дня на завтра.  13. Программа дальнейшего отношения к наркотикам, алкоголю, траве, табаку.  14. Настрой на трезвость на завтрашний день.  15. Пиши формулы настроя 70 раз. Я (твое детское имя + Ф.И.О. полностью) с радостью отказываюсь колоться наркотиками, пить спиртное, курить траву и сигареты.  Например: Я, Андрейка, с радостью отказываюсь колоться наркотиками, пить спиртное, курить траву и сигареты.  Написание дневника наркозависимым человеком по задан­ной форме является наиважнейшим способом самоизбавления от наркотика, это ответственный этап работы по очищению со­знания отложных представлений и установок. Как и при запол­нении анкеты, следует лишь ставить номера пунктов и давать полный, развернутый ответ. Дневник служит и для анализа мыслей, чувств, состояний за сутки или определенного периода в связи с отказом от вредных привычек.  **Заучивание трезвенной терминологии**  В период реабилитации следует заучивать основную трезвенную терминологию, изучать противонаркотические публикации, критически разбирать ложные, пронаркотические публикации и рекламы. Также следует потрудиться запомнить основные противонаркотические факты, высказывания, афоризмы, пословицы и поговорки.  Значения важных терминов - "наркозависимый", "трезвен­ник", "наркотическая запрограммированность" и т. д. - надле­жит хорошо осознать и заучить.  **Заучивание наизусть текста самовнушения** желательное ежедневное чтение утром и вечером.  ОСНОВНОЙ ТЕКСТ  1. Я четко усвоил(а) для себя, что, как и все люди, родился(лась) естественным трезвенником и некурящим, полностью свободным от тяги к спиртному, никотину и другим наркотическим веществам.  2. Однако, с годами внешние недобрые силы подчинили меня, сделали рабом наркотиков, спиртного, травы и табака, лишили свободного права распоряжаться своей судьбой, толкнули под власть дурных наклонностей.  3. Мне долго казалось, что я сам(а), по своей воле, для своего удовольствия и облегчения жизни принимаю наркотики, пью и курю, вдыхаю и глотаю другие гадости.  4. Прошло время и на смену призрачным удовольствиям на меня лавиной обрушились дурные последствия моего дикого образа жизни. Я смирился(лась) с этим ужасным состоянием, считая его карой за мою личную вину и даже судьбу, которую нельзя преодолеть.  5. Как я счастлив(а) сейчас, когда моя жизнь полностью переменилась. В клубе я узнал(а), что злые силы - моей страсти не всесильны. От них можно избавиться путем ведения дневника перед сном, помощи другим людям и покаяния за свою прошлую жизнь.  6. В реальности того, что я прекратил(а) отравлять свой организм наркотиками, алкоголем, травы и табаком, убедил меня опыт членов клуба "Оптималист".  7. Мне хорошо, я буду свободен(дна) от наркотиков, алкоголя, травы и табака. Я каждый день буду начинать и заканчивать трезвым(ой) и некурящим. Я 6yдy свободен(дна) от денежных затрат на покупку ядов для отравления собственного организма и жизни родных и близких.  8. Мне хорошо, меня перестал мучить стыд, когда смотрю в глаза жене (мужу), детям, родителям, родным и близким. Меня перестали бояться дети, перестали избегать общения со мной и стыдиться за меня перед сверстниками.  9. Мне хорошо, я счастлив(а), я радуюсь жизни, потому что каждый мой день свободен от обмана, наркотиков, алкоголя, травы и табака.  10. Мне хорошо, потому что выгляжу моложе и симпатичней. Потому что мой организм окреп, ушли болезни, плохое самочувствие, головные боли и недомогание.  11. С чистым сознанием я живу трезво и помогаю людям, как умею в переходе к новой светлой жизни. Теперь у меня все хорошо, мой сегодняшний и завтрашний день будет таким же светлым и красивым. Жизнь прекрасна, я радуюсь жизни. Жизнь! Жизнь! Жизнь!  12. Я (детское имя + ФИО) с радостью отказываюсь колоться наркотиками, пить спиртное, курить траву и сигареты.  **Пустыня** - прекращение контактов с наркоманами. Первый этап - в течении первых 40 дней исключить дискотеки, танцы, бары, дни рождения, свадьбы и т.д. А также полностью исключить спиртное, включая пиво, траву, наркотики. Мозг должен быть чистым. Прекратить контакты со старыми друзьями.  **Чтение противонаркотической литературы**  Следует вдумчиво изучать противонаркотическую трезвенную литературу для лучшего усвоения ее содержания.  Обязательно следует читать противонаркотические матери­алы и заучивать основные факты и высказывания.  Рекомендуется внимательно прочесть следующие публика­ции: 1) Джек Лондон "Джон Ячменное зерно"; 2) Л. Семин, Г. Шичко "Горбатый стакан" (журнал "Аврора".-1971.-№ 7 и 8); 3) И. Дроздов "Тайны трезвого человека" (журнал "Наш современник".-1986.-№ 2); 4) книги академика Ф.Г. Углова; 5) книги Ю.А. Соколова - руководителя одного из петербургских клу­бов "Оптималист"; 5) книги профессора А.Н. Маюрова; 6) книги профессора А.М. Карпова; 7) книги профессора Н.А. Гринченко 8) статьи в газетах и журналах: «Трезвое слово», «Трезвость и культура», "Вопреки", «Трезвый мир», «Трезвый Петроград», «Свободная страна», «Родник трезвости», «Трезвение», "Соратник", "Подспорье", "Мы молодые", "Анти-зомби" и другие.  **Написание сочинений на противонаркотические темы**  Сочинения можно писать по прочитанным работам и на жи­тейские темы, например на тему: "Мое самочувствие после прекращения употребления наркотиков". Можно просто писать мемуары, свое жизнеописание, помня при этом, что следует пристальное внимание обращать на тему наркотизации и стремления избежать смертоносного пристрастия.  **Противонаркотическая работа**  В дальнейшей жизни, а в реабилитационный период особенно следует проводить противонаркотическую просветительную работу первоначально с членами своей семьи. Затем на очереди встает пропаганда трезвости и агитация бывших приятелей-наркоманов воспользоваться методом самоизбавления или при­бегнуть к избавлению от зависимостей.  **Работа в клубе трезвости**  Для самозащиты от наркоманов, особенно бывших знако­мых, выгодно создать клуб из трех или более человек. Цель клуба - взаимная поддержка и выручка, обмен интересными противонаркотическими сведениями, совместная борьба за трез­вость. Спаивание, как правило, происходит в союзах или обществах любителей наркотика. Трезвенный клуб можно орга­низовать из сослуживцев, бывших наркоманов, в том числе из членов своей семьи.  Руководитель клуба трезвости из Екатеринбурга В.А. Дружинин предлагает широкую тематику заседаний клуба:  1. Что для меня является праздником? Как я сейчас провожу праздники?  Как буду проводить в будущем? Буду ли я пить алкоголь по чуть-чуть?  2. Расскажи про самый страшный день, когда ты сидел(а) на игле?  3. Хочу ли я иметь детей? Что я сейчас делаю, чтобы мои дети не стали наркоманами? Что я буду делать, если мой ребенок сядет на иглу?  4. Какие отношения у меня сейчас с родителями? С матерью? С отцом? Что меня сейчас больше всего мучает, за то что я делал по отношению к ним?  5. Простить всех, кто принес мне боль. Попросить прощение у всех, кому принес(ла) боль я.  Вопросы: а) Знаешь ли ты эту ступень?  б) У каких людей я еще не попросил(а) прощения?  г) Каких людей я еще не простил(а)?  6. Как отличить мысль уколоться без желания от мысли, когда возникает "ГОН"? Всякая ли мысль является "ГОНом"?  7. С кем из великих людей я хотел бы встретиться и почему? Кто для меня является великим?  8. Какой фильм я бы снял, если бы был режиссером? Какой фильм из просмотренных мной мне больше всего понравился? В каком фильме я хотел(а) бы играть главную роль?  9. Какое горе принесли наркотики лично мне? Моим родным? Кто из моих знакомых погиб от наркотиков?  10. Как я буду себя вести, если у меня произойдет срыв и я уколюсь?  11. Обращение к Богу, Иисусу Христу, Святому Духу, Богородице, святому мученику Вонифатию, Ангелу-Хранителю, святому, имя которого носишь (либо это обращение к Доброй невидимой силе, в которую ты веришь. Никто не заставляет тебя насильно верить. Верить или не верить ты решаешь сам(а), это твоя свобода). Вопросы: а) Знаком ли я с этой ступенью?  б) К какой доброй силе я обращаюсь за помощью?  12. Признание себя наркоманом, признание, что без посторонней помощи я не справлюсь со своим недугом.  Вопросы: а) Знаком(а) ли я с этой ступенью?  б) Как я ее понимаю?  г) Что значит признать себя наркоманом?  13. Расскажи и самых счастливых днях (моментах) своей жизни.  14. Как я считаю, какой самый хороший поступок(и) я сделал(а) в жизни?  15. Фанатизм. Каких людей я считаю фанатиками? Был ли я сам когда-то фанатиком? Как я отношусь к фанатикам? Наркоман – это фанатик?  16. Если со мной произошло несчастье, какой вывод я делаю из этого? Это сигнал мне о чем?  17. Как я считаю, какое у меня в жизни предназначение? Я появился на свет, чтобы что сделать?  18. Какой бы фильм про наркоманов я бы придумал, если бы стал режиссером?  19. Есть ли у меня друг (подруга), с которым(ой) я бы пошел в разведку? Как я считаю, кто меня возьмет с собой в разведку?  20. Что у меня изменилось с того момента как я пришел(а) в клуб? Изменилось ли мое отношение к людям? Изменилось ли мое отношение к родным?  21. Каким я представляю себя в будущем? Что я жду от будущего?  22. Когда я знакомлюсь с людьми, что мне в них на первый взгляд важнее всего? Что мне важнее всего в женщине (мужчине)?  23. Виноваты ли мои родители, что я сел на иглу? Если да. тогда в чем? Кто виноват? Я сам? Если я сам виноват, тогда в чем я виноват?  24. Чем бы я стал заниматься, если бы у меня было много денег и была возможность не работать? Что бы я стал делать?  25. Из чего складывалась моя прошлая жизнь - это сопротивление или покорность? Чему (кому) я сопротивлялся? В чем была моя покорность. Что я делаю сейчас, я сопротивляюсь или нет?  26. Когда я выхожу из себя (психую), что происходит в этот момент? Какие после этого бывают последствия? Приведи примеры из своей жизни.  27. Я наркоманом стал случайно? Или я вел такую жизнь, что все равно бы стал наркоманом?  28. Страх: какие моменты в моей жизни связаны со страхом? Остался ли у меня страх сейчас? Перед кем? Чем?  29. Как я отношусь к подвигу Александра Матросова? В каком бы случае я повторил подвиг Александра Матросова? За что (за кого) я бы отдал свою жизнь?  30. Мои мечты. О чем я мечтал(а) в детстве? О чем я мечтал(а), когда кололся(лась)? О чем мечтаю сейчас?  31. Конфликт. Как я выхожу из конфликтов? Остались ли в моей жизни люди, с которыми у меня до сих пор конфликт?  32. Как я считаю, правильные ли действия и поступки я сейчас совершаю? Верную ли дорогу я сейчас выбрал(а)? С теми ли людьми я сейчас встречаюсь?  33. Что я написал бы на памятнике после своей смерти? Здесь похоронен кто? Здесь похоронен человек, который...  34. Если бы я поймал(а) золотую рыбку, каких бы три желания я загадал? 1-е, 2-е, 3-е?  35. Что я в жизни не люблю? Я не люблю ....  36. Какие у меня были разочаровании в жизни? В мужчинах (женщинах)  37. Какие у меня были разочарования в друзьях, с которыми кололся(лась), нюхал(а) и т. д.?  38. У каждого человека есть своя версии зарождения жизни на Земле. Какова моя версия. Откуда возникла Вселенная?  39. Тщеславие. Перед темой зачитать дневник. Вопросы: Как я понимаю, что такое тщеславие? Была ли у меня раньше эта страсть до того как я сел на иглу? Есть ли она у меня сейчас? Приведи примеры из своей жизни.  40. Какой урок я вынес из своего детства? Урок на всю жизнь? Мое детство было хорошее или плохое? Кто виноват в моем детстве, что я стал наркоманом?  41. Я и моя маска. Каждый человек носит маску. Кем я становлюсь, когда снимаю маску? Что я скрываю от других под своей маской?  42. Что бы я стал делать, если бы узнал(а) что мне осталось жить два дня?  43. Какой у меня был самый счастливый день, когда я не кололся(лась)?  44. Когда я кололся(лась) у меня были свои взгляды на жизнь. В чем сейчас они изменились?  45. Что я потерял в жизни, употребляя наркотики?  46. Получалось ли у меня угадывать мысли у других людей? Когда я смотрю на человека, угадываю ли я, что он думает обо мне? Приведи примеры из своей жизни.  47. Двойная мораль. Как формировалась у меня с детства двойная мораль? Есть ли она у меня сейчас? Приведи примеры из своей жизни.  48. Диалог с самим собой. О чем я обычно разговариваю с самим собой. Какие мысли обычно крутятся у меня в голове? Сейчас я расскажу вам об этих мыслях.  49. О какой жене (муже) я мечтал(а)? Какая сейчас у меня девчонка (парень)? Такая ли о какой я мечтал(а)? Как я думаю, какая у меня будет жена (муж)?  50. Возможно ли обмануть человека, чтобы ему помочь?  51. Интуиция. Как мне помогает моя интуиция? Приведи примеры из своей жизни.  52. Самоубийство. Знал(а) ли я людей совершивших самоубийство? Как я отношусь к самоубийству? К тем, кто ставит "золотой укол"?  53. Предопределена ли моя судьба? Могу ли я изменить свою судьбу? Хочу ли я ее изменить?  54. Какая самая главная трудность, которая мне мешает работать над собой? (писать дневники, формулы, ходить в клуб и т.д.)?  55. Что у меня сейчас самое главное в жизни? Кто для меня сейчас самый дорогой человек в моей жизни?  56. Как я отношусь к программе фонда? В чем я вижу свое личное участие в программе?  57. Расскажи какой-нибудь случай из своей прошлой жизни, когда твой друг (подруга) сделал(а) такой поступок, что ты перестал(а) считать его(ее) своим другом (подругой).  58. Пустыня, прекратить контакты с наркоманами.  Вопросы: а) Знаком ли ты с этой ступенью?  б) Как ты понимаешь эту ступень?  в) Что значит прекратить контакты с наркоманами?  59. Завещание. Представь, что ты умираешь. Кого бы ты хотел видеть рядом с собой в последние минуты жизни? Что бы ты сказал этим людям?  60. Заучивание наизусть основного текста.  Вопросы: а) Заучил ли ты наизусть основной текст?  б) Что тебе мешает это сделать?  в) Для чего необходимо заучивать основной текст?  61. Депрессия. Как я выхожу из депрессии? Когда у меня была депрессия в последний раз? Написал ли я 50 дневников? Для чего я пишу дневники?  62. Обида. Осталась ли у мена на кого-нибудь обида? Если да, что это за человек? Почему я не могу его простить?  63. Какую профессию я хотел(а) бы иметь и почему?  64. Была ли у меня в жизни любовь? Кого я люблю сейчас? От кого бы я хотел(а) получить ответную любовь?  65. Как я считаю, какой самый плохой поступок я сделал(а) в жизни?  66. Молитва.  Вопросы: а) Знаешь ли ты эту ступень?  б) Составил ли ты свою личную молитву, которая защищает тебя от "ГОНа"?  в) О чем ты думаешь, когда у тебя начинается "ГОН"?  67. Исповедь.  Вопросы: а) Был ли ты хотя бы один раз на исповеди?  б) В чем бы ты хотел покаяться в своей первой исповеди?  в) Что такое причастие?  68. Принять решение о полном, пожизненном отказе от наркотиков, алкоголя, табака. Признать, что отказ от наркотиков нужен лично мне, а не моим родным и близким.  Вопросы: а) Знаком ли ты с этой ступенью?  б) Признал ли ты, что отказ от наркотиков нужен лично тебе?  в) На какое время ты решил бросить колоться?  г) Пить спиртное? Курить траву, сигареты?  69. Заняться полезным делом, устроиться на работу.  Вопросы: а) Знаком ли ты с этой ступенью?  б) Какую профессию ты хотел(а)бы иметь и почему?  в) Каким полезным делом ты сейчас занимаешься?  г) Когда ты решил(а) устроиться на работу?  70. Выбрался сам, помоги другому.  Вопросы: а) Знаком ли ты с этой ступенью?  б) Для чего нужна эта ступень?  в) Кому я в первую очередь помогаю, когда помогаю другим?  г) Как я собираюсь помогать другим наркоманам слезть с иглы?  71. Расскажи подробно как ты оказался в клубе. Какие события были у тебя перед тем как ты пришел в клуб?  72. Как я отношусь к человеку, который меня посадил на иглу? Какую роль он играет и моей жизни? Как я считаю, как ко мне относятся те люди, которых на иглу посадил(а) я?  73. Как я отношусь к самоубийству? Были ли у меня попытки покончить жизнь самоубийством? При каких обстоятельствах это происходило? Что меня заставило это сделать? Наркомания - это самоубийство?  74. Как я понимаю, что такое грех? Как я понимал, что такое грех, когда кололся?  75. Когда у меня впервые появилось чувство влюбленности? Была ли у меня первая любовь? Кого я сейчас люблю? Как я думаю, кто меня сейчас любит? От кого бы я хотел получить ответную любовь?  76. Как я понимаю, что такое свобода? Свободный ли я сейчас человек? Был ли я свободным, когда не кололся? 77. Какие поступки я делал(а) в состоянии ломки, чтобы достать деньги на лекарства, за которые мне до сих пор стыдно?  78. Кому я впервые сказал(а) слова - я тебя люблю. От кого я впервые услышал эти слова? Кому бы я хотел(а) их сказать (от кого услышать) сейчас?  79. Когда я вижу, что человек делает зло другим или мне самому, как я поступаю? Отвечаю тем же? Молча ухожу? Затаиваю обиду? Стараюсь помириться? Что-то другое? Что именно?  80. Смог ли я реализовать свои способности? В какой сфере деятельности я хотел(а) бы раскрыться как личность?  81. Кто для меня самый отвратительный в мире человек (люди) и почему? Кто для меня самый положительный в мире человек и почему?  82. Ревность. Когда у меня впервые возникло это чувство? По отношению к кому? Кого я сейчас ревную? Кого я ревновал раньше? Ревность это хорошо или плохо?  83. Каким я представляю себя в будущем? С кем я представляю себя в будущем? Каким в будущем будет клуб? Наша страна? Планета?  84. Кто мой идеал в жизни и почему? Приведи пример знаменитости.  85. Зависть. Когда у меня впервые появилось это чувство? По отношению к кому? Была ли у меня зависть, когда я кололся? Есть ли сейчас?  86. Боль. которую принесли мне люди. Расскажи в какие несправедливые ситуации ты попадал(а)? Когда не кололся и когда сел(а) на иглу?  87. Когда я слышу о том, что надо прощать убийц, верю ли я в это? Простил бы я убийцу своей матери, отца, сына, дочери? Как бы я поступил(а) с убийцами?  88. Смех в моей жизни. Расскажи смешные моменты, которые были в твоей жизни. Расскажи какой-нибудь анекдот?  89. Прошение. Кого я еще не простил(а). Почему?  90. Надежда. На что у меня еще осталась надежда? На что я еще надеюсь в жизни?  91. Что я хотел бы поменять в своей жизни?  92. Предопределена ли наша судьба? Отчего зависит наша судьба? Доволен ли я своей судьбой? Может ли у человека быть судьба наркомана?  93. Для чего я появился па свет? Для чего я живу? Как устроен мир? Как появился этот мир? В чем смысл моей жизни?  94. Умею ли я увидеть (услышать) чужую боль? Что я испытываю, когда больно другому человеку? Приведи примеры из своей жизни.  95. На что я обижался в детстве? Какое у меня самое больное место, из-за которого меня можно легко обидеть? Приведи примеры из своей жизни.  96. Когда кто-то говорит: "Я верующий", что я думаю об этом человеке в этот момент? Я сам верующий или нет? Как я отношусь к вере?  97. Какие таланты были у меня в детстве? Какие я проколол? Какие есть сейчас? В чем я талантлив?  98. Какая основная причина из-за которой я расстаюсь с людьми? С мужчинами? С женщинами?  99. Мое детство. Расскажи о своем детстве. Где ты родился и т.д. Расскажи о ярких эпизодах своего детства.  100.Когда я был наркоманом, я делал грехи, должен ли я ответить за каждый мой грех? За какой мой грех я стал наркоманом?  101. Как я понимаю, кто такой Бог? Какое имя у Бога, в которого я верю? Какие у него законы? Если я не верю в Бога, то во что я верю?  **Плакат в Норвегии**  Трезвый плакат в школе Норвегии  **Обретение новых увлечений и возвращение к здоровой жизни**  Полезно подобрать себе здоровое увлечение (музыка, рисование, участие в экологическом движении и т. п.), это поможет быстро­му возрождению. Следует отметить, что у людей, покончивших с зависимостью в течение полугодия, если выход осуществляется правильно, буквально прорезается талант в самых различных областях, от искусства до административной деятельности.  Перечисленные пункты метода самоизбавления преду­сматривают разрушение питейного и выработку трезвенного убеждения. Метод самоизбавления принесет пользу всем, кто им воспользуется, хоть и в разной степени. |

**Материал для учителя**

Учитель дает краткий обзор информации, полученной на предыдущем занятии, организует обсуждение домаш­него задания.

Проводится подробное обсуждение записанных дома ситуаций, в которых участникам группы приходилось говорить "спасибо, нет!", отказываясь от употребления наркотиков.

Это занятие будет посвя­щено навыкам поведения и принятия решения в ситуа­циях, в которых вы чувствуете давление среды, употреб­ляющей наркотики или требующей от вас проявления таких форм поведения, которые раньше были вам не свой­ственны.

Подумай и ответь на следующие вопросы:

*- Почему люди употребляют наркотики, даже зная, что последствия очень тяжелы?*

*- Почему друзья часто склоняют друг друга к употреблению наркотиков?*

*- Что вы можете сделать или сказать, чтобы помочь другим стать более устойчивыми к давлению лиц, употребляющих наркотики?* (Например, привес­ти контраргументы, уйти, проявить силу воли, исполь­зовать модель "Остановись и подумай").

На последний вопрос ответь письменно.

Давай обсудим результаты и проведем ролевые игры, с использованием предложенных вариантов противодей­ствия давлению среды.

Учитель просит дать определение понятию "давление среды сверстников", предлагает обсудить позитивные и негативные аспекты этого понятия и записать их.

Существуют разные типы давления и способы его осуществления. Например:

1. Группа принуждает тебя сделать что-либо, в чем ты не уверен и что не хочешь делать;

Подумай и письменно ответь на вопросы:

*- Что бы ты чувствовал в этой ситуации?*

*- Как бы переживал эмоционально?*

*- Что бы ощущал физически?*

2. Ты член группы, которая осуществляет давление на человека.

Подумай и письменно ответь на вопросы:

*- Каково быть членом группы, осуществляющей дав­ление на человека?*

*- Что бы ты чувствовал по отношению к человеку, на которого осуществляется давление?*

*- Почувствовал бы ты ответственность, если бы этот человек пострадал в результате этого давления?*

Существуют разные тактики давления на человека. Например: отказ разговаривать с человеком; оскорбле­ния; жестокое обхождение и т.п.

Подумай и письменно ответь на следующие вопросы:

*- Какие тактики давления известны тебе?*

*- Приходилось ли тебе наблюдать со стороны, как на кого-либо осуществляется давление?*

*- Что ты чувствовал при этом? Пытался ли что-либо предпринять?*

*- Приходилось ли тебе быть объектом давления?*

*- Как ты пытался противостоять этому давлению?*

Давай проведем "мозговой штурм", выработаем эффективные способы противостояния давлению сверстников и запишем их на листе бумаги.

**Информация для размышлений**

* У тех, кто перенес черепно-мозговую травму, страдает эпилепсией или психическими заболеваниями, употребление каннабиса может вызвать вспышку агрессии. Некоторые под действием каннабиса становятся крайне агрессивными и совершают тяжкие преступления. А заядлые курильщики гашиша, которые решили бросить, могут в связи с этим впасть в подавленное состояние, стать раздражительными и совершать беспричинные насильственные действия.
* Диэтиламин лизергиновой кислоты, ЛСД ("acid", кислота) - пожалуй, самый извест­ный галюциногенный наркотик. Это полисинтетический алкалоид, изготовленный из лизергиновой кислоты, которая в природе содержится в некоторых грибках. ЛСД - один из самых сильных наркотиков, он влияет на человеческую психику даже в дозах, составляющих миллионную долю грамма.
* Коварство экстази заключается в том, что ради эйфории наркотик заставляет клетки этих центров "работать на износ" и в конечном счете разрушает их. От раза к разу по мере сниже­ния количества клеток работа нервных центров затрудняется, и для достижения того же эффекта наркоману приходиться увеличивать дозу. Повышение дозы, в свою очередь, приводит к еще большей гибели клеток. Поэтому со временем у пристрас­тившихся к экстази появляются проблемы с психическим здо­ровьем.
* Каннабиноиды, содержащиеся в марихуане, растворяются в жирах, а не в воде, как алкоголь. Поэтому они и продукты их разложе­ния (метаболиты) в течение долгого времени сохраняются в жировых клетках организма - например, в головном мозге, даже если состояние опьянения проходит через несколько часов. Из этих жировых депо происходит выделение ТГК в кровь еще в течение нескольких дней, а у закоренелых курильщиков - даже в течение нескольких месяцев. Следо­вательно, наркотик способен оказывать на психику действие долгое время после самого опьянения. Этим и объясняется раз­витие психической заторможенности, а также рецидивных реакций.
* В юношеском возрасте употреблять стероиды особенно опасно. Чаще всего юноши начинают принимать стероиды по примеру сверстников (50% опрошенных школьников - жителей Арканзаса, США познакомили со стероидами друзья) или потому, что стесняются своего недостаточно мускулистого тела. Рано начав принимать стероиды, подросток психологически привыкает к ним и постоянно в них нуждается: ему кажется, что без помощи стероидов ему просто не обойтись. Об этом вам нужно обязательно знать.

**Узелки на память**

1. Спешите делать добро!

2. Выбрался сам из трясины дурмана, помоги другому!

3. Если не я, то кто же?

4. Я настроился вести дневник! Если у меня откажет правая рука, то я буду писать левой, если откажет и левая, я буду писать зубами!

5. Страшен не раб, а психология раба! Страшен не наркоман, а психология наркомана!

**Упражнения и задания**

1. Запишите на листе бумаги различные варианты выхода из ситуаций, разыгранных на этом занятии. Обсудите их с друзьями и/или родителями.

2. Порекомендуйте метод Шичко тем, кто потребляет наркотики (родным, близким, знакомым, друзьям).

3. Продолжите список вопросов, которые можно рассмотреть на заседаниях и встречах клуба трезвости.

**Домашнее чтение**

**"Что мне делать, если мой друг начал употреблять наркотики?"[[7]](#footnote-7)\***

Это очень сложная ситуация, ведь, с одной стороны, тебе не хочется быть доносчиком, а с другой стороны, ты понимаешь, что твой друг скоро начнет деградировать как личность. Поэтому очень важно в первую очередь попробовать по­влиять на товарища, не показавшись занудой. Вот несколько предложений, как это сделать:

а) Попытайся вместе с другими товарищами повлиять на своего друга. Старайтесь сделать это так, чтобы не оттолкнуть его от себя, ведь тогда он или она будет общаться только с другими наркоманами. Вот несколько аргументов, которые ты можешь использовать:

* Ты портишь свое здоровье.
* Ты рискуешь попасть в милицию, тебя привлекут к ответственности.
* Тебе могут не дать разрешение на получение водительских прав.
* Ты потеряешь своих друзей, потому что никто не сможет общаться с тобой, когда ты в состоянии наркотического опьянения.
* Ты можешь попасть в наркотическую зависимость, тем самым поставив под угрозу все свое будущее.

Разумеется, существует множество других аргументов, кото­рые ты можешь придумать сам или имеете с друзьями. Пожалуй, важнее всего не то, какие аргументы человек выдви­гает, а то, что он в самом деле беспокоится за своего товарища. Иначе проще всего было бы закрыть на все глаза и сказать себе: "Это его проблемы, а не мои".

Если твой друг не хочет ничего слушать и лишь упрямо твердит: "Я делаю, как считаю нужным, это никого не касается", докажи ему, что это не так. Это касается всех.

**Литература:**

Гринченко Н.А. Основы искусства антинаркотического воспитания. – Елец: ЕГПИ, 1999.

Гринченко В.И. Плюсы и минусы употребления алкоголя. – М.-Воткинск, 2000. – 255 с.

Как организовать клуб взаимопомощи наркоманов. – Екатеринбург: Фонд им. Г.А. Шичко, 1999. – 45 с.

Маттссон Я. Аргументы. – СПб.-Стокгольм: RNS; Sida, б/г. – 20 с.

Маюров А.Н. Движение трезвенников. // Политическая агитация. - 1987. - № 3 - с. 27-28. (в соавторстве).

Маюров А.Н. Трезвость: норма и еще раз норма. // Комсомолец Туркменистана. - 1985. - 19 декабря.

Маюров А.Н. Эка незадача! // Пачемыш ("Оса"), 1988, № 1, с. 6.

Маюров А.Н. Трезвость - норма жизни. // Политическая агитация, 1988, № 3, с. 31-32.

Маюров А.Н. Держитесь, как бы ни было трудно. // Трудовая слава (г. Казань) - 1989. - 6-13 октября.

Маюров А.Н. Как пьют наши дети? // Живое слово - 1994 - № 2(9).

Маюров А.Н. Пятое трезвенническое движение в СССР и странах, созданных на его бывшей территории. // Соратник. - 1994. - № 5.

Маюров А.Н. По чьей вине? // Знамя трезвости (Новосибирская обл.) - 1994 - № 1 (декабрь).

Маюров А.Н. Памятные даты... // Татарские края. - 1996 - № 20 - с. 8.

Маюров А.Н. Первый // Оптималист - № 7(45) – с. 5-7; № 8(46) – с. 6-9; № 9(47) – с. 6-8; № 10(48); № 11(49); № 12(50); 2001. - № 1(51); № 2(52); № 3(53); № 4(54); № 5(55).

Методическое пособие для слушателей курсов избавления от вредных привычек употребления алкоголя, наркотиков и курения табака. – Казань, 2000. – 18 с.

Миронов Е.М. Прощайте, наркотики! – СПб.: Питер, 2001. – 192 с.

Морозов Ю. и др. Оптимальный вариант: как стать трезвым и некурящим. – Казань: Аек Булу, 2002. – 35 с.

Найденова Н.Г. Наркомания - опасная болезнь. - М.: Знание, 1988.

Наркомания как форма девиантного поведения. / Под общ. ред. Поздняковой М.Е. – M., 1997.

Наркомания в России: угроза нации. Материалы парла­ментских слушаний "О неотложных мерах по борьбе с распро­странением наркомании в России", 2 марта 1998 г. / Доклад Со­вета по внешней и оборонной политике – М., 1998.

Некоторые методические рекомендации для проведения занятий по формированию у подростков навыков не восприятия негативных привычек: употребления одурманивающих ве­ществ, спиртного, табака, наркотиков - Ленинград.: Всесоюз­ное объединение "Оптималист", 1991.

Низский В. Наркомания: медленный ядерный взрыв // VIP premier. - 1998. - № 7.

О наркомании в России. Материалы парламентских слушаний "Наркомания в России среди детей и молодежи", 3 ноября 1998 г. Доклад Министерства внутренних дел РФ - М., 1998.

Программа по избавлению от наркомании. – Екатеринбург: Благотв. Фонд им. Г.А. Шичко, б/г. – 45 с.

Сирота Н.А. и др. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. – М.: Генезис, 2001. – 216 с.

**Глава 6**

**Бранные слова**

|  |  |
| --- | --- |
| **На этом уроке ты:**   * выделяешь нравственную сущность человека; * знакомишься с историей возникновения бранных слов на Руси; * признаешь необходимость противостояния нецензурным словам.   **Основные понятия темы:**   * обаяние; * манеры; * этикет; * вкус.   **ОБАЯНИЕ** – очарование, притягательная сила личного воздействия. Обаяние не совместимо с грубостью и нецензурщиной.  **МАНЕРЫ** – внешние формы поведения человека.  **ЭТИКЕТ** – установленный порядок поведения где-либо.  **ВКУС** – способность человека понимать и оценивать прекрасное, красивое во всех сферах человеческой жизни и в искусстве.  **Пометки на полях**  Брань - оружие низменных.  *С. Гудрич.*  Гудрич, Самюэл Грисоулд (1793-1860) – американский детский писатель и педагог.  Брань всегда служила признаком дефектного мышления  *Л. Леонов.*  Леонов Леонид Максимович (1899-1994) – русский писатель.  Брань во время споров должна запрещаться и ка­раться, как другие словесные преступления. Какого только вреда не причиняет и не нагромождает она, не­изменно порождаемая злобным раздражением,  *М. Монтень.*  Монтень, Мишель де (1533-1592) – французский философ-гуманист, писатель.  Когда ты бранишь других, смотри, чтобы ты сам был далек от того, за что другим выговариваешь.  *Плутарх.*  Плутарх (46-126) – древнегреческий философ и писатель.  Брань правды не любит.  *Русская*  *пословица* | У человека возникают разные привычки – полезные и вредные, предосудительные и вызывающие одобрение, иногда – смешные и трогательные... В привычку входят не только действия, но и слова. И очень хорошо, если человек имеет привычку вовремя сказать *Спасибо* или *Простите*, а когда потребуется, даже *Я неправ*.  И среди словесных привычек есть такие, которых лучше бы не было. Например, может стать привычным применение брачных слов. Можно привыкнуть и к так называемым словам-паразитам.  Кому не знакомы люди, изъясняющиеся примерно так: *Вот, так сказать, прихожу я на работу. Снимаю, значит, пальто, сажусь, так сказать, на свое место. А начальник, значит, говорит, так сказать: "Иди домой – говорит, - я тебе, значит, как бы отгул даю за прошлый выходной, значит". Вот, значит, я, так сказать, по-жизни и получил дополнительный день отдыха*. Это пример засо­рения речи словами-паразитами. Сами по себе такие слова могут быть вполне литературными и полезными. Но они могут "прилипнуть" к человеку, войти во вредную речевую привычку. Проникая чуть ли не в каждое высказывание, эти слова лишают его строгости, точности, выразительности и силы воздействия. Человека, речь которого пересыпана словечками-паразитами (а иногда и целыми оборотами-высказываниями вроде *как тебе сказать, вот какая штука, как бы, по-жизни, блин*, трудно слушать, а подчас и смешно.  **УВАЖАТЬ ЧЕЛОВЕКА!**  Нередко приходится сталкиваться с засорением устной речи бранными и вульгарными словами и вы­ражениями. Сквернословие не имеет никакого оправдания. Наше общество борется за новые, подлинно человечные и прекрасные отношения между людьми, основанные на глубоком взаимном уважении и понимании, товарищеской поддержке и помощи.  В резком н остро-непримиримом противоречии с обликом современного человека оказывается сквернословие. Многие, видимо, не понимают того, что слова и мысли едины и что, следовательно, каковы бы ни были внутренние побуждения человека, употребляющего брань, этот человек объективно обнаруживает неуважение к людям. Употребление бранных слов и выражений, сквернословие следует рассматривать не просто как речевой сор, но как нарушение человеческих норм, как оскорбление чести и достоинства современного человека.  Заслуживает всяческой поддержки и в свое время нашла сочувственный отклик инициатива писателя Ф.В. Гладкова, выступившего с призывом объявить войну "позорному пережитку" – сквернословию. Гладков писал: "В нашем быту есть еще заразительные пережитки, которые держатся упорно, как трудно излечимый порок. К таким пережиткам... я отношу сквернословие и всякую похабщину, вошедшую в язык некоторых людей... Это блудословие придает речи таких людей особый пакостный стиль, который бытовал когда-то в ночлежках, в кабаках, притонах и на постоялых дворах. На фоне огромного роста духовной культуры народа этот позорный пережиток особенно заметен... Я убежден, что наша здоровая, передовая молодежь, для которой дорого достоинство нашего человека, со всей решительностью поднимется на борьбу с отвратительным пережитком – со сквернословием и на предприятиях, и в общественных местах, и в частных разговорах. Нельзя оставлять без внушения и взыскания хулиганские слова, нельзя относиться снисходительно к этой словесной мерзости, оправдывая людей тем, что они употребляют ругательства не злонамеренно..."[[8]](#footnote-8)\*.  Часто говорят, что брань срывается с языка не по злому умыслу, а по привычке. Дурная привычка никогда не была оправданием дурного поведения. А кроме того, как правило, привычка извергать потоки словесной брани и хулы начинает действовать во вполне определенных случаях, когда сквернослов хочет оскорбить или унизить другого человека. Значит, такой пакостник прекрасно отдает себе отчет в своих речевых действиях.  Наше общество не может и не хочет терпеть оскорблений человеческой чести и человеческого достоинства – ни делом, ни словом, которое тоже оказывается одной из разновидностей людского дела. Обязанность граждан уважать других, их честь и достоинство предусмотрены Конституцией.  "Берегите наш язык, наш прекрасный русский язык, этот клад, это достояние, переданное нашими предшественниками!" – призывал в одной из своих статей замечательный знаток и мастер языка Иван Сергеевич Тургенев.  Что значит "беречь" язык? От кого или от чего "беречь"? Разве у языка есть враги или ему грозят какие-то опасности?  Да. На своем историческом пути каждый язык такие опасности встречает. Приходится бороться с ними и нашему языку.  Первая опасность – это слова-паразиты, вторая – тюремно-лагерно-блатной жаргон и третья опасность – матерщина.  Зона... При этом слове подсознательно настораживаешься и испытываешь нечто невнятно-тревожное, недоброе. Подсознательно же отстраняешься от него, открещиваешься, отталкиваешь его от себя. Нормальная реакция.  Короче: что мы ей (зоне) и что она нам? Мы ей, как уже сказано, презрение. И недоумение, и забвение, и отвращение с отстранением, конечно. И желание вымыть руки и срочно посмотреть "Лебединое озеро". На худой конец – немедленно отдаться целительной "Апассионате". Чтобы очиститься.  Жаргон с успехом обслуживает известную и ставшую уже несколько анекдотической формулу "украл – выпил – в тюрьму". Собственно, и "украл", и "выпил", и "тюрьма", а еще – "употребил наркотик", "избил", "отнял" и т. д. и т. п. – суть жизненного цикла блатного.  Использование нецензурных и грубых слов – это тоже своего рода психологая зависимость, такая же зависимость, какая бывает в результате потребления табака, алкоголя и других наркотиков.    Лингвисты и историки считают, что нецензурные (бранные) слова пришли на Русь с монголо-татарским игом. До этого на Руси не было таких слов. Оказалось, что матерные слова имеют ряд однокоренных слов в монгольском языке. Вот и получается, что татаро-монгольского ига в России давным-давно нет, а иго нецензурщины, к сожалению, процветает.  Великие русские писатели – А.С. Пушкин, И.С. Тургенев, И.А. Гончаров, А.П. Чехов, М. Горький и другие – великолепно понимали обязанность литераторов – освобождать речь от чуждых литературному языку слов и устойчивых оборотов. Своим творчеством эти писатели содействовали очищению нашего языка от словесного и фразеологического "мусора", рождаемого небрежным, безответственным отношением к речи, незнанием богатств родного языка.  По убеждению Ушинского, "в языке одухотворяется весь народ и вся его родина", в нем "отражается не одна природа родной страны, но и вся история духовной жизни народа... Язык есть самая живая, самая обильная и прочная связь, соединяющая отжившие, живущие и будущие поколения народа в одно великое, историческое живое целое. Он не только выражает собой жизненность народа, но есть именно самая эта жизнь".  Борьба за речевую культуру, как видим, прямо переходит в борьбу за моральную культуру человека. Если общество сумеет преодолеть словесную грубость, тем самым будут резко увеличены душевные силы людей. Вежливость, тактичность, заботливое отношение к товарищу, умение вовремя подумать о настроении и заботах ближних – все это не совмещается с речевым хулиганством. И каждый человек, преодолевая в себе порывы к речевой распущенности, привычку к вульгарности, помогает утверждению подлинной человечности, во имя которой живет и борется новое общество.  Борьба за культуру речи, за правильный, доступный и яркий язык – это насущная общественная задача, осознаваемая особенно ясно в свете современного понимания языка. Ведь язык, работая, постоянно участвует в деятельности сознания, выражает эту деятельность, активно влияет на нее. Отсюда – колоссальная сила влияния слова на мысли, чувства, настроения, желания, поведение людей... |

**Заметки для учителя**

Сегодня на уроке будет диспут-спор о страшном недуге, который охватил наше общество – об употреблении нецензурных слов и грубости. Явление страшное, калечащее души людей, разрушающее энергетику и защитную ауру человека.

Сегодня мы попытаемся выяснить причины употребления нецензурных слов, грубых слов, сделать вывод: нужен нам мат или нет.

В спорах рождается истина. Класс делится на две команды.

Одна из них – девочки – будут доказывать, что без мата обойтись нельзя. Избирается спикер, руководитель этой команды.

Другая команда – мальчики – будут утверждать, что употреблять матерные и грубые слова – плохо, некультурно. Избирается спикер команды мальчиков.

Избирается состав судей и им предлагаются протоколы, по которым вы будете судить о результатах работы. Затем избирается председатель судейской коллегии.

На диспут можно пригласить ребят из 6-8 классов. Они зрители, но если захотят помочь той или иной команде, пожалуйста.

Взгляды команд на проблему должны раскрыть спикеры команд.

Сначала предоставляется слово спикеру команды девушек, затем юношей.

Давайте попробуем выяснить, где же истина.

1. Психологи утверждают, что ребенок и взрослые употребляют мат и грубые слова в качестве защиты. Так ли это?

2. Социологи говорят, что мат – это порождение среды обитания.

3. Милиционеры утверждают, что нецензурная брань – это хулиганство, предусмотрено наказание 15 суток.

4. Ученые-лингвисты пишут, что матом ругаются люди, у которых бедный запас слов, низкий культурный и образовательный уровень.

5. Иностранцы, шведы, например, уверены, что мат и грубость – это дикость.

6. Духовные лица говорят о страшном грехе.

Затем ребята задают вопросы друг другу. Зачитывают цитаты из ребячьих сочинений. Проводится голосование. Судьи подводят итоги.

**Вопросы мальчиков**

1. Вы утверждаете, что мат неотъемлемая часть жизни. Вы хотите чтобы к Вам обращались с матом?

2. Зачем нужен мат?

3. Вы ругаетесь матом?

4. Почему Вы защищаете мат?

5. Представьте: Вы идете по улице и группа людей обзывает Вас

матом. Ваша реакция?

6. Если на уроке учитель сказал грубое слово? Ваша реакция?

7. Вы хотите чтобы матом ругались все?

8. Как вы думаете со скольки лет можно ругаться матом?

9. Вы пришли домой усталый и родители Вас ругают матом, Ваша реакция?

10. Если бы все люди говорили матом, что бы творилось на земле?

**Вопросы девочек**

1. Почему вы считаете, что матом ругаться нельзя?

2. Как вы думаете, можно ли предотвратить сквернословие, если все, или почти все. ругаются матом?

3. Как вы относитесь к тому, что многие подростки ругаются матом только для того, чтобы выглядеть крутым?

4. Вы участвуйте в споре и опровергаете мат, а если сквернословите, как вы себя чувствуете?

5. Почему сквернословие считается русским, хотя в древней Руси не ругались?

6. Как вы относитесь к тому, что некоторые люди используют мат в качестве защиты?

7. Считаете ли вы, что мат способствует разрушению культуры об­щества?

8. Что такое мат с вашей точки зрения?

9. Как бы вы отреагировали если бы ваши дети ругались матом, только для того чтобы их приняли в блатную компанию?

10. Как бы вы отреагировали на то, если бы ваши родители ругали бы вас матом?

ПРОТОКОЛ

СУДЬИ

"ДИСПУТ О МАТЕ"

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии оценок | Команда, обличающая ненормативную лексику | Команда, поддерживающая ненормативную лексику |
| 1. Слово капитана +5  2. Культура речи +5  3. Доступность аргументов +4  4. Вежливость +4  5. Умение правильно задать вопрос +5  6. Умение правильно ответить на вопрос +5  7. Грубость –3  8. Несдержанность –3  9. Массовое участие всей команды +5  10. Остроумие +5  11. Эрудированность +5  12. Артистичность +5 |  |  |
| Общий итог |  |  |

**Примечание**: при написании этого урока использованы разработки учителя истории школы-интерната № 6 (г. Н. Новгород) Маюровой Валентины Петровны.

**Узелки на память**

1. Матерщина и брань – это зависимость от всего плохого.

2. Если ты по-настоящему любишь себя, то ты никогда не произнесешь бранных слов.

3. Ругаться матом – это все равно, что пить гной.

**Упражнения и задания**

1. Запиши в своей тетради "Узелки".

2. Обсуди эту тему дома с родителями.

3. Заключи со своим другом пари, что если хоть один из вас произнесет нецензурное слово, то сдает штраф (5-10 рублей) в общую копилку, деньги из которой затем отдает нищим.

**Домашнее чтение**

**Из сочинения школьницы**

Раньше я тоже ругалась матом. Как-то раз учительница по танцам сводила некоторых девочек в церковь на Мещерку. И она показала нам икону. Там была изображена женщина со стрелами. Светлана Александровна объяснила, что когда кто-нибудь ругается матом, то стрела вознается в эту женщину.

Больше матом я не ругаюсь.

**Сон**

Самое страшное в наркомании - психоло­гическая сторона. Внутри у человека творится что-то ужасное. Как это передать... Я в днев­никах писала: это чувство, будто человек по­пал в могилу. Вот он очнулся, видит, что он живой, у него есть еще силы, а нет никакой возможности выбраться. Ты живой, но ты уже труп - примерно так. Когда крыша едет, те­бе кажется, что за тобой, пятнадцатилетней девчонкой, КГБ следит, крысы выпрыгивают из-под ног, пауки висят гроздьями - все это в тебе, внутри, но в то же время как бы и внешне. Внутри-то ты все понимаешь... Ну как объяснить... Вот сумасшедшие не знают, что они сумасшедшие. Есть же параноики, шизоф­реники, но они считают себя нормальными людьми. А когда крыша едет - ты все пони­маешь, на себя как бы со стороны смотришь и видишь. Но остановиться не можешь. Пред­ставьте себе, что вы, именно вы, начинаете на площади раздеваться догола, выкрикиваете ка­кие-то глупости, кроете всех матом, хватаете проходящих женщин и пытаетесь их насило­вать... Вы понимаете, что делаете что-то страш­ное, несовместимое со своими понятиями, не­совместимое и невозможное с вами, вы этого не хотите, но вы это делаете.

Вот что такое психоз, вот что такое состо­яние наркомана. Вся психика, мозг, душа, весь человек раздирается на две части, идет на раз­рыв. Можно ли это выдержать?

Все наркоманы, кого я знаю, хотят бро­сить, остановиться. И - не могут. Можно по­мочь, снять ломки, но отвратить от кайфа - не знаю... Человек попадает в страшную, не известную никому зависимость. Тут начинает­ся перетягивание каната: что окажется силь­нее, зависимость от наркотика или желание бросить, избавиться. Если желание свободы, стремление избавиться от рабской зависимо­сти пересилит, тогда человек может поднять­ся. Главное - не обманывать себя, четко ска­зать себе, что зависимость от кайфа - это, прежде всего, зависимость от людей, которые могут тебе дать денег и могут не дать, могут дать тебе дозу, а могут не дать, потребуют от тебя за эту дозу выполнения любых прихотей, то есть могут сделать с тобой все, что им за­хочется. Когда это говоришь себе без обмана, то появляется крепость, у меня лично - про­тест, бешенство, ну характер у меня бешеный, но он меня и спас, а то бы я здесь не сидела с вами, а валялась бы под забором со всеми кому не лень...

Все только и говорят: дворовые компании - это плохо. Наверно. Но у меня как было: в девять лет отец развелся с мамой, потом "винт" наложился на мой психованный харак­тер... Короче говоря, меня не стали трогать, побоялись. А потом появился человек, кото­рый взял меня в постоянные сожительницы, авторитетный такой, вор в законе - и меня больше не трогали. Хотя были случаи...

"Винтовых" девочек можно сразу в "хоро­вод" пускать: это когда одна на десятерых. А с другими - уже другой подход. Это в подъ­езде пацаны пытаются тебя ухватить сразу и завалить на подоконник. А там сначала никто с тобой на эти темы даже и не заговаривает. Тут еще что важно. Наркоманы - не алкаши. К алкашам как-то с детства впитано презре­ние, а здесь же - взрослые, на вид вполне приличные люди, которые разговаривают с то­бой на равных о всяких умных и интересных вещах. Один вечер, другой. Потом уже и до рассуждений о сексе дошли, начинают тебя словесно возбуждать, ты уже сама хочешь. В общем, вербовка - так я это называю. Но не надо прикидываться козочками: если ты уже попала туда - значит, готова на многое, не из детского сада пришла. Я, допустим, уже во дворе курила анашу. А анаша, план - это как бы первая ступень. Не знаю случая, чтобы человек, курящий анашу, не сел потом на иг­лу. Конечно, бывают и чистые анашисты, но это уже не просто курящие, а, как у нас назы­вают, - плановые. А это все равно что сидя­щий на игле, та же зависимость.

Или так: он добрый такой, все они добрые, бесплатно колют, колют, а потом говорят де­вочке: слушай, дорогая, надо платить. А изве­стно, как платить. Ну, спать с ним - это само собой разумеется, девочка к этому дав­но готова или даже с первого дня уже спит. Но это ведь еще не плата, ему этого может показаться мало. А он уже забрал над ней полную власть. Это его товар. Он им распоря­жается, торгует. Девочки - всегда ходовой товар. Вот мою подругу ее сожитель исполь­зует, как ему надо: ну для себя, как дополне­ние к кайфу, друзьям дает напрокат на час-другой, пускает ее по кругу - за деньги, то есть зарабатывает на ней, когда денег нет, про­сто подкладывает под нужных ему людей, рас­плачивается ею при всяких разборках и так далее.

А есть еще просто извращенцы. В нашей же группе был один матерщинник и вор лет тридцати при­мерно, как там говорят, уже две ходки сде­лал, то есть два раза в тюрьме был. Он поса­дил на иглу тринадцатилетнюю девочку, есте­ственно, сам с ней спал, торговал, а потом стал внушать потихоньку, внушать. У него здо­ровый дог был... А под наркотиком, тем бо­лее под "винтом", можно внушить все что угодно. В общем, он подготовил ее, внушил и за­ставил сношаться со своим догом... Потом он, этот вор, и ко мне подкатывался, но у меня, слава Богу, был уже свой сожитель.

О той жизни рассказать все невозможно. Там, в том мире, люди могут сделать все, что и в страшном сне не приснится. Все могут: предать, продать, растоптать. Один из наших родную мать зарезал только за то, что она ему денег не давала. Знаю барыгу, который обманул покупателей, продал большую пар­тию раствора, а он, раствор, оказался чуть ли не просто водой. Так его поймали, привели на хату, включили громкую музыку и "всем хо­ром" изнасиловали, как у них говорят, "опу­стили". Это при мне было, правда, в соседней комнате, я только видела, как он вышел, до­плелся до ванной и там лег... Или знаю квар­тиру одного наркомана-хиппи, уже с ума со­шедшего человека. У него как-то странно кры­ша поехала: он ходит по помойкам и все тащит в дом, все объедки, отбросы. Так у него по квартире, вы не поверите, крысы бегают... Но среди его знакомых за ту квартиру идет бой. Квартира - большая ценность. Все включи­лись, чтобы к тому сумасшедшему хиппи под­селить, прописать своего человека - и тогда уже несчастного хиппаря можно отправлять в психушку...

Вообще, уголовный мир - это дерьмо в красивой обертке. Так я для себя определи­ла. Красивая обертка - это песни блатные, гулянки, деньги, как бы свобода, разговоры типа: да мы за кореша да душу отдадим, да пасть порвем кому хочешь... Все это дерьмо и обман, уж поверьте мне. И предадут, и прода­дут, и все что угодно. Я ж говорила: мать за­резал, хотя мать у уголовников считается по­следней и единственной святыней. А о друж­бе и говорить нечего. Вот я, например, никому там плохого не сделала, последней своей до­зой делилась. А меня мои же друзья два раза подставили, завели на квартиру, продали ме­ня... Потому что я понравилась одному авто­ритету, он высоко стоял и против его слова никто не мог ничего сказать. А я ведь не по­следняя подстилка в том мире, уже был у ме­ня авторитет, положение кое-какое, наконец, был у меня свой "законный" сожитель со сво­ими представлениями о гордости, чести и про­чем.

Но когда я до этого дошла своим опытом, то додумалась до того, что и в нормальной жизни идет то же приукрашивание блатного, уголовного, наркоманского мира. Посмотрите телевизор: если про наркоманов, то обязатель­но про миллионы долларов. Да у наших лю­дей при слове "доллар" сразу слюна начинает течь...

А фильм о проститутках? Да на такую жизнь разве что последняя дебилка не клюнет! Это ж реклама, та же красивая обертка.

Помню фильм про вора, в главной роли был Валентин Гафт. Ну куда там, и красивый, и благородный, и вообще - Гафт... И даже без мата.

Конечно, стараются сказать и про другое. Но вот это приукрашивание, оно перевешива­ет. Возьмите ту же эстраду. Я не хочу сказать, что на Западе все хорошо, но там есть пре­стиж здорового образа жизни, я читала об этом. А у нас что в престиже? Рэкетиры, про­ститутки и вообще - крутые. Послушайте рок-группы, там ведь сплошная лажа про то, как хорошо и надо быть крутым чуваком, и каж­дый певец изо всех сил изображает из себя крутого. У нас даже фильмов нет вроде ин­дийских, где если не герой, то счастливый слу­чай спасал бы бедных, несчастных. Короче, даже сказок для утешения нет.

Конечно, скажут: не тебе, мол, об этом го­ворить, с твоей-то жизнью. Но я тоже чело­век, тоже думаю.

Я два раза пыталась бросить. И ничего не получалось. Рано или поздно срывалась. Один раз совсем глупо получилось. Я и уколоться хотела, и в то же время не хотела возвра­щаться в свою компанию, снова попадать в это дерьмо. А где взять кайф, где взять день­ги? Прямо сейчас. Идти на рынок и продавать себя в палатке. Или своровать что-нибудь. Я, конечно, выбрала воровство. Зашла в один дом, взяла вещи - и попалась. Хорошо, что не посадили, дали условно. Но это отец меня отмазал, все положил, лишь бы я в зону не попала. Спасибо ему, жалко только, что он поздно появился в моей жизни.

Есть отчаяние от того, что не можешь ни­чего сделать. Наверно, от него-то я и три ра­за пыталась покончить с собой. Не так, как многие наркоманы, которые режутся для то­го, чтобы кровь увидеть и успокоиться. Я - по-настоящему. И вены резала, и из пет­ли меня вынимали, и таблетками травилась. А не получалось потому, что наркоман ни­когда не бывает один, все время в окруже­нии многих, даже в туалете не закроешься, чтобы повеситься...

Выгляжу я ничего на свои семнадцать лет, правда? Может, чуть постарше. Но здоровья нет никакого. Это только так, снаружи. Ну во-первых, мне чуть ногу не ампутировали. Вооб­ще-то у меня всегда была своя "машина", так шприц называется. Но когда на квартире на­долго зависнешь, когда все подряд колются, то уже не до этого. От грязного шприца нача­лось нагноение, абсцесс - еле спасли, на гра­ни была. А во-вторых, врачи говорят, что у меня сердце ни к черту, желудок. А когда дождь начинается, у меня, как у стариков, все суставы ломит, в общем, навидалась девочка веселой жизни. Но вы знаете, иногда я считаю, что это мне помогло. У меня до этого были совсем другие представления о жизни. А сейчас я знаю людей, я знаю, на что они способны. Меня не обманешь. Конечно, хоро­шо бы такую школу пройти заочно, на чужом опыте, но ведь дураков чужой опыт не учит, только свой.

Да, меня теперь трудно обмануть. Вот все говорят: бороться надо, бороться с наркома­нией. По телевизору показывают. Для кого? Для олухов, которые ничего не знают. Вся борьба заключалась в том, что ловили несча­стных наркош и сажали в тюрьму. Теперь этот закон отменили, признали наркоманию болез­нью, сажать стало некого. Так я слышала, что менты злятся. Теперь-то им надо ловить тех, кто торгует, кто распространяет наркотики, а это... Не знаю, за всех не буду говорить. Ко­нечно, милиция ловит, ищет, но все же начи­нать надо с нее. Я видела, как милиционеры в отделении насилуют проституток, выловленных в ресторане. Это что, так и должно быть? Ну, допустим, это просто скоты, быдло. Но ведь у нас есть такое выражение: "свои менты". Я, например, знаю следователя, который дает нашим ворам наводки на богатые квартиры. Я знаю, слышала и видела двух милиционе­ров, которые сидели в притоне и обсуждали какие-то дела с документами на чью-то маши­ну. То есть они пришли к хозяину квартиры по какому-то служебному делу. Но неужели они не понимали, что попали в притон наркома­нов? Не видели меня, не распознали? Запаха не учуяли? Ушли как ни в чем не бывало. Вот и задумаешься.

Ясно, что ловить и брать надо не больных наркош, а тех, кто торгует, барыг. Притоны накрывать. А как их найти? Не надо меня сме­шить. Все притоны, все квартиры, где варят, всем, абсолютно всем известны. А уж мили­ции - подавно. Да от квартиры, в которой варят наркотики, за версту несет - такой за­пах, что в подъезде на первом этаже чувству­ешь. Все соседи знают, где притон, где соби­раются наркоманы. И как можно не знать, ес­ли там по пять, десять, пятнадцать дней, месяцами живут десять или больше человек, оттуда крики разносятся, хрипы, бред, мат. Да подойди к этой квартире, по одному виду двери она уже отличается от других, ясно, кто там живет, Я знаю квартиру, в которой пол в нескольких местах прострелен из пистолета и в которой за один только год четыре раза вы­ламывали дверь. Это можно утаить от сосе­дей? Ясно, что нельзя. А вот милиция ухитря­ется не знать об этом и не слышать.

Вот и начинаешь думать: почему не берут? Значит, что-то имеют с этого? Там ведь громадные деньги крутятся, и любому барыге или боссу ничего не стоит отстегивать двум-трем ментам... Поймите меня правильно: я не видела, что дают деньги, не могу назвать фамилий и сказать: вот такие-то сидят на откупе. Но не знать о притонах в Москве - это значит нарочно закрывать глаза. Я в этом уверена.

И с этим связано еще самое главное, са­мое страшное. По моим прикидкам, сейчас у нас наступает власть силы. Раньше у меня то­же иллюзий не было, но я все же считала, что в мире есть какой-то коэффициент справед­ливости, который свое все равно возьмет. Но сейчас я точно знаю, что любой человек - никто. Со мной, с вами, с ним могут сделать все что угодно, все, что захочет какой-нибудь босс из той жизни. Если захочет - сделает. Будь ты крутой, супермен, качок, не говоря уже о том, что ты просто человек со своими правами. А ему глубоко плевать. Он сделает то, что захочет. И никто: ни армия, ни мили­ция, ни вся страна, никто вас не сможет защи­тить.

Это ведь все не просто так. Вы, обыкно­венные люди, думаете, что вот есть мы - про­ститутки, наркоманы, шпана, подстилки, грязь и мразь. Ну, нами правят крутые, рэкетиры, а ими - воры просто и воры в законе. И этим вроде бы ограничивается наш мир - так вам кажется. Но я-то знаю, что там, выше, есть еще три-четыре ступени, на которых сидят не известные никому боссы. Я, допустим, имела дело с ворами на четвертой ступени той лест­ницы. А выше - еще три. Я это просто знаю. А мы - проститутки, наркоманы, шпана и грязь, - мы основа, армия. А если есть ар­мия, то в ней есть офицеры, генералы, мар­шалы, главнокомандующие. Если мы платим деньги барыге, если воры платят барыге, то кому платит барыга? Он что, сам по себе? Мо­жет, и воры, и барыги имеют одного босса? А над тем боссом еще босс? Я-то точно знаю, поверьте, что это так.

И от этого мне страшно. От того, что на­ступает власть силы. Силы этих боссов, про­тив которых никто из вас ничего сделать не сможет.

Ира Шулимова, 17 лет

**Литература:**

Об условном языке прежних волжских разбойников. // Моск. Теле­граф. – 1828. - № 23.

Объяснение нескольких слов условного языка волжских разбойников. // Моск. Телеграф. – 1829. - VII.

Денежный щет, сверх обыкновенного, употребляемый в г. Нерехте. Сообщ. И. М. Снегирев. Русск. Истор. Сборн. - 1837, т. 1, кн. 1.

Срезнев И. [И. И. Срезневский]. Афинский язык в России. // Отеч. Записки. – 1839. - V. Отд. смеси.

Диев М. Изъяснение некоторых выражений Правды Русской. // Журн., Мин. Народн. Просв. – 1839. - № 5.

Свиньин П.П. Картины России и быт разноплеменных ее народов. – СПб., 1839.

Тихонравов. Офени. // Влад. губ. ведом. – 1847. - № 6.

Пискарев А.И. Офенские слова, употребляемые в разговорах рязанского простонародья. // Ряз. Губ. ведом. – 1847. - № 51.

Макаров М. Опыт русского простонародного словотолковника. Буквы А-Н. Чтения имп. Моск. общ. ист. и др. росс. 1846-7, кн. III, VI, VII, IX; 1847-8, кн. I, II, III, IV, V, IX [есть отд. оттиски].

Маюров А.Н., Маюров Я.А. К вопросу еще одной отвратительной зависимости. / Основы собриологии, валеологии, социальной педагогики и алкологии. Вып 12./ Под общей редакцией профессора А.Н. Маюрова – Н. Новгород: МАФР, 2003, с.33-37

Искусственный офенский язык. ЖМНП. – 1850., ч. LXV.

Офени Владимирской губернии. // ЖМВД. – 1854. – ноябрь, ч. 9.

Григорович Д. Переселенцы. // Отеч. Зап. – 1855. - №№ 11-12, и 1856, №№ 4-8 [см. послед. издания в пол. собр. соч. и отд. 1889 г.]

Извлечение из протокола Второго отделения Акад. Наук за январь месяц 1856 г. 8-й отчет. С. Микуцкого, А. Н. - 1856, т. 5.

Гарелин Я.П. Суздала, офени, или ходебщики. // Вестник имп. Русск. геогр. общ. – 1857. – экономическ II, ч. XIX, отд. II. Исследования и материалы.

Шульгин И. Опыт системы энциклопедии словесности. - Вильна, 1859.

Собрание выражений, фраз, употребляемых в разговоре С.-Петер­бургскими мошенниками. // Северная Пчела. – 1859. - № 282.

Достоевский Ф. Записки из мертвого дома. // "Время". – 1861. - №№ 4, 9, 10, 11 и 1862 1-3, 6, 12.

Крестовский В. Петербургские трущобы. Книга о сытых и голодных. Т. I-IV. – СПб., 1867.

Слобода Мстера и офени (Из путешествия по России кн. В. Ме­щерского). Русский Инвалид, 1867, № 204.

Липинский и Скрябин. Материалы для географии и статистики России. Симбирская губерния. Язык швецов Симбирской Губернии. - Спб., 1868.

Добр-ов А. Офени Вязниковского уезда. // Сын Отечества. – 1868. - № 32 и 52.

Ставровский. Лабори. Исторический очерк. // Виленский сборник. – 1869. – т. I./

Мартынов, П. Одоевские прасолы и их особенный разговорный язык. // Тульские губ. ведом., - 1870. - № 44.

Смирнов Н. Слова и выражения воровского языка, выбранные из романа Вс. Крестовского "Петербургские трущобы". Изв. Отд. русск. яз. и слов. имп. Акад. Наук, IV. – 1871.

Максимов С.В. Сибирь и каторга. – СПб., 1871.

Ядринцев Н. Русская община в тюрьме и ссылке. - СПб., 1872.

Голышев И.А. Офени, торгаши Владимирской губернии и их искусственный язык. Тр. Влад. губ. стат. ком., вып. Х. - 1874.

Григорович В.И. Записка антиквара о поездке его на Кам-ку и Калмиус, в Корсунскую землю и на южные побережья Днепра и Днестра. - Одесса, 1874 [о происхождении слова "офеня").

Бодуэн-де-Куртенэ. Резья и разьяны. // Слпавянский сборник. – 1876.

Кайдалов Анем. О предках прасолов и офеней. - СПб., 1876.

Максимов С.В. Бродячая Русь. - СПб., 1877.

Наши офени. // Санктпетербург. ведом. - 1878. - № 99.

Кайдалов Анем. О родстве славян, шалов и сколотов по языку. – СПб., 1880.

Голышев И.А. Проводы офеней в дорогу из дома для торговли и разговор их на своем искусственном языке. // Ежег. Влад. губ. стат. ком. – 1880. – т. 3.

Сцепура Ф. Русско-нищенский словарь, составленный из разговора нищих Слуцкого уезда, Минской губернии, местечко Семежова. Отзыв о нем акад. А. Бычкова. Сборник Отд. русск. яз. и слов. Акад. Наук. – 1881. – т. XXI.

Артемьев А. Описание рукописей, хранящихся в библиотеке имп. Казанского университета [см. Описание Кричевского графства или бывшего староства, Андрея Мейера, XVIII в.] Летоп. занят Археогр. ком., 1876-1877, вып. 7, СПб., 1884.

Шерцель В.И. О словах с противоположными значениями. - Воро­неж, 1884.

Путеводитель по Одессе и ее окрестностям, изд. В. Скидан. - Одесса, 1889.

Николайчик Ф. Отголосок лирницкого языка. - Киевская старина. - 1890. - XXIX, апрель.

Романов Е. Катрушницкий лемезень (условный язык шерстобитов м. Дрибина). Живая старина. - СПб. - 1890, Вып. I.

Романов Е. Очерк быта нищих Могилевской губернии и их услов­ный язык (любецкий лемент). // Этногр. обозр. – 1890. - № 4.

[Тиханов П.Н] Криптоглоссарий. Отрывок. (Представление гла­гола "выпить"). - СПб. [Цензурн разреш. 15.04.1891].

Шилков. Из быта срочных арестантов. // Этногр. обозр. – 1891. - № 4.

Семенов В. Ладвинский или масовский язык. // Живая старина. – 1891. – в. IV.

Мельшин Л. [П.Ф. Якубович]. В мире отверженных. Записки быв­шего каторжника. - СПб., 1896.

Н.Я. Материалы для словаря условного языка. // Этногр. обозр. – 1897. - № 2.

Добровольский В.Н. О дорогобужских мещанах и их кубрацком языке. Изв. Отд. русск. яз. и слов. АН, II, 1897.

Будде И.Ф. О некоторых калужских говорах в Тульской и Калужской губерниях. Изв. Отд. русск. яз. и слов. АН, III, 1898.

Чернышев. Список слов портновского языка Изв. Отд. русск яз. и слов. АН. III, 1898.

Добровольский В.И. Некоторые данные условного языка калуж­ских рабочих. Изв. Отд. русск. яз. и слов. АН, IV, 1899.

Смирнов Н. Слова и выражения воровского языка, выбранные из романа Вс. Крестовского "Петербургские трущобы". Изв. Отд. русск. яз. и слов. Акад. Наук, IV, 1899.

Шейн П. В. К вопросу об условных языках. Изв. Отд. русск. яз. и слов. АН, т. IV, 1899.

Мельшин Л. [П.Ф. Якубович]. В мире отверженных. Записки бывшего каторжника. Т. II. - СПб., 1899.

Тиханов П. Черниговские старцы (псалки и криптоглоссон). Тр. черниг. арх. ком. за 1899-1900 г. Чернигов.

Максимов С.В. Происхождение нищенства и меры борьбы с ним. – 1901.

Кармен [Л.О. Корнман]. "Дикари". Из жизни обитателей одесского порта. – Одесса, 1901.

Куприн А.И. "Вор". Киевские типы. Полн. Собр. соч., СПб., 1912, т. VIII.

Зарин А. В каменном мешке (день в "Крестах"). Аргус, 1913, № 10.

Виноградов Н. Н. Условный язык галичан (Костромская губ.). ОРЯС. 1915.

Чуканова. Жаргон преступников. // Вестник права. – 1916. - № 33.

Виноградов Н.Н. Жгонский язык. Условный язык при-Ветлужья, Костромской губ. Изв. Отд. русск. яз. и слов. АН, 1918, XXIII, кн. I.

Краткий словарь сибирского воровского жаргона. Пособник аген­там уголовного розыска. 1921.

Фабричный П. Язык каторги. // Каторга и ссылка. – 1923. - № 6.

Лихачев Д.С. Черты первобытного примитивизма воровской речи. / Словарь.Речевой и графический портрет советской тюрьиы. – М.: Храм Москвы, 1992, с. 354-398.

Ушинский К.Д. Избр. пед. соч. – М., 1954. Т. 2. С. 541-542.

**Глава 7**

**Я принимаю решение**

|  |  |
| --- | --- |
| **На этом уроке ты:**   * учишься противостоять не только личному, но и общественному спаиванию и наркотизации населения твоей Родины; * подводишь итоги изученному и познанному за весь учебный год; * принимаешь личное решение – жить трезво и счастливо.   **Пометки на полях**  Человек занят тем, от чего он ожидает счастья, но самое большое счастье состоит в том, что он занят.  *Ален.*  Ален (Эмиль Огюст Шартье) (1868-1951) – французский литературный критик, философ.  Счастлив тот, кого чужой опыт делает осторожным.  *Античный*  *афоризм.*  Истинное счастье – враг пышности и шума.  *К. Боуви.*  Боуви, Кристиан Нестел (1820-1904) – американский писатель-сатирик.  Счастье - это хорошее расположение духа, благосостояние, гармония, симметрия и невозмутимость.  *Демокрит.*  Демокрит (460-370 од н.э.) - древнегреческий философ  Счастье увеличивается от того, что им делишься с другими.  *Ж. Ламетри.*  Ламерти, Жюльен-Офре (1709 – 1751) – французский философ.  Мы бываем счастливы, только чувствуя, что нас уважают.  *Б. Паскаль.*  Паскаль, Блез (1623-1662) – французский философ  Не гоняйся за счастьем: оно всегда находится в тебе самом.  *Пифагор.*  Пифагор (580-500 до н. э.) – древнегреческий философ и математик.  Человек - творец своего счастья.  *Г. Торо.*  Торо, Генрих Дэвид (1817-1862) - американский писатель, публицист и философ. | Вот и подошел последний урок наших занятий. Ты уже много знаешь о культуре здоровья, по проблеме наркотизма, умеешь противостоять предложению отравиться табаком, алкоголем и другими наркотиками. Еще несколько дней и ты шагнешь в самостоятельную жизнь. Кто-то пойдет учиться в среднее специальное учебное заведение, кто-то пойдет работать, а кто-то останется в школе – пойдет в 10-й класс и т. д.  И в этой жизни тебе придется принимать не только личные, но и общественные решения, в том числе и решения в области преодоления наркотизма в городе, регионе, области, республике, стране.  Чтобы было все ясно и понятно окончательно, изобразим проблему наркотизма в виде железнодорожного состава. Паровоз или локомотив – в проблеме наркотизма представляет алкогольно-наркотическую запрограммированность и широкую доступность табака, алкоголя и других наркотиков. Первый вагон у нас загружен табаком, второй – летучими интоксикантами, третий – пивом, четвертый – вином, пятый – водкой, шестой – марихуаной, седьмой – кокаином, восьмой – ЛСД, девятый – экстази, десятый – героином и т. д., и т. п. Так вот, некоторые наши деятели давно уже требуют решить проблему наркотизма, отцепив хвост от состава – вагоны с нелегальными наркотиками. И их совсем не волнует проблема наркотиков легальных (алкоголя, табака и летучих интоксикантов). Эти люди сшибают макушки чертополоха, не трогая корней проблемы. Мы же с тобой разобрались уже в сути поставленных вопросов. И знаем, что проблему наркотизма нужно решать всю в целом, системно и гармонично, последовательно и комплексно, наступательно и межведомственно. Одним словом – решать проблему всего наркотического состава, т. е. легальные наркотики, как нам уже известно, являются питательной средой и почвой для развития нелегальной наркоторговли, наркобизнеса и наркомании. Ни один наркоман не начинал с героина, ЛСД или экстази. Всегда у них была печальная предыстория – травление табаком, алкоголем или летучими интоксикантами. И только затем шли нелегальные наркотики. И наоборот, в по-настоящему трезвых семьях не бывает курильщиков табака и пьющих, не бывает в этих семьях и наркоманов.    **Информация для учителя**  Пo завершении этого занятия учащиеся должны показать умение формулировать и принимать трезвые альтернативные решения в отношении наркотиков и предвидеть послед­ствия своих решений.  В этом возрасте подростки ищут способы принятия решений и разрешения проблем, которыми можно было бы пользоваться в разных ситуациях. Учащиеся должны научиться принимать решения. Научившись этому, они смогут успешнее справляться с трудными ситуациями.  1. Объявите тему занятия. Объясните учащимся, которые уже знакомы с информацией об алкоголе, наркотиках и употреблении их, что теперь они будут учиться принимать трезвые решения в отношении наркотиков.  2. Дайте определение понятию "принятие решения" как процессу, в ходе которого человек выбирает один из двух или более возможных вариантов действий. Объясните, что любой человек ежедневно принимает решения. Учитель должен назвать одно или два реше­ния, которые он/она принял/а сегодня (напр., что надеть в школу, как добраться до работы). Попросите учащихся назвать любые примеры решений, которые они сегодня приняли.  3. Укажите, что при принятии решения, существует мно­жество возможных вариантов. Просмотрите с ученика­ми материал, прилагаемый к уроку. Объясните последовательность действий, используемую при решении проблем. Дайте оп­ределение альтернативным вариантам, как разные воз­можные решения, на которые мы можем остановить свой выбор. Дайте определение последствиям принятого решения, как положительным и отри­цательным событиям, являющимся ре­зультатом сделанного выбора. Дайте оп­ределение человеческому фактору, как совокупности того, что сказывается на принятии решений, например влияние сверстников, рекламы, эмоций, привычек и т. д.  4. Смоделируйтe процесс принятия реше­ний. Пусть учащиеся пройдут через все ступени при принятии решений, в следую­щих ситуациях:  Вы находитесь на игровой площадке, и одноклассник, которого вы обожаете, предлагает вам попробовать марихуану. Вас никто не видит, и вы в нерешитель­ности - принять или нет это предложе­ние. Как вы поступите?  5. Объясните учащимся, что существуют различные способы, которые они могут выбрать для решения проблемы. Для то­го, чтобы принять ответственное реше­ние важно взвесить положительные и от­рицательные последствия каждого из возможных вариантов, выбрать один, у которого наименьшее количество отри­цательных и наибольшее положительных сторон.  6. Сообщите учащимся, что у них будет возможность попрактиковаться в приня­тии решений небольшими группами. Дайте каждому ученику по экземпляру материалов "Решения, которые я прини­маю". Поделите класс на команды. Дайте каждой группе свою ситуацию. Предо­ставьте им время для обсуждения полу­ченной ситуации, с использованием имеющихся рабочих материалов. Все вместе члены группы должны решить, как они будут решать эту проблему.  7. Пусть члены группы коротко доложат классу, как они определили проблему и приняли решение. Они должны объ­яснить, почему решение, которое они приняли, можно рассматривать как от­ветственное.  8. Закончите занятие, еще раз повторив формулу: "Существует несколько воз­можных вариантов решения. Обратите внимание на важность рассмотрения множества альтернативных решений, а также положительных и отрицательных последствий каждого из них перед тем, как принять ответственное решение". |

**Решения, которые я принимаю**

***Карточки с примерами ситуаций***

*1. ДИЛЕММА ДЛЯ САШИ*

*Саша отправляется в бар со своими друзьями. Бар это место, где собираются, чтобы провести время и развлечься под­ростки. Саше15 лет и он считает, пойти в бар это то, что надо. Его друзья за­казывают пиво и начинают жадно гло­тать его. Саша знает, это нехорошо, но не хочет отставать от них.*

*2. ИСТОРИЯ ЛЕНЫ*

*Люда и Лена близкие подруги. Лена приходит в школу с синяками на руке. Она сообщает Люде по секрету, что ее мать накануне вечером была пьяна и уда­рила ее. Чем могла бы Люда помочь своей подруге Лене?*

*3. ИВАН*

*Иван - новичок в этой школе. По дорогe домой из школы Иван беседует с Сергеем и Игорем, двумя из наиболее по­пулярных мальчиков в школе. Они приглашают его в квартиру Сергея выпить вина из домашнего бара его отца. Они убеждают Ивана, что никто об этом ни­чего не узнает и они хорошо повеселятся немного выпив. Как поступить в этом случае Ивану?*

*4.ФУТБОЛ*

*Вы тренируетесь в течение двух месяцев к турниру по футболу. Вы так взволно­ваны! Вы играете защитников и считае­те, что делаете это очень хорошо. Но за два дня до турнира вы сваливаетесь с сильнейшей простудой, родители говорят вам, что необходимо остаться дома и от­дохнуть. Но тренер говорит, что тот, кто пропустит последнюю тренировку, не бу­дет допущен к соревнованиям. Как по­ступить?*

*5. ПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ В ПАРКЕ*

*Твой лучший друг принял решение проводить больше времени с группой ребят, известных в школе своим пристрастием к алкоголю. Он просит тебя присоединиться к ним в парке после уроков, чтобы не­много отравиться алкоголем. Используя модель принятия решения, реши, что ты скажешь своему другу о встрече с ним после школы и об этой группе его новых друзей и их пристрастии к алкоголю.*

*6. ПОПУЛЯРНОСТЬ*

*Ты пользуешься одним шкафчиком с очень популярным в твоей школе учеником. Однажды утром перед занятиями ты открываешь свой шкафчик и обнаруживаешь маленький полиэтиленовый паке­тик с чем-то внутри, что как ты полагаешь, выглядит как марихуана. Ты не хочешь спешить с выводами о содержании пакетика и почему он находится в твоем шкафчике, но, хотя им пользуется еще один человек, ты тоже ответственен за то, что в нем находится.*

*7. СПОРТ В ШКОЛЕ*

*Употребление алкоголя или других нар­котиков запрещено в твоей спортивной команде, и ты с этим согласен. Двое из лучших игроков твоей команды начи­нают хвастаться перед тобой и другими друзьями по команде тем, что они выпи­вают перед игрой, утверждая, что их спортивная форма улучшается, благодаря выпивке. Ты и другие члены команды, не употребляющие алкогольных изделий должны решить, как подойти к проблеме. На карту поставлено здоровье твоих друзей, а также успех твоей команды.*

*8. ПРИХОДЯЩАЯ НЯНЯ*

*Один из родителей, чьего ребенка ты приходишь нянчить, является домой пьяным и предлагает отвезти тебя домой на своей машине.*

***Работа с общественностью***

*Учащиеся 9-x классов проявляют инте­рес к спортивным и другим мероприятиям, которые дают возможность всем видеть, как они растут и развиваются. Так как они уже более самостоятельны и стремятся больше времени проводить со своими друзьями, а не в кругу семьи, их можно встретить в киноте­атрах, парках и других общественных ме­стах. Взрослые могут не заметить того факта, что эти подростки становятся неблагополучны­ми, находясь под влиянием более старших и, возможно употребляющих наркотики, мо­лодых людей.*

*Девятиклассники начинают испытывать треволнения подросткового возраста. Они хотят быть, независимыми и обрести индиви­дуальность. В результате их поведение вхо­дит в противоречие с общепринятыми об­щественными нормами или может казаться с точки зрения взрослых неуместным или неприемлемым. В силу подчеркнутой независи­мости в манере одеваться, своих музы­кальных пристрастий и склонности передви­гаться группами или компаниями/молодые люди могут испытывать трудности в обще­нии с родителями, учителями и другими взрослыми, живущими в данном районе. Несмотря на стремление девятиклассников проводить среди своих сверстников, как можно больше времени, они нуждаются в дополнительном контроле, руководстве и понимании со стороны взрослых.*

*Школьные мероприятия, рассчитанные на удовлетворение эмоциональных психоло­гических и интеллектуальных запросов учащихся хорошо дополняют меры по профи­лактике наркомании. Однако, местная об­щественность также должна участвовать в мерах, направленных на предупреждение этих явлений.*

*Население должно знать, какую опа­сность представляет для учащихся 9-х классов употребление алкоголя и наркоти­ков. Несмотря на то, что многие учащиеся не употребляют наркотики, они могут стремиться попробовать спиртное и начать курить. На них все большее влияние оказывают сверстники, старшие по возрасту подростки и даже некоторые взрослые.*

*В качестве наставников этих учащихся администрация школ и учителя распространяют свое влияние дальше за пределы стен учебного заведения. Педагоги знают детей и их нужды, и могут успешно отстаивать их интересы. Профессиональный опыт и авторитет педагогов могут быть весомыми аргументами в попытках заручиться поддержкой местной общественности в осуществлении мер по профилактике алкоголизма, и наркомании среди подростков. Учащиеся часто встречаются с непоследовательностью в отношении к алкоголю. Может быть установлен запрет на употребление алкогольных изделий лицами до 18 лет, когда детям запрещено посещение баров и употребление алкогольных изделий в общественных местах. Но в то же время любой ребенок может зайти в любой магазин и купить любые алкогольные изделия в любом количестве. Разрешить несовершеннолетнему покупать алкоголь значит обозначить его соблазнительную доступность для подростка. Подростки не всегда умеют противостоять соблазну – особенно, если их к этому не готовят. Школа, действуя совместно с общественностью и правоохранительными органами, может способствовать проведению в жизнь необходимых изменений, наилучшим образом отвечающих интересам детей.*

*Вовлечение в работу сил местной общественности требует поиска особых путей, используя которые милиция, духовенство, работники здравоохранения и органов социальной защиты, средства массовой информации, представители деловых кругов и торговли, работники парков и зон отдыха, планирующих органов и других общественных организаций могли бы объединить свои усилия со школой с целью уберечь детей от наркотиков.*

*Вероятность поддаться соблазну упот­ребления наркотиков или торговли ими у детей этого возраста выше, чем в любом другом возрасте. Подростки оказываются перед лицом необходимости принятия решений в отношении алкоголя и наркотиков, секса, продолжения учебы, обеспече­ния своего физического благосостояния, а также выработки своих собственных взглядов на жизнь. Взрослые должны помочь им принять однозначные, правильные и ответственные решения. Администрация школ и учителя могут попытаться привлечь местную общественность к участию в программе профилактики употребления алкоголя и наркотиков следующим образом:*

* *Через организацию специальных групп и объединений групп и отдельных лиц из местного населения, ставящих своей задачей оказание помощи в деле предотвращения употребления алкоголя и наркотиков.*
* *Путем ограничения доступности для подростков табачных и алкогольных изделий.*
* *Организацией присмотра за детьми в течение рабочего дня, включая организацию групп продленного дня.*
* *Через обращение к местным компаниям, работодателям, группам гражданской активности с просьбой, обеспечить или помочь финансировать организацию объектов проведения досуга и контроля за детьми в них.*
* *Через обращение к местным компаниям, работодателям и другим общественным организациям с просьбой организовать или финансировать программы антиалкогольной и антинаркотической профилактики.*
* *Через обеспечение безопасности иди организацию ремонта, прилегающей к школе территории и улиц.*
* *Через содействие усилиям частного сектора, направленных на поддержку специальных программ, организацию походов и поездок за город, и выделение дополнительных средств для приобретения школьных учебников, пособий и для финансирования программы социальной поддержки учащихся.*
* *Через публикацию в местной печати и освещение телевидением и радио положи­тельных материалов об учащихся.*
* *Через организацию выступления перед школьниками представителей муниципальных служб, таких как милиция, пожарные, руководители объектов массово­го отдыха и других лиц о значении воз­держания от употребления алкоголя и других наркотиков и о необходимости быть положительным примером для младших детей.*
* *Через предоставление учащимся возмож­ности помочь другим людям (например: уборка листьев, снега, помощь в работе с детьми младшего возраста, выполнение поручений пожилых соседей).*
* *Через обеспечение спонсорства частных фирм для школьных команд, выступаю­щих на спортивных соревнованиях и олимпиадах.*
* *Через рассылку руководителям муници­пальных служб, организаций и родителям информационных листков, сообщающих об участии учащихся в общественной жизни и их успехах.*
* *Через требование соблюдения законов и инструкций, направленных на защиту де­тей.*
* *Через тщательный отбор взрослых для работы с детьми.*
* *Через предоставление учащимся возмож­ности оказывать помощь другим (напри­мер: добровольная работа в больницах, детских садах и яслях, лагерях для детей).*
* *Через привитие молодежи осознания вы­сокой нравственности зарабатывания сво­им трудом и безнравственности стремле­ния жить за чужой счет.*
* *Через привлечение их внимания к важности образования и убеждение их в необхо­димости оставаться в школе до полного завершения обучения.*
* *Через убеждение детей в том, что обраще­ние за помощью есть признак силы харак­тера.*

*Религиозные организации могут органи­зовать, выступить в качестве спонсора и/или в поддержку:*

* *безалкогольных мероприятий для взро­слых и детей*
* *групп родителей одного возраста*
* *групп сверстников*
* *семинаров для родителей*
* *подростковых учебных групп*
* *периодических семинаров по профилакти­ке алкоголизма и наркомании*
* *сотрудничества с общественными группа­ми и организациями выступающими за предотвращение употребления алкоголя и других наркотиков*

*Религиозные организации могут при же­лании также:*

* *выступать в качестве источника постоян­но выпускаемых информационных сбор­ников и брошюр по профилактике алко­голизма и наркомании*
* *включать идеи профилактики алкоголиз­ма и наркомании в свои еженедельные бюллетени*
* *привлекать подростков к планированию, организации и проведению мероприятий, направленных против табака, алкоголя и наркотиков и предназначенных для них самих*
* *привлекать взрослую часть населения к участию в осуществлении программ профилактической направленности*

*Очень важно, чтобы учителя поняли, что "проблема наркомании" должна включать в себя вопросы употребления алкоголя в одном ряду с проблемой запрещенных наркотиков. Алкоголь - это наиболее доступный и часто употребляемый для опьянения наркотик. Когда употребляете термин "наркотики", он относится к алкоголю наравне с другими видами наркотических веществ.*

*Наши исследования показали что семья, критически относящаяся к алкоголю способна противостоять любому "алкогольному" событию, будь-то - наблюде­ние на улице, или бестактная демонстрация выпивки с телеэкрана. Их нетруд­но объяснить ребенку, и тем укрепить у него неприязнь к спиртному. Такая семья опровергает любую "теорию" о приемлемости и пользе алкоголя, вместе, с ребенком изучит "алкогольное" поведение взрослых. Подобная позиция се­мьи формирует надежный психологический иммунитет против любого употребления спиртного.*

*И наоборот. Некритическое отношение к алкоголю в семье - основная и наиболее распространенная психологическая предпосылка к выпивке. В такой семье ребенок воспитывается на идеях: вино и жизнь - неразделимы; труд, семейные торжества, дружеские встречи, отдых, праздник - все интереснее не­пременно с вином. Ребенок поневоле начинает воспринимать алкоголь как ес­тественный неотъемлемый и "нормальный" компонент жизни, усваивая "ал­когольные" традиции. Он как бы программируется на будущее пьянство.*

*Знаменательно: "алкогольному" воспитанию способствует не только часто­та выпивок в семье, главное в доброжелательном отношении к алкоголю. В умеренно выпивающих семьях дети не в меньшей опасности, чем в семье пья­ницы: ребенок не видит негативных сторон пьянства, а родители считают, что никакого антиалкогольного воспитания не надо. Умеренно выпивающие семьи опасны иллюзией их "алкогольного благополучия". Часто ребенок включается в питейные обычаи, пусть даже сам не употребляя спиртного, участие в общем застолье, сервировка стола "под вино", помощь родителям в покупке вина, об­щение с опьяненными родителями.*

*Наши исследования показали, что практически все подростки, заболевшие алкоголизмом, все молодые преступники, совершившие преступление в опья­нении - выходцы из семей, воспитавших у них положительное отношение к вину.*

*Принято считать, что алкоголизация детей и подростков начинается с момента употребления алкоголя. Однако это распространенное ошибочное мнение. Алкоголизация у большинства людей начинается не с выпивок, а с того момента, когда у человека впервые появляется положительная мысль о спиртном и его употреблении. Алкоголизация начинается и протекает отнюдь не по прихоти человека, а под воздействием социальной среды, окружающей его. Эти воздействия могут быть словесными, вещественными, комбинированными. Словесные воздействия выражаются в том, что письменные и устные высказывания, содержащие положительную оценку спиртного и его употребления, со временем вызывают питейную запрограммированность человека. Суть ее в том, что в головном мозгу человека, как утверждал исследователь пробле­мы Г.А. Шичко, образуется прочная система ассоциаций, которая и вынуждает его действовать соответствующие образом. Особенно сильное влияние на детей оказывают словесные высказывания. Питейной запрограммированности их содействуют даже такие абсолютно безвредные слова, распространенные в быту: "пивцо", "винцо", "дай бог не последнюю", "с вином родились, с вином и помрем", "за Ваше здоровье", "все люди пьют и мы не хуже других" и т.д.*

*Трезвенническая пропаганда и просвещение - это не только яростное и глубоко научно-обоснованное отрицание алкоголя, но и подробное, тщательное, очень конкретное обучение подростков практической организации своей жизни на основе трезвенничества. Быстрое продвижение больших масс людей к алкоголепотреблению способны вызвать средства массовой информации, если они несут неточные, а то и просто ложные сведения об алкогольных изделиях и оправдывают их употребление.*

*Питейное убеждение формируется также под влиянием ложных сведений об алкогольных изделиях и об их воздействии на человека. Нередко можно ус­лышать, что алкоголь обладает питательной ценностью, лечебными свойства­ми и т.д. Содержание питейного убеждения разных людей, естественно, отли­чается, однако для всех пьющих характерна твердая убежденность в том, что употребление алкоголя вполне нормальное и закономерное, явление, без кото­рого нельзя или трудно обойтись. Таким образом, у человека формируется пи­тейная запрограммированность и потребность в алкоголе. Питейная запро­граммированность включает в себя установку на винопитие и питейное убеж­дение. Установка же представляет собой как общий план обращения человека со спиртными изделиями. Итак, каждая школа может и должна стать настоя­щим центром пропаганды трезвенничества среди населения, центром трезвеннического просвещения родителей.*

**Задание на лето**

1. Создай, сформируй в летнем лагере, во дворе, в поселке, в деревне клуб молодых трезвенников. Для его работы используй материалы этой книги и то, что ты познал на уроках "Культуры здоровья". Не чурайся и дополнительной литературы, которая приводится здесь в конце каждого урока.

**Информация для размышлений**

**99 возможностей сказать ребенку: "я тебя люблю"**

Когда мы выражаем ребенку нашу любовь, мы даем ему поддержку и чувство близости с нами, необходимые для его полного самораскры­тия, реализации. Сказать: "Я тебя люблю" это только одна из возможностей. Есть много других слов и безмолвных жестов, которые более подходят к кон­кретной ситуации и подкрепляют в ребенке чувство уверенности в себе, принятие мира и любви. Мы предлагаем только некоторые из возможных фраз как идеи, примеры. Самое главное - руководствоваться собственным чувством, при­слушиваться к себе, чтобы найти свои личные слова и не оставить их про себя, а обязательно сказать ребенку, вложив в них всю силу своей любви.

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Молодец  2. Хорошо  3. Не скромничай  4 Удивительно  5. Уже лучше  6. Очень мило  7. Отлично  8. Еще лучше, чем прежде  9. Гораздо лучше, чем я ожидал  10. Значительно лучше меня  11. Лучше, чем все кого я знаю  12. Великолепно  13. Потрясающе  14. Прекрасно  15. Очаровательно  16. Дивно  17. Классно  18. Высший класс  19. Поразительно  20. Очень продуманно  21. Одухотворенно  22. Незабываемо  23. Неподражаемо  24. Именно этого давно ждали  25. Поэтично  26. Несравненно  27. Головокружительно | 28. Красота  29. Ты бьешь без промаха.  30. Как в сказке  31. Это трогает меня до глубины души  32. Это подобно прорыву в новое и прекрасное  33. Ну ты прямо профессор  34. Проникнутый любовью  35. Восхитительно.  36. Очень ясно  37. Ювелирно точно  38. Ярко, образно  39. Сказано здорово - просто и ясно  40. Остроумно, очень забавно  41. Прямо энциклопедические знания  42. Эффективно работаешь  43.Очень эффектно  44. Экстра-класс  45. Прекрасное начало  46. Талантливо  47. Ты просто чудо  48. Ты одаренный(ая)  50. Ты сегодня много сделал  51. Здорово  52. Ты в этом разобрался (лась) |

|  |  |
| --- | --- |
| 53. Ты ловко это делаешь  54. Это как раз то, что нужно  55. Не отступай  56. Ух!!!  57. Мне очень важна твоя помощь  58. Продолжай работать, у тебя получается все лучше и лучше.  59. Поздравляю.  60. Продолжай в том же духе.  61. Я тобой горжусь.  62. Ты делаешь все хорошо.  63. Я просто счастлив, когда вижу, что ты так работаешь.  64. По-моему, ты это ухватил сейчас.  65. Мне очень важна твоя помощь.  66. Работать с тобой просто радость.  67. Одно удовольствие учить тебя, когда ты так работаешь.  68. Ты мне просто необходим (ма).  69. Для меня важно все, что тебя волнует, тревожит и радует.  70. Поздравляю. Здорово ты это (написал, нарисовал и т.д)  71. Еще разок и все получиться.  72. Я сойду с ума, если с тобой что-нибудь случиться.  73. (молча погладить, по голове) | 74. (молча обнять).  75. (молча подержать за руку)  76. (открыто смотреть в глаза)  77. С каждым днем у тебя получается все лучше!  78. Это просто сенсация.  79. Как тебе это удалось?  80. Ты все замечаешь.  81. Ты сделал это с легкостью.  82. (выбрать время вместе почитать, обсудить прочитанное)  83. Хорошо сделано (имя ребенка).  84. Научи меня делать также.  85. Прекрасная мысль  86. Это действительно получилось.  87. Тут мне без тебя не обойтись.  88. Я знал. что тебе это по сипам.  89. Ты меня всегда радуешь  90. Ты мне нужен именно такой, какой есть  91. Вот это я и называю хорошей работой!  92. Ты смотришь в корень  93 Грандиозно!  94. Никто мне не может заменить тебя.  95. Я горжусь тем, что тебе это удалось. |

96. Сегодня ты превзошел (шла) сам(а) себя!

97. Фантастика.

98. Для меня нет никого красивее тебя.

99. Я сам не смог бы сделать лучше.

Ну что к этому еще осталось добавить "Я люблю тебя". Именно это стоит за все­ми словами, фразами и молчаливыми жестами. Каждому из нас так важно ус­лышать это от тех, кто нам дорог.

**Домашнее чтение**

Стивен Кинг

...Если попойка приходилась на вечер выходного, он ча­са три спал, вставал, одевался, глотал четыре таблетки экседрина и, не протрезвев, отправлялся к девяти часам давать уроки американской поэзии. Здравствуйте, ребя­та, сегодня Красноглазое Чудо расскажет вам, как во время великого пожара Лонгфелло лишился жены.

"Я не верил, что я алкоголик", - подумал Джек, слушая, как зазвонил телефон Эла Шокли. Пропущен­ные уроки или уроки, на которых от небритого Джека все еще разило ночными "марсианами". Только не я - я-то могу бросить в любой момент. Ночи, которые они с Венди провели в разных постелях. Слушай, я в по­рядке. Разможженное крыло машины. Конечно, я в со­стоянии вести. Слезы, которые Венди каждый раз проли­вала в ванной. Осторожные взгляды коллег на любой ве­черинке, где подавали спиртное, даже если это было ви­но. Медленно забрезжившее осознание того, что о нем гово­рят. Понимание, что из его "Ундервуда" выходят только почти пустые листы, заканчивающие свое существование бумажными комками в корзине для мусора. Когда-то он был выгодным приобретением для Стовингтона - может статься, медленно расцветающий американский писатель, и уж точно - человек, достаточно квалифицированный для преподавания таинственного предмета - писательско­го мастерства. Он уже опубликовал две дюжины рассказов. Он работал над пьесой и полагал, что где-то в каком-то дальнем уголке сознания, возможно, вызреет роман. Но сейчас Джек ничего не создавал, а преподавательская дея­тельность стала странной и беспорядочной.

Закончилось все это однажды вечером - не прошло еще и месяца с тех пор, как Джек сломал сыну руку. Тут и конец семейной жизни, казалось ему. Венди оставалось лишь собраться с силами... он знал, не будь ее мать пер­востатейной стервой, автобус увез бы Венди обратно в Нью-Хэмпшир, как только Дэнни оказался бы в состоя­нии путешествовать. С браком было бы покончено.

Тогда, в первом часу ночи, Джек с Элом въезжали в Барр по дороге № 31. За рулем "ягуара" был Эл, который странным образом вписывался в повороты, иногда пересе­кая двойную желтую линию. Оба были пьяны вдрызг, этой ночью "марсиане" приземлились, полные сил. По­следний изгиб дороги перед мостом они проехали на се­мидесяти, и там оказался детский велосипед; по­том - резкий, мучительный, пронзительный визг рас­кромсанной резины на шинах "ягуара". Джек помнит, как увидел похожее на круглую белую луну лицо Эла, смутно маячившее над крутящимся рулем. На сорока милях в час они со звоном и треском врезались в велоси­пед, и тот погнутой, искореженной птицей взлетел в воз­дух, ударил рулем в ветровое стекло и тут же снова очу­тился в воздухе, а перед вытаращенными глазами Джека осталось испещренное звездочками трещин ветровое стек­ло. Чуть позже послышался последний страшный удар, это велосипед приземлился позади них на дорогу. Шины прошлись по чему-то, глухо стукнувшемуся о днище. "Ягуар" развернуло поперек дороги. Эл все еще рулил и откуда-то издалека до Джека донесся слабый собствен­ный голос: "Господи, Эл. Мы его переехали. Я чув­ствую".

Телефон продолжал звонить прямо в ухо. ДАВАЙ, ЭЛ. ОСТАНОВИ. Я С ЭТИМ РАЗБЕРУСЬ.

Эл остановил дымящуюся машину в каких-нибудь трех футах от опоры моста. Две шины "ягуара" были спущены. Горелая резина оставила стотридцатифутовый петляющий, мечущийся из стороны в сторону след. Пере­глянувшись, они бросились обратно, в холодную тьму.

От велосипеда не осталось ничего. Одно, колесо отвали­лось и, оглянувшись через плечо, Джек увидел, что оно лежит посреди дороги, ощетинившись полудюжиной по­хожих на струны рояля спиц. Запинаясь, Эл выговорил:

"По-моему, на него мы и наехали, Джекки".

- Где же тогда ребенок?

- Ты видел ребенка?

Джек нахмурился. Все произошло безумно быстро. Они выскочили из-за угла. В свете фар "ягуара" смутно увидели велосипед. Эл что-то проорал. Они налетели на него и долго скользили юзом.

Они перенесли велосипед на обочину. Эл вернулся к "ягуару" и включил все четыре фары. Следующие два ча­са они обыскивали дорогу, пользуясь мощным четырех­камерным фонариком. Ничего. Несмотря на поздний час, мимо севшего на мель "ягуара" и двух мужчин с раска­чивающимся фонарем проехало несколько машин. Ни од­на не остановилась. Позже Джеку приходило в голову, что, по странной прихоти, провидение, стремясь дать им обоим последний шанс, не подпустило туда полицию и удержало всех проезжающих от того, чтобы их оклик­нуть.

В четверть третьего они вернулись к "ягуару", трез­вые, но ослабевшие до тошноты. "Что ж этот велик делал посреди дороги, если на нем кто-то ехал? - требовательно спросил Эл. - Он же не на обочине лежал, а прямехонько посреди дороги, мать ее так!"

Джек сумел только помотать головой.

- Ваш абонент не отвечает, - сказала опера­тор. - Хотите, чтобы я продолжала вызывать?

- Еще парочку звонков, оператор. Можно?

- Да, сэр, - отозвался исполненный сознания своего долга голос.

ДАВАЙ, ЭЛ!

Эл пешком перебрался на другую сторону моста к бли­жайшей телефонной будке, позвонил приятелю-холостя­ку и сказал, что, если тот вытащит из гаража зимние шины для "ягуара" и привезет их на 31-е шоссе к мосту за Барром, то получит пятьдесят долларов. Приятель объ­явился через двадцать минут, одетый в джинсы и пи­жамную куртку. Он оглядел место происшествия.

- Прикончили кого-нибудь? - спросил он. Эл уже поднимал домкратом заднюю часть машины, а Джек отвинчивал гайки.

- К счастью, нет, - сказал Эл.

- Ладно, по-моему, все равно лучше мне двигать об­ратно. Заплатишь завтра.

- Отлично, - сказал Эл, не поднимая глаз.

Вдвоем они без происшествий сменили шины и вместе поехали домой к Элу Шокли. Эл поставил "ягуар" в га­раж и вырубил мотор.

В темноте и тишине он сказал:

- Я завязываю, Джекки. Хватит, приехали. Сегодня я убил своего последнего марсианина.

И теперь, потея в телефонной кабине, Джек вдруг подумал, что никогда не сомневался. - Эл способен довес­ти дело до конца.

Домой он тогда поехал на своем фольксвагене, вклю­чил радио и, словно чтобы охранить предрассветный дом, какая-то группа снова и снова принялась повторять на­распев:

БУДЬ, ЧТО БУДЕТ, ТАК И СДЕЛАЙ... ТЕБЕ ЖЕ ОХОТА... БУДЬ, ЧТО БУДЕТ, ТАК И СДЕЛАЙ. ТЕБЕ ЖЕ ОХОТА...

Из книги Стивена Кинга "Странствующий дьявол". – К.: Украина, 1993, с. 38-40.

Е. Евтушенко

**Из поэмы: "Казанский университет" (отрывок)**

Люди, синие от стужи, обнимают фонари -

Сорок градусов снаружи, сорок градусов внутри.

Кто Россией правит? Кто Россию травит?

Барыня стеклянная, водка окаянная.

Мчат по пьяным рысаки, Боже, что творится:

Нынче водка на Руси как императрица,

И сургучный венец на головке царственной,

А соленый огурец – скипетр государственный.

Твоя очи, Русь, поблекли,

И в ослабших пальцах дрожь,

Вниз по матушке по водке

Далеко не уплывешь.

Если все в глазах двоится,

Ты вдвойне бессильна, Русь,

Пьяный с пьяну не боится,

А с похмелья пьяный – трус.

Эй, мужик, ты снова к рюмке -

Но когда дрожливы руки,

Не удержишь в них кола,

Не рванешь в колокола,

Али было мало порки?

Али та наука зря?

Ты в царевой монополке

Не опасен для царя.

Выпьешь – царь и поп родимы.

Хоть целуйся с ними всласть.

Ты и царь, как побратимы,-

Водку пьешь и ты и власть.

\* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*

Суббота - день хреновый:

На пьяных урожай,

А если мат – кромола -

Всю Русь тогда сажай!

Василий Белов

**Причины ясны...**

В скверике около нашего колхозного клуба стоит самодельный воинский памятник. Александр Кузнецов - здешний киномеханик - на все руки мастер. Он и построил этот обелиск, по своим же эскизам. На кирпичной стеле - железный лист, на нем список погибших. Дождь, снег, стужа, ветер и зной безжалостны к этим мелким буковкам. Кузнецов периодически подновляет их, добавляя внизу фамилии, выявляемые школьными следопытами. Мы с Кузнецовым мечтаем о том времени, когда все эти триста семнадцать фамилий будут вырезаны на мраморе, либо отлиты, пусть не в бронзе, хотя бы в чугуне...

Триста семнадцать погибших в боях. Я пока не считал, сколько умерло от фронтовых ран и болезней уже после войны. По-видимому, на защиту Отечества встало не менее шестисот моих земляков, то есть полк или отдельный дивизион, иными словами, целая воинская часть. Размышляя о будущем и о военных опасностях этого будущего, я не могу забыть, что нынче на той же административной территории в списке призывников всего... шесть человек. А через десять лет не будет и того, так как в первом классе нашей единственной восьмилетней школы учится лишь три (три!) первоклассника. Еще во время войны на территории нынешнего колхоза "Родина" имелось 9 колхозов и пять начальных школ, не считая семилетней. Детские голоса звенели в каждой из двадцати восьми деревень.

Демографические дела всерьез заинтересовали меня лет 10-12 тому назад, одновременно с делами по пресловутому "проекту века", грозившему испохабить не только северо-запад, но и другие территории. Между обезлюживанием деревень и планами перебросчиков уже и тогда явственно проступала взаи­мосвязь. Ведь подлежало за­топлению и подтоплению мно­жество деревень, сел и даже городов, но говоря уже о лесах и сельхозугодьях. Но тогда же не менее явственно проступала и другая беда, связанная с иным половодь­ем, с другим разливанным морем. Таким же, впрочем, рукотворным, как Рыбинское, поглотившее перед самой вой­ной старинный город Мологу...

Помнится, в нашем колхозе за один год погибло двенадцать человек. На соседнем лесоучастке угодило в заключение около тридцати, за одно лето было задавлено тракторами и машинами несколько человек. Те, кто давил, остались живы, но, разумеется, перестали быть хлебопашцами. В это время в журнале "Наш современник" появи­лась статья Л. Переведенцева о народонаселении. Автор пи­сал в этой статье, что "люди старше 30 лет стали умирать чаще", что "этой закономер­ности не ожидал никто. Причины ее не ясны".

Не ясны?

Я послал А. Переведенцеву письмо, в котором перечислил своих детских сверстников:

"Ф. Р. - умер от рака (сильно пил); К. С. - погиб в шахте (пил); В. Д.- задавлен тракто­ром в пьяном виде; Б. М. - то же самое; К. Ш. - погиб на Се­вере (пил); Н. Д. покончил с собой в пьяном виде; В. С. - умер от отравления водкой; X. С. - сгорел заживо в своем доме будучи пьяным; В. У. - попал под поезд во время пох­мелья".

Я написал автору статьи, что "моих детских сверстников осталось в живых очень мало, а что будет к нашему 50-летию? Проглядывается ли в этой "ста­тистике" какая-либо закономер­ность? История моей деревни типична".

Писалось это в 1975 году. Спи­сок же приобретал с каждым годом жуткие, чудовищные раз­меры. Он расширялся уже не за счет моих ровесников, а за счет последующих поколений, но я напрасно ждал ответа от специалиста по демографии.

Вскоре я обратился к прези­денту АМН СССР Н.Н. Блохину:

"Беда достигла небывалых размеров. Вы, надеюсь, не бу­дете отрицать, что алкоголь - это наркотик. И он, подобно чу­ме, проникает в каждый дом, в каждую семью, разрушая социальные связи, уничтожая нравственность. Не менее страшны необратимые последствия, связанные с наследственными, генетическими изменениями, падение рождаемости, рост числа дебильных детей, наконец, просто физическая гибель людей". В письме имелись практические предложения из шести пунктов.

Президент не ответил.

Ответил академик – секретарь ОКМ АМН, который отфутболил мое письмо директору ВНЦПЗ АМН А.В. Снежневскому. Что такое ОКМ и ВНЦПЗ, я не знал, поэтому попробовал еще раз связаться с академиком Н. Н. Блохиным. Мне дали достойную отповедь:

"Уважаемый тов. Белов! Письмо Ваше Президент АМН СССР счел нужным передать академику АМН СССР Снежневскому А.В., который дал Вам исчерпывающий ответ".

В "исчерпывающем" ответе академика Снежневского говорилось, что "алкаголь не относится к разряду наркотиков".

Какая же все-таки странная вещь эта наука! Академик Яншин говорит о "про­екте века" одно, а дирек­тор Института водных проблем Воропаев - совсем иное, при­чем нечто противоположное не только Яншину, но вообще здравому смыслу. Неужели это и есть тот самый принцип демократизма и гласности? Всемирная организация здравоохранения единодушно считает алкоголь наркотиком, а советский академик не считает. Так и вспоминается притча о прапорщике, который один шел в ногу, а вся рота - не в ногу. Впрочем, академик Снежневский, отрицающий наркотические свойства алкоголя, вовсе не одинок. Вспомним публичные выступления заступников культурного винопития. Не буду цитировать печатные высказывания "специалистов", призывавших не торопиться с радикальными мерами. Они требовали разработать вначале научные обоснования и лишь потом принимать правительственные решения. Мнимые борцы с пьянством очень смахивают на тех пожарников, которые при виде дыма вместо того чтобы немедля броситься тушить огонь, требуют обосновать способ тушения.

Престиж советской науки в борьбе с алкогольным пожаром был все же спасен, причем не наркологами и психиатрами, а такими учеными как академик Ф.Г. Углов, доктор экономических наук Б.И. Искаков, ученые-сибиряки Жданов, Загоруйко и десятки, нет, сотни других. Подвижнические усилия этих ученых были поддержаны Центральным Комитетом КПСС. Победил здравый смысл. Было принято постановление по борьбе с алкогольной бедой. Трудно представить, сколько человеческих жизней сгорело бы, сколько задохнулось бы в пьяном угаре, пока специалисты подводили бы научные обоснования практических мер!

Но вот постановление при­нято и приобрело силу зако­на. Голоса скептиков, пугав­ших государственные органы пьяными бунтами, сразу за­тихли. Зато послышались иные, закордонные голоса. За­рубежные борцы за права, молчавшие до этого десяти­летиями, вдруг начали про­являть интерес к нашему от­резвлению. Подзатихли после принятия постановления и сторонники культурной нар­комании.

Потушен ли алкогольный огонь сейчас, проветрен ли наш общий дом от его дья­вольского угара? Нет, огонь лишь притушен, во многих утлах тлеет, и угар продолжает смердить. То, что сде­лано, было всего лишь срочно необходимым, неотложным. Нужно было хотя бы переве­сти дыхание, глотнуть свеже­го трезвого воздуха. Главная борьба ждет каждого честно­го человека, каждого гражда­нина. То, что сделано, - толь­ко начало. Но и это начало оптимистично. Спасены от преждевременной гибели ты­сячи, если но миллионы, сократилась преступность. Медленно, но все же меняется от­ношение к труду. Вот выдер­жки из доклада на недавнем партийном активе в Вологде:

"В прошлом году реализация спиртного в области сократи­лась на 40 процентов. И как следствие число преступлений, совершенных в нетрезвом со­стоянии, уменьшилось почти на одну треть, автотранспортные происшествия по вине пьяных водителей сократились на 281 процентов. Общее число привлеченных к административной ответственности за пьянство снизилось на 29 процентов, прогулы в промышленности сок­ратились почти на 50, потери рабочего времени - на 37 процентов. Лучше стала обстанов­ка в семьях. Количество погиб­ших в состоянии алкогольного опьянения уменьшилось почти в два раза".

Помню, как после публика­ции постановления многие женщины у .меня на родине в Харовском районе Воло­годской области плакали от ра­дости. Некоторые приходили ко мне домой. Просили, что­бы я позволил в Москву, пере­дал благодарность за это постановление.

Перестройка немыслима без полного отрезвления, это на­до понять каждому. Перестро­иться на иной лад может лишь трезвый работник. Лицемерие половинчатой, а то и просто фиктивной борьбы за трез­вость не всегда очевидно: сей­час "зеленый змий" обнаружи­вает еще и свойства хамеле­она. Ходатай культурного винопития прячется в каждом, кто лично для себя не допускает полного отказа от алкоголя. Интересно, что большин­ство пьющих и выпивающих руководителей искренне убеж­дены в том, Что индивидуаль­ный "сухой" закон обедняет жизнь. Таким людям кажется, что отказ от алкоголя лиша­ет человека определенной ра­дости, делает его как бы в чем-то обкраденным или об­деленным: Но человеку пью­щему никогда не понять, что все обстоит как раз наоборот. Он может понять эту истину лишь после того, как сам, на своем опыте узнает, что полный отказ от алкоголя как раз и делает жизнь богаче, шире и радостней...

Знаю, что, прочитав эту фразу, большинство так называемых "культурно пьющих" лишь ухмыльнется, потому что логика тех, кто совершенно свободен от наркотика, им пока недоступна и даже враждебна. Когда В.М. Шукшин с обычной для него решительностью принял для себя "сухой" закон, многие на "Мосфильме" перестали с ним здороваться. Умолчу о том, что он говорил, когда обнаружил этот внешне непонятный феномен...

Случай с В.М. Шукшиным вспомнился мне во время разговора в одной московской больнице. Известный нарколог, доцент, убеждал меня в том, что все народы издревле выращивали лозу, что вино, это поэзия и лишать людей этой поэзии глупо... Нужно, мол, просто учиться пить... Странно звучали эти сентенции в кабинете ученого, да еще нарколога!

От растерянности я даже позабыл, что, во-первых, далеко не все народы выращивали лозу, а если и выращивали, то не обязательно для вина; во-вторых, отношение к алкогольному опьянению и у греков, и у древних римлян было вполне однозначным; в-третьих, в тот год в моем колхозе "Родина" от этой поэзии погибло еще несколько человек. Один замерз на снегу. другой повесился, третий отравился какой-то брагой, четвертый умер во время похмельного сна. Умерла от этой поэзии женщина-доярка. Почти все погибшие были в молодом возрасте... Как же после всего этого язык-то поворачивается, чтобы сравнивать наркотический яд с поэзией!

Мысль о том, что меры, предусмотренные постановлением, не принесут пользы, протаскивается и в газете "Московский комсомолец". Статья, вернее, диалог корреспондента с доцентом кафедры общей психологии МГУ начинается так:

"Алкоголь-это не алкоголь. И пить - это не значит пить водку и вино... И борьба с ал­коголем – это борьба не с ал­коголем". Далее в диалоге идет такая заумь, такая око­лесица, что становится стыд­но за Московский государст­венный университет имени М.В. Ломоносова.

"Правильно ли сейчас сде­лали, что алкоголь окружили ореолом запретности?" - спра­шивает корреспондентка "Мо­сковского комсомольца" и тут же отвечает сама себе:

"Запретный плод сладок. По-моему, чем больше говорят, что нельзя пить, тем это дей­ствие становится более прив­лекательным для многих, за­манчивым. И чем тяжелее спиртное достать, тем оно зна­чимее".

Так рассуждает корреспон­дентка Алла Алова, а специалист по психологии личности Б.С. Братусь говорит, что бороться с наркоманией надо с помощью рок-музыки и дискотек, и предлагает "отрядить группу психологов и социологов на придумывание новых полезных духовных видов групповой экстремальной деятельности". Придумывать групповые, да еще экстремальные виды деятельности я не берусь. Но берусь дока­зать, что дискотеки и рок-му­зыка в их теперешнем виде тесно связаны с полнейшей бездуховностью массовой культуры, следовательно, сдабривают почву для алкогольной и другой наркомании.

Шельмуя истинных пропагандистов трезвости, иные журналисты .не брезгуют ни­какими средствами. Так, В. Матвеев и Л. Соболевский (еженедельник "Наука в Сиби­ри" от 5 марта 1987 года) пу­стили в ход специаль­но придуманные "научные" термины: "алкоцентризм" и "шоковый метод". С помощью этих терминов компромети­руется трезвенническое движение вообще, намеренно занижается алкогольная опасность в стране. Конечно, со временем лукавство таких терминов, как "алкоцентризм", становится очевидным, а их изобретатели разоблачают са­ми себя. Но подобные "науч­ные" выступления становятся той зацепкой, которая нужна любителям пьяных бюджетов, пугающим нас финансовым крахом, провалом торговли...

Да, для тех, кто привык тор­говать лежа на боку, при том чуть ли не одной водкой, провалы в торговле есть и будут. Торговать, например, квасом в летний зной намного хло­потнее, чем водкой. И терпе­ния надо больше, и времени, и посуды. Демагогия по пово­ду того, что нечем платить зарплату, объединила в одну компанию и высокопоставлен­ного плановика, вопящего о финансовых трудностях, и за­всегдатая винных очередей, оправдывающего свое нравст­венное падение государственной необходимостью. Удиви­тельно это сходство доводов!

Какой был самый главный довод противников сокраще­ния производства и продажи, алкоголя? Они говорили; "Народ этого не поймет. Не примет".

Народ не только понял и принял, но требует еще более жестких ограничений. Об этом свидетельствуют тысячи писем в редакции газет и журналов, в партийные и правительственные органы. Сразу после постановления до многих местах сельской местности на сходах и общих собраниях выносились решения о полном запрете алкоголя. К сожалению, не всегда и но везде эти решения были поддержаны сверху. Хуже того, некоторые райисполкомы в той или иной форме отменяли решения сходов. Такие случаи были. Я разговаривал со многими председателями райисполкомов. Торгово-финансовый оборот и впрямь лихорадило. Надо было начисто менять структуру торговли, иными словами, перестраиваться. Но психология кабатчика устраивала многих плановиков, финансистов, экономистов, бухгалтеров и даже рядовых продавцов.

Перед принятием постановления скептики доказывали: запрет не принесет пользы, поскольку (второй довод!) будут гнать самогон. Что за странная логика? По такой логике, например, не надо вовсе лечить грипп, поскольку вирус имеет способность приспосабливаться к новым условиям. Ясно даже не специалисту, что кустарное производство с промышленным несравнимо. (Если даже вся Вологда начнет гнать самогон, ей все равно не угнаться за одной лишь поточной линией Вологодского ликеро-водочного завода).

Кроме того, ведь существу­ет закон, подразумевающий карательные меры относи­тельно самогонщиков, в руках государства и рычаги ценооб­разования. Почему бы, напри­мер, не ввести регламентацию торговли сахаром?

Но самым главным до­водом у заступников народной беды был тот, о котором я го­ворил в начале статьи. "Ежели я не буду пить, го­сударство завтра же прогорит!" – кричит забулдыга. – "Народ нас не поймет!" – вторит забулдыге чиновник, которому не хочется перест­раиваться. Они сошлись во мнениях. Они толкуют одно и то же по поводу снятия стрес­сов, насчет пустых денежных касс, о том, что участились отравления эрзацами, что очереди за вином позорят Моск­ву перед иностранцами, и т. д. Лукавство "стрессовой" темы ждет еще собственного разоб­лачения, ведь большинство этих стрессов как раз и обус­ловлено пьянством. А вот те­ма "пустых касс" уже разоб­лачает себя. Целые горо­да, целые области научились торговать по-новому. Эрзацами и всевозможной химией пользуются лишь патологические пьяницы. А что касается винных очередей, то по­зорят они не Москву, а самих стоящих в очередях. Что ж, пусть стоят, если есть время и лишние деньги! Но я убеж­ден, что такие очереди радо или поздно начнут таять, ис­тончаться, наконец и исче­зать подобно кошмарным ви­дениям. И произойдет это не за счет расширения пьяных прилавков, а за счет медлен­ного, постепенного сокраще­ния клиентов, демонстрирую­щих в этих очередях убоже­ство духа.

Джек Лондон, обращаясь к молодежи, писал в своей книге "Джон Ячменное Зерно": "...как тот, кто пережил кровавую войну, восклицает: "Долой войну!", - так я кричу: "Долой алкоголь! Не отравляйте молодые жизни этим ядом!". Единственный спо­соб прекратить войну - пере­стать воевать, единственный способ прекратить пьянство - перестать продавать алкоголь. Мы умеем уберегать детей от мышьяка и стрихнина, от тифозных и туберкулезных бацилл. Примените такие же меры к ячменному зерну! .Запретите его! Не выдавайте патентов и разрешений на кабаки, пусть ячменное зерно не подстерегает молодежь на каждом шагу! Я пишу, - продолжает Дж. . Лон­дон, - не- об алкоголиках и не для алкоголиков, а для юношей, которые ищут интересной жиз­ни и веселого общества".

Писатель мечтал о том вре­мени, когда "юноши будут узнавать из исторических книг, что в прошлом люди хо­дили в кабак, и это покажет­ся им таким же диким обы­чаем. как бой быков и сожжение ведьм на кострах".

Помечтаем об этом и мы вместе с писателем-романтиком. Ведь множество наших мечтаний, например, полет на Луну, мы научились прекрас­но осуществлять. Почему бы не осуществить и еще одну мечту? Она вполне осущест­вима!

**Литература:**

Алкоголь и другие наркотические вещества. – Н. Новгород, 1994. – 130 с.

Карпов А.М. Самозащита от наркомании. – 2 изд., доп.-Казань: изд-во «Карпол», 2001. – 46 с.

Маюров А.Н. Боец. // Оптималист. – 1991. - № 11(15) – с. 2; 1992. - № 3(18) – с. 4; № 4(19) – с. 4; № 5(20) – с. 4; № 6(21) – с. 2; № 7(22). – с. 2; 1993 - № 1(23) - с. 2; № 2(24) - с. 2; № 4(26); № 5(27) – с. 2.

Маюров А.Н. Неделя пропаганды знаний о трезвом образе жизни и действий по его утверждению. // Алкогольная болезнь - 1997 - № 8 - с. 7.

Маюров А.Н. Педагогические основы формирования трезвого образа жизни школьников. // Алкогольная болезнь - 1997 - № 8 - с. 8.

Маюров А.Н. Ролевая игра "Антиалкогольный трибунал". // Алкогольная болезнь - 1997 - № 8 - с. 8.

Маюров А.Н. Методологические основы собриологии. // Алкогольная болезнь - 1997 - № 8 - с. 8.

Маюров А.Н. Педагогические основы формирования трезвого образа жизни школьников. // Алкогольная болезнь. - 1997 - № 8 – с. 9.

Маюров А. Н. Печальное первенство, но есть надежда на лучшее. // Биржа плюс свой дом. - 1995. - № 18.

Маюров А.Н. Страшнее Хиросим и Бухенвальдов. // Нижегородская правда. - 1995 - 13 мая.

Маюров А.Н. Шанс на спасение. // Биржа плюс свой дом. – 1995. - № 30 - с. 13.

Маюров А.Н. У "них" с этим тоже проблемы. // Биржа плюс авто - 1995 - № 24 - с. 6.

Маюров А.Н. Словарь для маньяков. // Понедельник плюс он и она» - 1995 - № 30 - с. 9.

Маюров А.Н. Взял наркотик - потерял смысл жизни. // Нижегородская правда - 1995 - 29 июля.

Маюров А.Н. Наркотики станут легальными? // Нижегородская правда. - 1995 - 15 августа.

Маюров А.Н. Работы хватит и внукам. // Знамя трезвости. - 1995. - № 2.

Маюров А.Н. Убить дракона. // Биржа - 1995 - № 39.

Маюров А.Н. "Душа устала". // Мужики - 1995 - 24 ноября.

Маюров А.Н. Кому выгодно спаивать народ? // Мужики - 1995 - 24 ноября.

Маюров А.Н. Кто же пьяные дикари? // Соль земли - 1998 - 17 сентября.

Маюров А.Н. На Руси курящему отрезали нос и уши. // Соль земли. - 1998 - 19 ноября.

Маюров А.Н. Российский геноцид. // Соль земли - 1999 - 30 января - с. 5.

Маюров А.Н. "То, что я видел, было мрачно..." // Понедельник – криминал. – 1999 - № 27.

Маюров А.Н. Музей трезвости на Нижегородской ярмарке. // Колокол (Волжская заря) – 1999 – 29 июня.

Маюров А.Н. Шичко "не лаптем щи хлебал"... // Доктор ФОМ. – 1999. - № 31.

Маюров А.Н. Потенциал здоровья в ваших руках // Праца (Гродненская обл.) – 14 снежень – 1999 .

Маюров А.Н. Здоровье нации – миф или реальность // Соль земли – 2000 – 24 июля.

Позднякова М.Е. Социологический анализ наркомании - М.: РАН, ин-т социологии, 1995.

Позднякова М.Е. Неудовлетворенность социальных по­требностей - важный фактор наркотизации. Актуальные проб­лемы девиантного поведения. Борьба с социальными болезня­ми. – Ежегодник – М., - 1995.

Понятовская О. Жизнь без "кайфа". О борьбе с наркома­нией // Социальная защита. - 1998. - № 4.

Попов В.А. Наркотизация в России - шаг до национа­льной катастрофы // Социологические исследования. - 1998. - 8.

Похабов Г. Рубцовск: бой с наркоманией. О проведении II фестиваля-марафона "В XXI век - без наркотиков" // Малые города. - 1998. - № 4.

Проблемы национальной политики России по контролю за наркотиками и международное сотрудничество. Материалы международного научно-практического семинара 24-25 февр. 1998г. (МВД РФ). – Белгород, 1998.

Пути и методы предупреждения подростковой и юно­шеской наркомании. Под ред. Березина С.В., Лисецкого К.С., Орешниковой И.Б. (Самарский гос. ун-т; Поволжск. филиал гос. НИИ Семья и воспитание РАО; Благотв. фонд "Второе рож­дение" - Самара. - 1999.

Пятницкая И.М. Наркомания - М. - 1994.

Пятницкая И.М. Развитие наркотизма в прошлом и на­стоящем // Вопросы наркологии. - 1995. - №№ 1, 3.

Речнов Д.Д., Латышев Г.В., Яцышин С.М. и др. Шаг за шагом от наркотиков. Книга для родителей - СПб., 1999.

Романова Л.И. Наркотики и преступность. Учебное посо­бие / Дальневосточный ун-т - Владивосток: ДВУ, 1998.

Российские подростки в информационном мире. Резуль­таты социологического опроса. Материалы парламентских слу­шаний, 3 ноября 1998/UNJCEF/., ЮНПРЕСС; С.Б. Цымбаленко, А.В. Шариков, С.Н. Щеглова – М., 1998.

Россия и наркотики. Краткий обзор ситуации - М.: Международная ассоциация по борьбе с наркоманией и наркобизнесом, 1999.

Русакова М. Социальный контроль над наркотизмом. Социальный контроль над девиантностью в современной Рос­сии. Сб. ст. - СПБ. - 1998.

Ручкин Б.А., Гришина Е.А., Серикова Н.А. Российская молодежь: десять главных проблем - М.: Социум, 1999.

Сафонова С. Путь с иглы удается не всем. Но есть способ победить этот страшный недуг // Учительская газета. – 1999. – 16 марта. / Специальный выпуск: Учительская газета против наркотиков.

Семья и причины наркозависимости. Православие и проблемы наркомании в современном мире. Помощь в воспита­нии детей. Изд. по благословению Архиепископа Пермского и Соликамского Афанасия - СПб: "Сатис", 1997.

Серебрякова Н.П. Расслабься и стань здоровым. О мерах борьбы с наркоманией // Соц. Защита. - 1997. - № 7.

**Содержание**

Глава 1. Избавление от алкогольной зависимости ………………….

Глава 2. Алкогольный трамплин в наркоманию …………………….

Глава 3. Противостояние наркотизму в зарубежном мире …………

Глава 4. Избавление от зависимостей и профилактика ………………

Глава 5. Метод Шичко и другие психолого-педагогические

методы избавления от зависимостей …..……………………

Глава 6. Бранные слова ………………………………………………..

Глава 7. Я принимаю решение ………………………………………..

1. \* Материалы настоящего параграфа взяты из газеты "Соратник", главного печатного органа Союза борьбы за народную трезвость. [↑](#footnote-ref-1)
2. \* Гринченко В. И. Плюсы и минусы употребления алкоголя. – М.-Воткинск, 2000, с. 248-252. [↑](#footnote-ref-2)
3. \* Использована работа доцента Н.А. Гринченко "Основы антинаркотического воспитания". – Липецк: Деп. обр. и науки, 2000. – 223 с. [↑](#footnote-ref-3)
4. \* Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей. / Изд. 2-е, перер. и доп. / Под научн. ред. Л.М. Шипициной и Е.П. Казанцевой. – СПб.: Детство-Пресс, 2001, с. 155-158. [↑](#footnote-ref-4)
5. \* Наркомания: методические рекомендации по преодолению наркозависимости. / Под ред. А.Н. Гаранского. – М.: Лаборатория Базовых Знаний, 2000, с. 316-326. [↑](#footnote-ref-5)
6. \* Миронов Е.М. Прощайте, наркотики! – СПб.: Питер, 2001, с. 107-120. [↑](#footnote-ref-6)
7. \* Маттссон Я. Аргументы. – СПб.-Стокгольм: RNS; Sida, б/г, с. 3. [↑](#footnote-ref-7)
8. \* Гладков Ф. Об одном позорном пережитке // Лит. газ. – 1952. – 22 мая. [↑](#footnote-ref-8)