

# ПОКА НЕ ПОЗДНО!

Газета о профилактике асоциальных зависимостей

Порок — это трата  
жизненных  
сил.

Джордж  
Бернард Шоу



№ 29 (470) 11–20 ОКТЯБРЯ 2015

ГАЗЕТА ИЗДАЕТСЯ С 2000 ГОДА

WWW.NARKOM.INFO

## НОВОСТИ

### НЕ ВЫНЕСЛА РАЗЛУКИ

На похоронах своей бывшей девушки Катрионы Уайт американский комик Джим Керри нес гроб, передают западные СМИ.



Актер не только лишь был на церемонии, однако и нес гроб, как видно на фото. «Я ее любил, просто любил», — говорит сам Джим...

Подчеркнем, что раньше североамериканская газета The Hollywood Reporter оповестила о том, что Катриона Уайт на момент собственного суицида, которое она совершила через 5 суток после расставания с Джимом Керри, была замужем за другим мужчиной, имя которого неизвестно. Но известно, он работает оператором, и с ним Катриона поженилась пару лет назад. Она хотела подать на развод, чтобы построить настоящие отношения с Керри, однако так и не решилась на этот шаг. Но это не мешало Джиму Керри встречаться с ней, как видно на фото выше. «Она была доброй и нежной — настоящий ирландский цветок, слишком чувствительный для этой земли, для которого любить и быть любимым было самым важным в жизни. Мои мысли сейчас с ее семьей и со всеми, кто ее любил и для кого она была значимым человеком. Для всех нас это был страшный удар», — говорится в сообщении Джима Керри.

### КУДА ДЕВАТЬ КОНТРАФАКТ

Поддельный алкоголь будет перегонять в технический спирт или давить тяжелой техникой, считают эксперты, опрошенные «Российской газетой» после принятия документа об уничтожении контрафакта и оборудования.



Алкоголь можно уничтожить несколькими способами. Например, последующей перегонкой на этиловый спирт, который затем применяется в технических целях, считает руководитель Центра разработки национальной алкогольной политики Павел Шапкин. «Раньше делали стеклоомыватели на основе такого спирта, например, но некоторое время назад эта деятельность стала попадать

«под акциз», — вспоминает он.

Станки для производства и укупорки поддельных напитков можно использовать далее или продавать с помощью специальных аукционов. Также специалисты считают, что технику можно сдавать на металлолом. В правительстве же определяют способы уничтожения нелегального спиртного через несколько месяцев.

### ОТ ПЬЯНСТВА ДО ДРАКИ

В Великобритании, в графстве Северный Девон, посетители местного паба пришли в шок от выходки талисмана бара. Пьяная утка Звезда подралась с собакой заведения.



Барри Хэйман, хозяин паба, утки и собаки, рассказал о том, что брал с собой Звезду еще тогда, когда она была маленьким утенком. Отмечается, что он носил ее в кармане рубашки и угощал элем. Со временем росла не только утка, а и ее любовь к хмельному напитку. Уже несколько лет каждый день Звезда заглядывает в паб. Часто птица наслаждается распитием эля.

И вот алкоголь сыграл с ней злую шутку. Недавно Звезда сцепилась с Мэгги, собакой своего хозяина. В результате этой стычки птица получила несколько серьезных травм. Хэйман поведал о том, что вместе с посетителями паба он очень переживал за утку. В результате драки у Звезды была сломана челюсть и сильно поврежден клюв. Ветеринары оказали птице высококачественную помощь и уточнили, что она скоро пойдет на поправку.

## ЛИЦОМ К ЛИЦУ

Фрэнк Пьюселик — ученый, автор разработок в области психотерапии и реабилитации алкогольной и наркотической зависимости среди молодежи

# СДЕЛАТЬ ЖИЗНЬ ЛУЧШЕ

Желаю читателям газеты «Пока не поздно!» душевного здоровья и успехов во всем. Каждый из вас может достичь хорошей жизни. Просто к этому нужно стремиться.



Интервью читайте на стр. 4

## АКТУАЛЬНО

# ВПЛОТЬ ДО ПОЛНОГО ЗАПРЕТА

Так ли безобидны слабоалкогольные тонирующие напитки и так называемые энергетики? Сейчас, к сожалению, не редкость встретить в общественном месте молодых людей или даже подростков, распивающих нечто из банок с иностранными надписями. Теперь у таких напитков появился весьма авторитетный противник.

Государственная Дума рассмотрит законопроект о мерах, существенно, вплоть до полного запрета, ограничивающих продажу алкоэнергетиков. Его автором стал депутат от Челябинской области Владимир Бурматов.



Законопроект, в частности, предполагает выделение в качестве особого объекта правового регулирования слабоалкогольных тонирующих напитков. Кроме того, законопроект наделяет полномочиями органы госвласти субъектов Российской Федерации по установлению ограничения времени, условий и мест розничной продажи слабоалкогольных тонирующих напитков. Законопроект также

наделяет правом органы власти субъектов Российской Федерации устанавливать требования к минимальному размеру оплаченного уставного капитала для организаций, осуществляющих розничную продажу этой категории напитков, — от одного до трех миллионов рублей. По мнению законодателей, это даст регионам возможность ограничить продажи алкоэнергетиков вплоть до их полного запрета.

Владимир Бурматов отмечает, что неоднократно получал обращения от граждан и общественных организаций с просьбой ограничить или вовсе запретить продажи алкоэнергетиков и остановить спаивание подрастающего поколения.

«Мы можем сколь угодно долго говорить, скажем, о развитии российского образования, но пока мы рядом со школами видим учеников с баночкой этой гадости, вряд ли эти разговоры можно считать серьезными», — отметил Владимир Бурматов. — Я работаю в комитете по образованию Госдумы и

принял решение стать одним из авторов законопроекта, ограничивающего продажи алкоэнергетиков. Компании, производящие их, зарабатывают на спаивании наших детей огромные деньги, получают сверхприбыли, скрывают данные о содержании алкоголя в этих напитках, придумывают маркетинговые ходы, чтобы стимулировать спрос, добавляют в них то стимулирующие вещества, то углекислый газ для увеличения эффекта, который вызывает все большую зависимость, а мы теряем очередное поколение». Депутат рассчитывает на принятие законопроекта до конца года.

К этому хотелось бы добавить: не помешала бы и публикация специалистов о побочных эффектах и вреде, который может принести регулярное употребление алкоэнергетиков. Неплохо было бы донести такую информацию до родителей, чтобы знали, что пьют их дети и к чему это может привести.

ГП



## КАБИНЕТ НАРКОЛОГА

Печальной, но неизбежной реальностью является тот факт, что любой человек, достигнув возраста 55 лет, вступает в совершенно особую фазу жизненного цикла – фазу так называемого «обратного развития», или инволюции. Это отнюдь не означает угасания потенциальных творческих возможностей; наоборот, именно в этом возрасте жизненный опыт и интеллектуальный багаж способствуют максимальной реализации ресурсов, заложенных в личности. Однако в дальнейшем биологический организм вступает в фазу увядания, с последующим разрушением важнейших физиологических, биохимических, психических механизмов. Это естественный природный процесс, сопровождающийся изменением биологических структур на молекулярном уровне. Он необратим, но его можно либо замедлить, либо ускорить. Замедлить – здоровым образом жизни, ускорить – в том числе употреблением наркотиков и алкоголя. Неслучайно длительная и здоровая жизнь, поддержание достойного уровня существования наряду с доступностью образования учитываются экспертами ООН в «Программе для развития» как основные показатели. В старости чаще проявляются и тяжелее протекают не только болезни, присущие пожилым (глаукома, болезнь Паркинсона, Альцгеймера и др.), но и болезни, свойственные всем возрастам. Слабеет память, нарастает утомляемость, снижаются возможности перемещения в пространстве, усугубляются и обостряются хронические заболевания, в анамнезе появляются новые. Организм перестает удерживать биологическое равновесие и согласованность систем, контроль снижается. Возможно появление несвойственных ранее черт характера, усугубление имеющихся агрессивности, конфликтности, апатии. В семьях, где одновременно наличествуют несколько поколений, можно отчетливо видеть различия в состоянии физического и психического здоровья людей разного возраста.

Работоспособные, социально активные члены семьи должны быть осведомлены о возрастных особенностях физиологии и психического статуса старших членов семьи (дедушек, бабушек), с тем, чтобы с пониманием и тактом отнестись к возможным осложнениям, возникающим в связи с уходом за пожилыми родственниками. При этом я хотела бы особо подчеркнуть, что в атмосфере постоянного искреннего внимания, любви, заботы риск возникновения таких осложнений намного ниже, поскольку человек дольше сохраняет душевный комфорт и психическое здоровье. Учитывая, что биологически люди запрограммированы на гораздо более долгую жизнь, чем мы можем наблюдать в реальности, приходится признать, что физическое и психическое старение может быть управляемым процессом. Благодаря профилактике старения, реальностью может стать здоровое долголетие, которое, к тому же является важнейшим показателем нравственной культуры и социальной безопасности общества.

Вместе с тем у людей в «возрасте обратного развития», у пожилых людей, равно как и у подростков, молодежи и взрослых людей трудоспособного возраста, могут встречаться наркологические патологии. По данным ННЦ наркологии Министерства здравоохранения и социального развития РФ (таблица), в целом на возрастную группу 40–59 лет приходится пик синдрома зависимости от алкоголя, а в группе с 60 лет и старше численность лиц с зависимостью от алкоголя

уже в 6 раз ниже, хотя по абсолютному значению превосходит показатели распространенности других наркологических расстройств. Та же зависимость наблюдается в отношении употребления алкоголя с вредными последствиями. Если алкоголизм – это «прерогатива» взрослого населения, то наркомания и токсикомания поражают в основном молодых. Наиболее мощный удар наркотическая агрессия нанесла возрастной группе наиболее трудоспособного возраста 20–39 лет. Однако как в возрастной группе 40–59 лет, так и в старшей (от 60 лет и выше) встречается синдром зависимости от наркотиков (преимущественно от опиоидов), хотя абсолютные значения показателей резко падают. Среди людей пожилого возраста практически не встречается употребляющих психостимуляторы, кокаин и каннабиноиды. Следует, однако, помнить, что здесь приводятся данные лишь по зарегистрированным

Что касается мужчин старшей возрастной группы, то здесь встречается совмещение с алкоголем употребления транквилизаторов (седативных препаратов, анальгетиков и пр.).

Чем же обусловлено это тревожное социальное явление? Прежде всего оно связано со средой, в которую попадает человек «возраста обратного развития». В случае отсутствия должного внимания со стороны родственников, о чем говорилось выше, физическое и психическое состояние пожилого человека определяется многочисленными негативными факторами. Надо иметь в виду, что наркомания и алкоголизм пожилого возраста в подавляющем большинстве случаев имеют вторичную природу и формируются после какого-то «толчка», провоцирующего фактора. Поэтому приходится опять повторить тезис о важнейшей роли позитивного психологического климата в окружении пожи-

цереброваскулярная недостаточность. У лиц старческого возраста велик риск развития стремительного, «галопирующего» течения алкоголизма (хотя обычно ухудшение состояния здоровья оказывается фактором, сдерживающим алкоголизацию, у человека, еще способного контролировать свое состояние). Нарастающая цереброваскулярная недостаточность в сочетании с токсическим эффектом алкоголя может привести к синдрому Корсакова – потере ориентировки во времени и пространстве, выпадению памяти, потере способности запомнить новую информацию – вследствие разрушения структуры коры головного мозга (гиппокампа). Течение заболевания усугубляется недостаточным питанием, дефицитом витаминов, что сегодня не редкость среди российских стариков. У больных опиоидной наркоманией, старше 60 лет (если таковые доживают до пожилого возраста), при отмене

## ХИМИЧЕСКИЕ ЗАВИСИМОСТИ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ



больным; известно, что реально число страдающих различными химическими зависимостями существенно выше.

Если обратиться к данным по первичной заболеваемости наркологическими расстройствами в различных возрастных группах (то есть, к численности впервые обратившихся), то и здесь синдром зависимости от алкоголя и алкогольные психозы поражают в наибольшей степени группу 40–59 лет, а опиоидная наркомания и токсикомания – группу 20–39 лет. Итак, проблема «пенсии» наркомании и алкоголизма существует. Более того, есть мнение, что тенденция «тихой» наркотизации усиливается, проявляясь все чаще среди женщин среднего (после 40 лет) и старшего возраста. «Тихой» такая наркотизация называется среди западных специалистов потому, что формируется медленно и в одиночестве. Встречаются случаи развития алкоголизма и наркотизации пожилых (также преимущественно среди женщин) после пребывания в стационаре.

В этой связи крайне важное значение приобретают всевозможные социальные программы и формы работы с такими людьми – клубы общения, патронаж, социально-психологическая помощь, гуманитарные акции и т.д. В педагогической работе необходимо воспитывать у учащихся уважение к старшим, к их жизненному опыту, объяснять подросткам, чем обусловлены и как проявляются возрастные изменения в течение жизни у человека.

Чем опасны алкоголизм и употребление психоактивных веществ в возрасте обратного развития?

Как уже знают наши читатели, и наркомания, и алкоголизм в любом возрасте неизбежно ведут к деградации личности вследствие разрушения важнейших физиологических и биохимических систем. Кроме того, как правило, в старшей возрастной фазе у человека имеют место сердечнососудистые заболевания, атеросклеротические поражения сосудов головного мозга разной степени выраженности – так называемая

наркотика наблюдаются приступы спутанности сознания, возникающие волнообразно, помрачение сознания по типу «белой горячки», в сочетании с негативными элементами поведения – назойливостью, сосредоточенностью на своем самочувствии, тревожностью, суестьем. После периода острой ломки больные могут страдать сильным истощением, расстройством памяти, вымышленными воспоминаниями. У таких больных, так же, как и у страдающих алкоголизмом, чрезвычайно высок риск развития острых сердечнососудистых состояний, острых поражений центральной нервной системы. Как видно, наркологические заболевания и тем более алкоголизм пожилых людей – реальность. Такие больные требуют обязательного постоянного врачебного контроля и крайне осторожного

применения определенных лекарственных препаратов. Они нуждаются также в медицинском и социальном патронаже, что представляет собой организационную проблему. Поэтому профилактика здорового образа жизни, на любой ее стадии, это гарантия достойного течения всей жизни, включая ее завершающий этап. От нас зависит, будет ли это завершение долгим.

Старение можно отодвинуть, не снижая умственной и физической активности. История знает множество примеров прекрасной старости великих ученых, занимавшихся напряженной интеллектуальной работой, не дающей стареть (а значит, разрушаться) мозгу. Долше живут те, кто думает о своих близких и беспокоится о них, кто не замыкается в своем внутреннем мире, не боится нагрузок на нервную систему. Так почему же не поставить себе цель прожить как можно дольше и не сокращать свою единственную и неповторимую жизнь наркотиками и алкоголем?

Светлана КОСАРЕВА, врач-психиатр

**АНОНИМНЫЕ БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ПСИХОЛОГА, СОЦИАЛЬНОГО РАБОТНИКА, АДВОКАТА ПО ПРОБЛЕМАМ НАРКОЗАВИСИМОСТИ**



**+7(499) 2-500-500**



## НЕНАРКОТИЧЕСКИЕ ПУТЕШЕСТВИЯ

Написана книга в форме дневника 15-летней девушки. И там есть все, что полагается для девчачьего дневника. Сначала девушку волнуют те же «заботы» и «проблемы», что и ее сверстников. Предстоящее Рождество, вечеринки с одноклассниками. Размолвка с бой-френдом и переживания по поводу мальчиков. Слишком пристальная опека матери, «лишний» вес, переезд в новый дом и поступление в новую школу. Все учителя в новой школе, разумеется, «зануды».

Поначалу на новом месте мир вообще не очень приветлив к девушке. Но наконец она находит компанию, где ей хорошо и комфортно. И на первой же вечеринке ей без ее ведома подмешивают ЛСД в колу. Новые ощущения захватывают героиню.

А дальше — понеслось, «как на американских горках», новые виды наркотиков. Эйфория сменяется кратковременными угрызениями совести, но затем под влиянием «друзей» все идет по накатанной. Под кислотой героиня лишается девственности. И вновь на смену экстазу приходит раскаяние, особенно после примирения с мальчиком, в которого героиня действительно влюблена. Страх забеременеть лишает сна. И самое главное, что ей хочется поговорить с кем-то взрослым и знающим о наркотиках, а не с кем...

Героиня начинает продавать наркотики в школе. Затем побеги из дома, возвращения, наркотические тусовки, случайные связи и ломки. Попытка начать нормальную жизнь вдруг прерывается наркотическим психозом. Несколько месяцев в психиатрической больнице, выход на свободу и...смерть от передозировки.

«Дневник...» — короткое свидетельство недолгой судьбы, которую не стоит повторять.

«Дорогой Дневник, даже не знаю радоваться мне или стыдиться. Прошлой ночью я испытала самые невероятные ощущения в своей жизни. Когда говоришь это словами, то звучит отвратительно, но это было потрясающе, замечательно и волшебно!

Ребята, собравшиеся у Джил, были такими дружелюбными и мягкими, что я сразу почувствовала себя, как дома. Они приняли меня так, будто я всегда была в их компании, все были такими беззаботными, и никакой суеты. Мне понравилась сама атмосфера, это было замечательно! В общем, через некоторое время после того, как мы все собрались, Джил и еще один мальчик принесли поднос с банками колы, и все сразу улеглись — кто на полу на диванных подушках, кто на диване и в креслах. Джил подмигнула мне и сказала: «Поиграем в «У кого пуговица?». Ну, помнишь, такая детская игра. Билл Томпсон,

он растянулся рядом со мной, засмеялся и сказал: «Плохо только, что кому-то придется сегодня побыть контролером». Я взглянула на него и улыбнулась. Не хотела выглядеть полной дурой. Все медленно потягивали колу из банок и, казалось, наблюдали друг за другом. Я стала смотреть на Джил, решив делать то же, что она. Вдруг я почувствовала, что внутри у меня что-то происходит. Я

их теряла, они ускользали от меня, такие замечательные и бесценные, а их необходимо было сохранить для потомков. Я чувствовала себя ужасно, и наконец я уже не могла говорить и грохнулась обратно на пол, закрыла глаза и буквально погрузилась в музыку. Я чувствовала ее запах, я могла потрогать ее и определить, какая она на ощупь. Никогда со мной не происходило ничего более прекрасного. Я была частью каждого

приходить в себя, и ребята начали расходиться. Я спросила у Джил, что произошло, и она сказала, что в десяти из четырнадцати бутылок с колой было ЛСД (пуговица! пуговица!) никто не знал, кто сегодня улетит. Вау! Рада ли я, что оказалась в числе счастливиц?»

### «20 июля

Дорогой мой, близкий мой, милый мой друг, мой Дневник, у меня была самая фантастическая,

вроде меня. Я чувствовала себя великолепно, я была свободной, распутной, другой, улучшенной, совершенной представительницей другого, улучшенного, совершенного биологического вида. Это было дико! Это было прекрасно! Правда».

### «6 августа

Что ж, вчера это наконец случилось. Я больше не девственница! ...Интересно, а секс не под кислотой такой же чудесный, восхитительный и неопишуемый? Я всегда думала, что это длится не больше минуты или типа как у собачек, но это оказалось совсем не так. Вообще-то, вчера меня долго не забирало, я просто сидела в углу и чувствовала себя брошенной и одинокой, а потом вдруг все изменилось и захотелось дико танцевать и заниматься любовью. Никогда не думала, что смогу испытывать такие чувства по отношению к Биллу. Он всегда был для меня просто милым парнем, который заботился обо мне, когда я нуждалась в поддержке, но тут я вдруг поняла, что мне ничто не мешает соблазнить его, а он особо и не сопротивлялся. До сих пор все это кажется не вполне реальным. Я всегда думала, что секс в первый раз — это нечто особенное, может, даже болезненное, но он оказался просто частью яркого, безбашенного, офигенного непрерывного трипа. Я по-прежнему не могу их разделить. ...Может, я даже правда люблю Билла, хотя сейчас и не могу толком вспомнить, как он выглядит. Ох, у меня такая ужасная путаница в голове, что тошнит».

### «10 августа

... И как меня угораздило во все это вляпаться? Потерять невинность за четыре вечера до встречи с Роджером! Ну что за ирония судьбы?! Да и без того — смог бы он принять все эти мои кислотные эксперименты? Нужна ли я ему после всего этого? Раньше меня такие вопросы не особо волновали, но теперь все иначе! Слишком поздно! Мне нужно с кем-нибудь поговорить. Я должна найти кого-то, кто разбирается в наркотиках, и поговорить. Может, найду кого-нибудь в папином университете. Хотя нет, ни за что — могут рассказать папе, и тогда у меня начнутся реальные проблемы». «Тот, кто говорит, что кислота и трава не вызывают привыкания, тупой дурак, идиот и сумасшедший! Я сижу на них с июля, а пока я не употребляла, до смерти боялась даже думать о том, что хотя бы внешне напоминает дозу. Все это время я притворялась перед самой собой, что могу завязать. Все тупорылые идиоты, которые думают, что просто балуются, на самом деле просто живут от трипа до трипа. После того как хоть раз попробовал это, жизни без наркотиков больше не существует».

# ОЧЕНЬ КОРОТКАЯ ЖИЗНЬ

Сегодня мы представляем нашим читателям короткий роман «Синяя трава. Дневник 15-летней наркоманки». Автор — аноним.

вспомнила, сообразила, что с того момента, как мы начали пить колу, проиграли уже две или три песни, теперь все смотрели на меня. У меня вспотели ладони, а на шее выступили капельки пота. В комнате стало необычно тихо, Джил встала и задернула шторы. Я подумала: «Они решили меня отравить! Зачем?! Зачем им это нужно?!» Все тело напряглось — каждая мышца, мне стало страшно, страх душил меня, я задышалась. Когда я открыла глаза, оказалось, что просто это Билл обнял меня за плечи. Я услышала его голос, который звучал, будто записанный на пленку в замедленной скорости, он сказал: «Тебе повезло, не бойся, я позабочусь о тебе, это будет отличное путешествие. Расслабься, ну давай, получай удовольствие, наслаждайся». Он ласково гладил меня по лицу и шее и говорил: «Честное слово, я не допущу, чтобы с тобой случилось что-нибудь плохое».

Мне показалось, что его слова повторяются снова и снова, как замедленное эхо. Я засмеялась, дико, истерически. Мне показалось это самым забавным и абсурдным из всего, что я когда-либо слышала. Потом я заметила странные, движущиеся по потолку образы. Билл уложил меня, и моя голова покоилась у него на руках, когда я смотрела на эти образы, превращающиеся в цветные воронки из огромных пятен красного, синего и желтого цвета. Я хотела поделиться этой красотой с остальными, но слова были влажными, мокрыми, собирались в капли и имели привкус цвета. Я поднялась и стала ходить, внутри и снаружи я чувствовала легкий холодок. Хотела сказать об этом Биллу, но смогла только засмеяться.

Вскоре промежутки между словами стали такими, что между каждым моим словом успевали проноситься целые эшелоны мыслей. Я поняла, что вспомнила совершенный, истинный, первичный язык, которым пользовались Адам и Ева, но когда попыталась об этом сказать, слова никак не желали соотноситься с моими мыслями. Я

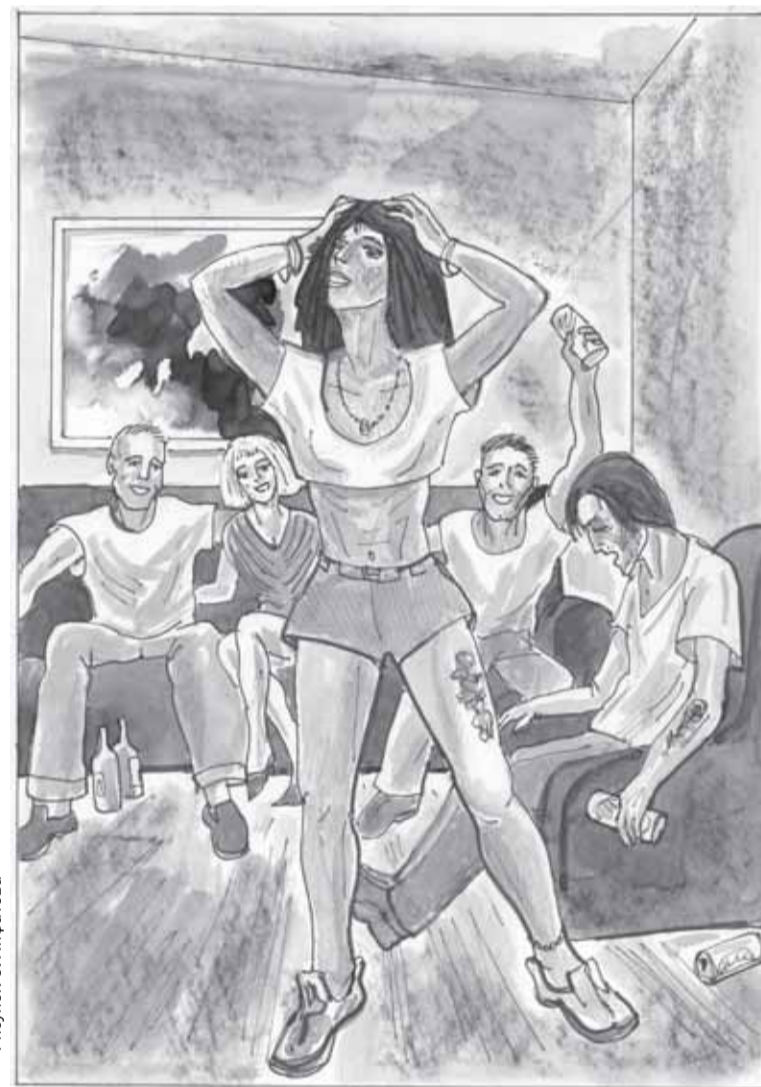


Рисунок С. Лифега

инструмента, буквально частью. У каждой ноты был свой характер и форма, у каждой свой собственный, абсолютно отличающийся от других цвет — отличающийся настолько, что я осознавала место этой ноты во всей композиции прежде, чем прозвучит следующая нота. Мое сознание овладело мудростью веков, но не существовало подходящих слов, чтобы ее выразить. ...Впервые в жизни я была свободна! Я танцевала, что-то изображала, кривлялась перед целой группой людей и наслаждалась каждым мгновением. Мои чувства так обострились, что я слышала чье-то дыхание в соседнем доме и чувствовала аромат трехслойного апельсинового, красного и зеленого желе, которое готовили за милую отсюда. Через какое-то время — мне оно показалось вечностью, — я стала

познавательная и пугающая неделя в жизни. Это было как... Вау! Лучшее, что со мной происходило. Помнишь, я говорила тебе о свидании с Биллом? Ну так вот, в пятницу он познакомил меня с «торпедами», а в воскресенье со «speedом». И то и другое похоже на катание на падающей звезде по Млечному Пути, только в миллион, в триллион раз лучше. «Спид» сначала немного пугал, потому что Биллу пришлось вколоть его мне прямо в руку. Я так ненавидела уколы, когда лежала в больнице, но тут совсем другое, теперь не могу дождаться, да, не могу дождаться следующего раза. Неудивительно, что он называется speed! Я почти не контролировала себя, на самом деле я бы и не смогла, если б хотела этого, но я и не хотела. Я танцевала так, как и мечтать не может такая зацикленная на себе мышь,



ВЫ ХОТИТЕ ПОСОВЕТОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТАМИ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОГО ФОНДА «НАРКОМНЕ ПОКИДАЯ СВОЕЙ КВАРТИРЫ? ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ БЕСПЛАТНОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ В РЕЖИМЕ РЕАЛЬНОГО ВРЕМЕНИ ВАМ ДОСТАТОЧНО ИМЕТЬ ВЫХОД В ИНТЕРНЕТ, ПРОГРАММУ SKYPE И НАШ ЛОГИН, КОТОРЫЙ ОБОЗНАЧЕН СЛЕВА.

# ИНТЕРЕСНЫЙ СОБЕСЕДНИК

**ПН:** – Г-н Пьюселик, Вы уже много лет работаете в СНГ и в России, живете в Одессе. Чем вызван Ваш интерес к нашим странам?

– Я впервые приехал в СССР в 1987 году. Тогда у вас была другая страна. Познакомился и подружился со многими моими коллегами. Три года я жил в Москве, после этого переехал в Санкт-Петербург на три с половиной года, затем снова вернулся в Москву на два года, а затем переехал в Одессу. Живу там уже около десяти лет.

Мне нравится в Одессе, так как я вырос в Сан-Диего, Калифорния, на берегу Тихого океана. Из Одессы я за полтора часа летаю до Домодедово (в Москву), а оттуда я могу попасть в любое место в России.

Меня не пугают трудности, с которыми я здесь встречаюсь, потому что я по натуре боец. Для меня как человека и гражданина неприемлемо сидеть сложа руки, если я могу сделать жизнь лучше, помогать там, где нужна помощь. Естественно, я делаю это в той сфере, где наиболее компетентен. Я работал с реабилитационными центрами в Америке, помогал им становиться эффективными. Научился создавать действенные реабилитационные программы для молодежи с наркотической и алкогольной зависимостью. И сегодня они успешно работают в России и Украине.

Сегодня молодые люди и в России, и в Америке, по разным причинам, обращаются к наркотикам и алкоголю. Разрушают свою жизнь и отчаянно нуждаются в нашей помощи.

**ПН:** – Вы автор известных в России и действенных программ по реабилитации и ресоциализации наркозависимых. В чём концептуально суть этих программ?

– Отказ от химической зависимости от наркотиков – это только очень малая часть проблемы. Проблема – разрушение личности. Если человек начинает принимать наркотики до того, как сформировалась его личность, а это обычно происходит к 25-26 годам, то нормального становления личности не происходит.

Это как бомба, взорвавшаяся в комнате. Все разносит в куски. И они заменяются самыми худшими криминальными, звериными формами этики, какие только можно себе представить. Убийство, воровство, ложь ничего не значат. И вся личность искажена, она практически возвращается к уровню животного. Если человек прекращает прием наркотиков, изменил ли это его от животного к человеку? Нет. Он все еще остается животным, наихудшим из возможных. Он опасен для общества, для себя, для семьи.

Поэтому на нашей программе мы не говорим о наркотиках, не просим прекратить их употреблять, мы даже не тратим на это время. Мы учим их, как жить, как думать, как чувствовать, как дружить, как общаться с членами семьи, с женами и мужьями, родителями, как быть здоровыми. Мы жестко контролируем окружение и используем такие техники, которые изгоняют прочь животное. Наркотик уничтожает человека, мы уничтожаем животное и очищаем человека. Главное – мы показываем ему, что он в состоянии стремиться к хорошей жизни и помогаем ему достичь её.

В итоге человек должен стать полноценным, успешным членом общества.

**ПН:** – Сколько уже реабилитационных центров в странах СНГ работают по вашим программам сегодня?

– Два центра на Украине, четыре в России – в Москве и Подмосковье. Еще два – в стадии становления.

**ПН:** – Какое место занимает НЛП в программах социальной реабилитации и адаптации наркозависимой молодежи, основателем которых являетесь Вы (в частности, в Программе



усилия в соответствии со своими наклонностями. Выявить эти наклонности, показать человеку, что он талантлив, обладает огромным потенциалом, помочь ему его проявить – наша задача. При этом он учится общаться с людьми – на работе, в семье. То есть он должен стать счастливым в браке, хорошим родителем и воспитателем своих детей.

**ПН:** – Правда ли, что в Вашей компании, в реабилитационных центрах, функционирующих по Вашим программам, работают бывшие наркозависимые? Чем это обусловлено?

– Да, это не секрет. Многие выпускники хотят поделиться своим опытом по преодолению наркозависимости с другими молодыми людьми. Им нравится работа в группах настолько, что они сами становятся тренерами. И своим примером они показывают, что каждый человек при желании может выстроить хорошую жизнь.

дому человеку стать полноценной личностью, раскрыть его способности, добиться успеха. На наркотики при этом просто не остается ни сил, ни времени.

**ПН:** – Как Вы оцениваете уровень развития реабилитационного направления в современной отечественной наркологии? Есть ли, с Вашей точки зрения, здесь какие-либо успехи? А недостатки?

– Возможно, я недостаточно хорошо знаком с работой современных наркологов. Я знаю 30-35 наркологов, но это недостаточный репрезентативный уровень.

Из того, что я знаю, впечатление удручающее. Большинство программ в мире рассчитано на пожилых алкоголиков, с молодыми наркоманами они просто не работают. Лечение взрослых и молодых – это абсолютно разные процессы. Это – не один и тот же диагноз, не одни и те же проблемы. При этой методике нарколог может быть компетентен при общении с 18-летним алкоголиком, но совершенно теряется с 17-летней или даже 13-летней наркоманкой. Я консультировал

## СДЕЛАТЬ ЖИЗНЬ ЛУЧШЕ

**Наш сегодняшний собеседник Фрэнк Пьюселик — бизнес-консультант, бизнес-тренер, ученый, автор разработок в области психотерапии и реабилитации алкогольной и наркотической зависимости среди молодежи. Один из трех создателей НЛП (нейролингвистическое программирование). Президент компании Pисеііk Consulting Group с мая 2002 г. по настоящее время в г. Одесса. С 2000 года Фрэнк Пьюселик занимается созданием и координацией Центров ресоциализации наркозависимой молодежи в странах СНГ.**

**The Land Of Living – Страна Живых)?**

– Программу социальной реабилитации и адаптации наркозависимой молодежи мы создавали около пяти лет. Множество талантливых людей, моих друзей, присоединились ко мне и помогли переработать программу. Мы брали информацию из области культуры, в том числе античной, культуры американских индейцев и общемировой культуры. В большинстве племенных культур молодые люди проходят через ряд стадий (переходов). Проходя через испытание, можно подняться на следующий уровень. Это ритуалы инициации. Мы привнесли туда различные ритуалы, затем НЛП, бизнес-навыки, гештальт, семейную терапию, физическую подготовку, ушу, навыки презентации, пение, искусство, танцы, бизнес-навыки, лидерство.

**ПН:** – Знакомы ли Вы с деятельностью реабилитационных центров в Подольске и Тульской области, работающих по одноименной программе The Land Of Living? Как Вы оцениваете работу этих центров? Знакомы ли Вы с авторами адаптированной для России программы Дмитрием Кореняком и Еленой Кругловой и самой этой программой?

– Разумеется, я знаю этих людей, это мои выпускники, но я не отслеживаю работу центров.

**ПН:** – Какова эффективность предложенных Вами реабилитационных программ? Как она измеряется?

– Определенный отсев, иногда до 30%, происходит во время работы в группах. Из выпускников положительный эффект в 98% случаев. Измеряется он тем, что человек становится успешен в жизни. Он нормально общается в семье со своими близкими, вступает в брак. Делает карьеру, добивается определенных высот в профессиональном плане или осваивает новую специальность. Мы тщательно отслеживаем дальнейшую судьбу наших выпускников. Сейчас их больше сотни.

**ПН:** – Может ли прошедший курс реабилитации по Вашим программам пациент стать не только полноценным членом общества, но и вполне успешным человеком?

– Именно в этом наша цель. И наши выпускники добиваются выдающихся успехов в самых различных сферах, в тех, где они хотят приложить свои



**ПН:** – Как Вы, успешный бизнес-тренер, один из создателей НЛП, пришли к идее реабилитации и ресоциализации наркозависимых?

– Более 20 лет назад мне предложили работать в программе реабилитации и ресоциализации наркозависимых. Я с этой программой ознакомился, она мне не понравилась. И я сказал организатору: «Программа никуда не годится. Если ты дашь мне три месяца, я могу её доработать, и мы вместе её запустим». И организатор, вместо того чтобы обидеться, согласился. Так родилась первая из моих программ. Потом я её дорабатывал долгие годы, и мои программы совершенствуются до сих пор.

**ПН:** – Как Вы считаете, насколько, наряду с реабилитацией наркозависимых, важна антинаркотическая профилактическая работа, особенно в молодежной среде? В чем она, с Вашей точки зрения, должна заключаться?

– Это самая важная часть в решении проблемы наркозависимости. Если бы профилактическая работа справлялась со своей функцией, то моя работа по реабилитации была бы попросту не нужна. Но об этом можно только мечтать. У меня есть методики по профилактике наркозависимости. И здесь мы опять же не говорим о том, что наркотики принимать плохо. Мы помогаем моло-

сотни подобных программ в Америке. И ни разу не встретил программы для молодежи. Та же картина и в России.

**ПН:** – Насколько известно, основной мотив и условие прохождения Программы реабилитации The Land Of Living — добровольное желание изменить свою жизнь и отказаться от наркотиков. Однако такой мотив очень часто отсутствует у наркозависимых: отрицание проблемы в определенной степени является симптомом данного заболевания. Как быть в этом случае, каким образом можно мотивировать наркомана начать проходить курс лечения и дальнейшую реабилитацию?

– Да, в большинстве к нам приходят добровольно. Но есть и те молодые люди, которые совершили правонарушения, связанные с наркотиками, и полиция говорит им: «Соглашайся на ресоциализацию или пойдешь в тюрьму». Многие из таких людей соглашаются. Примерно половина из них отсеивается во время работы в группах. Но половина становится успешными выпускниками.

**ПН:** – Что бы Вы могли пожелать читателям газеты «Пока не поздно»?

– Каждый из вас может достичь хорошей жизни. Просто к этому нужно стремиться.

Беседовал Михаил КОВАНЦЕВ

**ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «НАРКОМ»**

предлагает брошюры, буклеты, плакаты по антинаркотической тематике и принимает заказы на дизайн, макетирование и верстку изданий любой сложности, цифровую и офсетную полиграфию

125047, Москва, 3-я Тверская-Ямская ул., 26 Телефон +7(499)250-38-08, тел./факс +7(499)250-23-06 E-mail: narkomnarkom@mail.ru

**ПН**

Редакция: 125047, Москва, 3-я Тверская-Ямская, д. 26. Тел.: +7(499) 250-38-08, тел./факс: +7(499) 250-23-06. E-mail: fond@narkom.info. Интернет-версия: <http://narkom.info>. Газета напечатана в ООО «Красногорская типография» (143400, Московская область, г. Красногорск, Коммунальный квартал, д. 2). Учредитель: некоммерческая организация Благотворительный фонд реабилитации больных наркоманией «Нарком». Газета зарегистрирована в Минпечати РФ. ПИ №77-3252 от 28 апреля 2000 г. Объем 1 п.л. Заказ № 1000. Тираж 20 000 экз. Главный редактор (на общественных началах) Александр Алексеев, научный редактор Вероника Климович, редакция Мария Ломакина, верстка Леонид Горлачев, корректор Наталья Курбет. Подписано в печать 9.10.2015 г. Цена свободная. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов материалов. Редакция знакомится с письмами читателей, не вступая в переписку. Все поступающие материалы не возвращаются и не рецензируются. При перепечатке ссылка на газету «Пока не поздно!» обязательна. Издание осуществляется при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям России. В номере использованы материалы интернета, агентств РИА, ИТАР-ТАСС, Интерфакс.