

ПОКА НЕ ПОЗДНО!

Газета о профилактике асоциальных зависимостей

Печаль может быть устранена любыми средствами, кроме пьянства.

Сэмюэл Джонсон, английский поэт и критик



№ 36 (477) 21–31 ДЕКАБРЯ 2015

ГАЗЕТА ИЗДАЕТСЯ С 2000 ГОДА

WWW.NARKOM.INFO

НОВОСТИ

МАРКИН О ГУБИТЕЛЬНОМ ВЛИЯНИИ СМИ НА ЗДОРОВЬЕ ЛЮДЕЙ

Официальный представитель Следственного комитета Владимир Маркин высказался о том, что в СМИ публикуют много новостей про происшествия и преступления, которые губительно сказываются на здоровье и жизни человека.



По словам Маркина, во время пожаров летом 2010 года заболеваемость и смертность повысилась не только в охваченных дымом регионах, а «всюду, где эта новость была главной».

«Ладно, допустим, читателя легче заманить тревожным заголовком. Но даже в истории про маньяка можно не смаковать

подробности, а рассказать об уникальном опыте и уме следователя и бесстрашной хватке оперативника», — отметил Маркин.

Негативные и непроверенные материалы в СМИ Маркин назвал «информационной инфекцией», сравнив ее с распространением «партии суррогатного алкоголя, от которой погибли десятки людей». Он также упомянул о «жалких останках государства и экономики соседней страны», которая, по его мнению, поражена подобной «инфекцией».

В социальных сетях же, по его мнению Маркина, «работают механизмы негативного отбора самых нелепых слухов, самых тревожных прогнозов, самых эмоциональных, вплоть до истерики, отзывов о самых банальных и нормальных вещах».

ШКОЛЬНИКОВ ХОТЯТ ОБЯЗАТЬ СДАВАТЬ ТЕСТ НА IQ

В школах предлагают, наряду с ЕГЭ, проводить обязательное тестирование на определение уровня интеллектуального развития (IQ). Соответствующее предложение направил в Минобрнауки депутат Госдумы Михаил Сердюк.

По его словам, данная система тестирования поможет сделать оценку интеллекта школьника более объективной и выявить больше одаренных детей.



Кроме того, подчеркивает Сердюк, со временем она может заменить ЕГЭ, который, по словам депутата, имеет массу недостатков и который можно сдать, «сиюминутно заучив и благополучно забыв через несколько дней определенный объем информации».

По мнению депутата, для детей, доказавших через тестирование уровень своего

интеллектуального развития, нужно ввести дополнительные преференции по поступлению в вузы.

Как отметил депутат, идея внедрения в российские школы тестирования на IQ возникла у него после появления в СМИ новости о 13-летней британской школьнице Николь Барр, которая превзошла по уровню IQ (162 балла) Альберта Эйнштейна и Стивена Хокинга и, несмотря на возраст, была зачислена в Оксфордский университет.

ВЦИОМ: 72% РОССИЯН ВЫСТУПАЮТ ЗА ПРОДАЖУ АЛКОГОЛЯ С 21 ГОДА

Три года подряд число желающих поднять возрастной ценз для продажи спиртного превышает 70%.

Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ) вновь заинтересовался отношением россиян к предложению повысить минимальный возраст покупателя алкоголя с 18 лет до 21 года. Опрос проводится уже третий год, и каждый раз количество желающих поднять эту планку переваливает за 70%. Сегодня инициативу поддержали 72% населения, против выступили 22%. В опросе ВЦИОМа, проведенном по заказу Общественной палаты РФ, приняли участие 1,6 тыс. человек из 130 населенных пунктов 46 российских регионов.

Руководитель отдела по работе с органами государственной власти ВЦИОМа Кирилл Родин отметил, что за последние 3 года россияне устойчиво демонстрируют однозначно положительное отношение к этому предложению, что позволяет говорить фактически о полном общественном консенсусе.

ПОЭЗИЯ ПРОФИЛАКТИКИ

ПОЗДРАВЛЯЕМ С НОВЫМ 2016 ГОДОМ!

ЖДИ..ПОБЕДЫ!

Жди меня, и я вернусь.
Только очень жди,
Жди, когда наведут грусть
Желтые дожди,
Жди, когда снега метут,
Жди, когда жара,
Жди, когда других не ждут,
Позабыв вчера.



Константин Симонов написал это стихотворение в период отечественной войны 1941–1945 гг., когда фашистская Германия на прочность проверяла жизнеспособность советского государства.

Это стихотворение отразило все чувства человека, ведущего смертельную борьбу с агрессором, способным погубить целую державу. И которому так необходима была поддержка и любовь близкого, родного человека. Тогда, в тот исторический момент времени, эти строчки были крайне актуальны и понятны каждому советскому человеку.

А сегодня... Сегодня мне в руки попал томик стихов К.Симонова, где на первой же странице было напечатано это бессмертное стихотворение. «Жди меня, и я вернусь...»

Но я вдруг совсем иначе, совсем под другим углом взглянул на него, иначе стал его трактовать. Я вдруг подумал, что слова этого стихотворения с полным правом могут быть отнесены к тем молодым ребятам и девочкам, кто сегодня ведет непримиримую, смертельную войну со своим личным врагом, вторгнувшимся в святую святых его психического, физического, социального здоровья и агрессивно разрушающим их, — с наркотиками. Такая вот необъявленная война! Война за жизнь!

И как эта война похожа на ту, далекую реальную войну с гитлеровской Германией: здесь такие же «планы» захвата врагом все основные территории условного противника: тела, разума, души и социальной сферы (недаром ведь наркоманию специалисты называют био-псих-социо-духовным заболеванием!); здесь такие же переменчивые сводки с фронтов — то выигран бой, то снова поражение (а ведь известно, что при попытках избавиться от наркотиков периоды ремиссии всегда чередуются с новыми эпизодами возобновления наркотизации — рецидивами). Здесь, как и на настоящей войне, от проявленного мужества, стойкости и воли во многом зависит успех сражений на фронтах: мужества признать себя наркоманом далеко не у всех хватает, тем более, сама болезнь «диктует» отрицание проблемы; а уж стойкость, нали-

чие глубокой внутренней мотивации в деле борьбы за «чистоту», свободу от наркотиков — это вообще первое дело!

И в период ведения такой страшной, такой кровопролитной, такой однозначно жизненно важной борьбы наркозависимому крайне необходимо, чтобы рядом с ним находились люди, которые верят в возможную победу и ждут его с победой домой. Близкие люди. Родные люди. Люди, которые смогут поддержать его, смогут правильно выстроить свое взаимодействие с ним, смогут при необходимости найти верные слова или совершить верные поступки.

И пусть специалисты все чаще говорят о таком явлении, как созависимость — беде, поражающей родственников наркоманов и не дающей эффективно способствовать нахождению конструктивных путей решения проблемы. Они делают очень много для того, чтобы «прояснить» также затуманенную проблемой наркотиков сознание родителей, жен, сестер и братьев зависимых, учат их заново общаться с больными, учат освобождаться от пут своей зависимости, сопряженной с проблемой близкого человека. Это все правильно, это все нужно.

Но одновременно — я знаю это точно! — в деле борьбы с этим страшным злом, называемым наркоманией, тем, кто встал на путь необъявленной войны со своим личным грозным врагом, крайне важна просто чисто человеческая поддержка. Близких людей. Родных людей.

Важно человеческое участие, и важна совместная вера в победу!

И ожидание этой победы!

Жди меня, и я вернусь.
Только очень жди,
Жди, когда наведут грусть
Желтые дожди,
Жди, когда снега метут,
Жди, когда жара,
Жди, когда других не ждут,
Позабыв вчера.

Александр АЛЕКСЕЕВ,
главный редактор



В ПОМОЩЬ ПЕДАГОГУ

Тема: «Скажи «Нет!» (профилактика наркомании)

Цель: формирование у учащихся навыков отказа от употребления психоактивных веществ

Форма: профилактический тренинг

Целевая группа: учащиеся образовательных учреждений среднего профессионального образования (колледжи)

Количество участников: до 20 человек

Время проведения: 1,5 часа

Место проведения: аудитория с условиями, позволяющими рассадить участников «в круг» (стулья расставлены по кругу с возможностью активного перемещения участников по всему помещению)

Материалы и оборудование:

- Мультимедийная установка и экран для демонстрации видеофильма
- Доска и средства письма на ней
- CD-диск с записью видеофильма «Территория безопасности» (сокращенная версия*).

Ход занятия

1. Знакомство. Представление проблемы. Ведущий представляется и называет тему, которой будет посвящено занятие, отмечая ее актуальность и значимость.

2. Игра «Ассоциации». **)

Цель: определить уровень знаний участников о проблеме и эмоциональное отношение к ней. Участникам группы даётся задание: назовите 2–3 слова, которые приходят вам на ум, когда вы слышите – «наркотики», «наркомания». После чего участники по кругу говорят свои ассоциации и объясняют, почему именно такие образы пришли им на ум, а ведущий записывает их на доске. В результате обсуждения ведущий суммирует предложенные ассоциации и делает вывод, что наркомания – это очень большое зло.

3. Демонстрация видеофильма «Территория безопасности» (сокращенная версия).

В подтверждение полученного вывода ведущий предлагает участникам группы просмотреть видеофильм, который иллюстрирует всю совокупность проблем, приносимых человеку наркотиками. После просмотра фильма ведущий делает вывод о необходимости уметь противостоять первой пробе наркотика.

4. Мозговой штурм «Преимущества отказа»***)

Цель: осознать преимущества отказа от наркотиков как единственный верный ответ на предложение их попробовать.

Группа делится на 2 подгруппы. Методом мозгового штурма первая подгруппа перечисляет недостатки отказа от наркотиков, вторая – преимущества отказа от наркотиков, а ведущий вносит их в таблицу на доске:

Преимущества отказа от приема наркотика в группе сверстников. Недостатки отказа от приема наркотика в группе сверстников.

Возможны следующие варианты: преимущества отказа – сохраню здоровье, буду сильным, избежу неприятностей с законом, сохраню добрые отношения с близкими людьми и др.; недостатки отказа – буду немодным и «белой вороной», могу потерять друзей, подвергнусь насмешкам и т.д. Важно, чтобы было найдено больше преимуществ отказа. При обсуждении полученных вариантов ведущий приводит факты, подтверждающие преимущества отказа, и опровергает высказанные участниками группы недостатки отказа, подвергая, тем самым, критике существующие подростковые «мифы» о психоактивных веществах.

Основные преимущества отказа от предложения наркотиков могут быть сведены к следующим:

- Наркотики не дают человеку мыслить само-му за себя.

- Наркотики толкают людей на кражи и насилия.

- Наркотики дают фальшивое представление о счастье.

- Наркотики часто приводят к несчастным случаям.

- уйти и не участвовать в нежелательном действии;

- попытка убедить и других отказаться от нежелательного действия и т.д.

Далее ведущий делает вывод о том, что в любой ситуации, когда тебе предлагают что-

либо сделать (например, попробовать какое-либо вещество), необходимо придерживаться следующей схемы:

- оценить, соответствует ли предлагаемое действие вашим желаниям, интересам, убеждениям;
- оценить последствия действия;
- оценить последствия отказа;
- в случае, если последствия окажутся негативными, принять решение отказаться от действия, выбрав тот вариант отказа, который в данной ситуации окажется наиболее оптимальным.

Для закрепления полученной информации можно раздать участникам памятку, которую они смогут унести с собой после занятия (см. Приложение)

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ 15–17 ЛЕТ

Для выстраивания антинаркотической профилактики не «от случая к случаю», формально, равнодушно и неграмотно, а всерьез, систематически, регулярно, творчески и вполне профессионально представляем разработку занятия клинического психолога Вероники Юрьевны Климович.

- Наркотики разрушают семьи.
- Наркотики уничтожают дружбу.
- Наркотики приводят к уродству детей.
- Наркотики являются источником многих заболеваний.
- Наркотики являются препятствием к духовному развитию.
- Наркотики делают человека слабым и безвольным.

В ходе проведения данного упражнения у участников должно сложиться убеждение о несомненных плюсах отказа от наркотиков и необходимости приобретения навыков такого отказа.

5. Игра «Коробочка»**)**

Цели: демонстрация различных способов оказания психологического давления и способов отказа от нежелательного действия; осознание своего поведения в ситуации предложения выполнить запретное действие.

В центр комнаты помещается коробочка, в которой лежит какой-либо предмет. Ведущий вызывает по очереди несколько добровольцев, которым дается следующая инструкция: «Представьте себе, что в этой коробочке лежит предмет, на который смотреть запрещено. Однажды случилось так, что вы с приятелем оказались одни в комнате. Приятель начинает уговаривать вас заглянуть в коробочку. Вам очень хочется посмотреть, что там, но в то же время вы помните о том, что это запрещено. Каковы будут ваши действия в этой ситуации?» Роль приятеля, предлагающего разными способами открыть коробочку, играет сам ведущий. Важно, чтобы были применены различные способы оказания давления на подростка: уговоры, лесть, шантаж, угрозы, насмешки, похвала, подкуп, обман, запугивание, призыв «делай, как я» и т.п. Участники группы наблюдают за тем, какое поведение демонстрирует каждый из добровольцев в ответ на предложения своего приятеля: соглашается ли он открыть коробочку или нет, а если нет – к каким способам отказа он прибегает. При последующем обсуждении с помощью ведущего на доске выписываются те способы отказа от нежелательного действия (в том числе, от пробы наркотика), к которым прибегали отказавшиеся от соблазна участники игры, выясняется эффективность и возможные последствия каждого из них, трудности использования их в конкретных жизненных ситуациях.

6. Обобщение ведущим информации о способах отказа от предложения наркотиков.

После обсуждения с группой способов отказа от предлагаемых наркотиков ведущий обобщает полученную участниками информацию и выписывает на доске самые эффективные способы противостояния предложению наркотиков.

Способы сказать «нет»:

- объяснить причины отказа;
- сказать «нет», не споря и не объясняя причин, на все уговоры и давление продолжать отвечать «нет»;
- предложить сделать что-то другое;

либо сделать (например, попробовать какое-либо вещество), необходимо придерживаться следующей схемы:

- оценить, соответствует ли предлагаемое действие вашим желаниям, интересам, убеждениям;
- оценить последствия действия;
- оценить последствия отказа;
- в случае, если последствия окажутся негативными, принять решение отказаться от действия, выбрав тот вариант отказа, который в данной ситуации окажется наиболее оптимальным.

Для закрепления полученной информации можно раздать участникам памятку, которую они смогут унести с собой после занятия (см. Приложение)

7. Упражнение «Быстрый круг»

Цель: отработка навыков отказа от предложения наркотика

Ведущий предлагает участникам группы по очереди по кругу придумать и сказать вслух свой вариант отказа от предложения попробовать наркотик.

Примерные варианты отказа:

1. Не похоже, чтобы мне стало от этого хорошо.
2. Я не собираюсь травить организм.
3. НЕТ, не хочу неприятностей.
4. Когда мне понадобится это, я дам тебе знать.
5. НЕТ, спасибо, НЕТ!
6. Я таких вещей боюсь.
7. Когда-нибудь в другой раз.
8. Эта дрянь не для меня.
9. НЕТ, спасибо, у меня и так хватает неприятностей с родителями.
10. Я за витамины!
11. Я и без этого превосходно себя чувствую.
12. НЕТ, спасибо, у меня на это бывает аллергическая реакция.
13. НЕТ, мне понадобятся все мозги, какие есть.
14. НЕТ, спасибо. Это опасно для жизни
15. Ты с ума сошел? Я даже не курю сигареты.
16. НЕТ. Я это пробовал, и мне не понравилось.
17. Мне не хочется умереть молодым.
18. НЕТ, когда-нибудь я могу захотеть иметь здоровую семью.
19. Я хочу быть здоровым.
20. Это мне ничего не дает.

8. Заключение

В заключение ведущий еще раз напоминает основной вывод, к которому группа пришла в ходе занятия.

Приложение

Памятка для подростков

Наркотики – это смертельное зло.

Наркотики не бывают «на какое-то время»

Тебе пытаются предложить наркотики?

Если ты скажешь «ДА», то наркотик останется с тобой на всю жизнь, короткую и неполноценную.

Если ты скажешь «НЕТ», то со временем поймаешь, как ты был прав, отказавшись!

Запомни

ПРИЕМЫ ОТКАЗА ОТ ПРЕДЛАГАЕМЫХ НАРКОТИКОВ:

1. Выбрать союзника: поискать, нет ли в компании человека, который согласен с вами относительно неупотребления наркотиков, – это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.
2. «Перевести стрелки»: сказать, что вы не принуждаете никого из них что-либо делать, так почему же они так назойливы?
3. Смените тему: придумайте что-нибудь еще; придумайте что-нибудь, что тоже интересно и не связано с приемом наркотиков (пойти в спортзал, на танцы или еще что-нибудь придумать).
4. «Продинамить»: сказать, что как-нибудь в другой раз...
5. «Задавить интеллект»: если они убеждают, что это безвредно, указать на то, где они врут или просто не знают последствия (для этого нужно знать, чем вредны предлагаемые психоактивные вещества – табак, алкоголь, наркотики).
6. Упереться: отвечать «НЕТ» несмотря ни на что. Отстаивать свое право иметь собственное мнение. Это, кстати, будет свидетельствовать о твердом характере.
7. Испугать их: описать какие-нибудь страшные последствия, если они будут употреблять (например: поймут, случится белая горячка, заболеем гепатитом и т.д.).
8. Уйти: самый действенный способ избежать угрозы жизни и здоровью, которая стоит за употреблением наркотика.
8. Обходить стороной: если есть подозрение, что в какой-то компании в определенное время могут предложить наркотики, просто обходите ее стороной.

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

*) Этот видеофильм рекомендован в качестве методических материалов для специалистов, работающих с молодежью в области профилактики зависимого поведения, и выложен на сайте Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков Управления по городу Москве <http://fsknmsk.ru/konf/metodicheskaya-pomoshh/video/film-territoriya-bezopasnosti,-pravda-o-czene-kortkogo-mirazha.html>

**) Источник: Пережогин Л.О., Крюковский С.В. (отдел социальной психиатрии детей и подростков ГНЦ ССП им. В.П. Сербского) Профилактика наркомании у детей и подростков. (Тренинг) <http://www.otrok.ru/medbook/listpsy/trening.htm>

***) Источник: ГУ «Костанайский областной центр по профилактике и борьбе со СПИД». Учебно-методические рекомендации «Воспитание антинаркотического иммунитета» <http://kzgov.docdat.com/docs/913/index-796115.html>

****) Это упражнение представляет собой модификацию игры «Запретный плод». Источник: Мельникова Е.Н. Информационно-образовательный тренинг для педагогов по профилактике наркомании среди детей и подростков. [http://nsportal.ru/vuz/pedagogicheskie-nauki/library/informatsionno-obuchayushchiy-trening-dlya-pedagogov-po](http://nsportal.ru/http://nsportal.ru/vuz/pedagogicheskie-nauki/library/informatsionno-obuchayushchiy-trening-dlya-pedagogov-po)





НАШЕМУ ЧИТАТЕЛЮ

По трагической случайности, женщина выпила метиловый спирт, приняв его за водку. Ощувив, что слепнет, женщина в испуге и бессилии зовет на помощь дочку-подростка, но та, приняв поведение матери за обычный приступ алкогольного психоза, грубо обрывает ее, приказывая спать, если уж напилась, и не мешать ей готовиться к экзаменам. «Скорую» все-таки вызвали, но поздно, женщина умерла, и девочка во внезапном озарении с ужасом думает: «Если бы я раньше спохватилась, если бы пожалела, сразу вызвала «Скорую»! Еще не осознавая того, что случилось, она с раскаянием вспоминает свой собственный голос — злой, раздраженный, презрительный. Презрение ребенка к собственным родителям, его мироощущение в семье запойных алкоголиков, обособление в своем собственном мире как способ спастись выписаны в повести Людмилы Сеницыной «Кривой четверг» настолько ярко и достоверно, что хочется порекомендовать всем родителям и нашим молодым читателям найти и прочитать это произведение.

РАСКАЯЯНИЕ

Светлана, девочка 17 лет, плачет по ночам от обиды за себя, за свою судьбу, и с чувством непреходящей ненависти думает о родителях. Она усиленно занимается немецким языком, стремясь после окончания школы поступить в иняз и навсегда вырваться из семьи. Немецкий язык помогает ей уйти на время в совсем другой мир, абсолютно не похожий на ее собственный. Это ее надежда на лучшее, настоящее будущее, на красивую и достойную жизнь. «Пар-сифаль» — хроники короля Артура — надолго становится ее убежищем: «Гладкой бывает лишь изъезженная дорога, но такой нет для тех, кто отправился на поиски Грааля... «Я обречен на испытание битвой, не иначе! — воскликнул сэръ Парсифаль. — Ну что ж, в угоду столь любезному королю я совершу какие угодно подвиги, мне не страшны какие угодно поединки, я жажду их!»... Пьют оба — и мать, и отец. По мнению дочери, родители стали алкоголиками не просто так, а потому что испытывают стыд за неудавшуюся жизнь. Мать попала из села в большой город во время войны, занималась спекуляцией ради барыша, в том числе продавала мыло, вынесенное мужем с мылзавода, где он работает после госпиталя. Лицо матери уже почти утратило человеческое выражение и стало «как у всех пьяниц: глаза тусклые, кожа морщинистая, с каким-то грязновато-пепельным отливом, безвольное и вместе с тем виноватое; оно... отвратительно жалко, ничтожно и убого». Она без конца меняет место работы, но быстро разочаровывается: «Я бы работала и работала, но...» — и она перечисляет без конца все обиды, пережитые на прежних местах службы. Отец почти не имеет образования, ничего не читает, да и не хочет, ничто, кроме водки, его не интересует. В опьянении сказывается его контузия, полученная при ранении в Сталинграде, — он начинает куражиться, кричит «Убью, убью!», но в то же время замахивается на мать табуретом или молотком так, чтобы она успела увернуться и спрятаться у соседней; смотреть в его красные выкачанные глаза страшно. Иногда он вспоминает родные места, особый деревенский говор, начинает что-то мастерить, даже варит клей и делает чертежи. Он любит домашних животных; они, в свою очередь, тоже выделяют отца и бегут ему навстречу. Он просит читать ему вслух рассказы о животных, но эти семейные чтения продолжались недолго. «А может быть, — подумала Света, — хоть как-то, хоть ненадолго, книги бы отвлекли отца и мать от ссор и драк?» Отец часто приносил маленькой дочери с работы гостинцы — пече-

нье, конфеты, бублики, сушки, орехи «от зайца», они ездили на рыбалку всей семьей... Постепенно друзей вытеснили подозрительные личности, вечно грязные, «нехорошие»... Постепенно для них теряли смысл и ценность заработанные вещи и даже собственный труд. А самое страшное — потеряли смысл человеческие отношения и сама жизнь. Однажды после очередного пьяного скандала отец (в повести даже не упоминается его имя) заперся в сарае и попытался повесить-



ся, — помешала жена, выбив дверь табуреткой и перерубив веревку. «Разорванная рубашка свисала на нем с двух сторон. Тело было какого-то необычного, голубоватого оттенка. Все молчали. В дом вернулись такие же притихшие и виноватые, будто почувствовали, что уже перешагнули какую-то невидимую черту, за которой начинается непостижимое, недоступное для живого человека. Света обрадовалась: может, теперь бросят? Но прошло немного времени, и все стало еще хуже». Учительница объясняет Свете, чем может быть вызван алкоголизм: «Водка — она сразу дает ощущение яркой, наполненной жизни. Она доступна. Но это обман. А за обман всегда приходится чем-то платить, вот твои родители и пьют вместо того, чтобы над собой работать, учить себя постоянно, чтобы духовно себя наполнить». Мать и отец искренне возмущаются, когда Света пытается внушить им, что надо лечиться: «Не твоего ума дело! Мы же не пьяницы какие-нибудь, на улице не валяемся!» — «А кто же тогда пьяница? Чуть ли не каждый вечер... Вы бы для меня одно сделали — бросили пить. Стыдно за вас».

Ребенок сделал одну попытку отправить мать на принудительное лече-

ние, рассудив, что если это сделать, то отец испугается и бросит сам. Не встретив у врача в поликлинике понимания, а может, не зная, куда нужно обратиться, чтобы оформить документы, Света перенесла неприязнь к этому врачу на всех медиков. Никогда не может девочка примириться с тем, что видит каждый день, усталая прятаться во сне и бежать по бесконечным пустынным улицам (сюжет разворачивается в первые послевоенные годы в Самарканде) куда-то, где могут прийти на помощь. Ей начина-

ет казаться, что «в соседней комнате вовсе и не ее родители, а кто-то совсем другой, как будто два оборотня творят непонятные нечеловеческие дела». Во время одной из ссор Свету накрывает волна ярости: «Вы меня издегали своими драками! Я спать спокойно не могу! Мне кошмары снятся... Мать полуголая по улицам носится, ты за ней с топором... Стыдно!»

Тонкие ниточки — воспоминания детства о скудной, но все-таки бывшей ласке со стороны отца и матери — удерживали ребенка в семье. Но чем старше Света становится, тем старательнее делает вид, что в семье все в порядке: тщательно следит за собой, стирает и наглаживает форму, на чистый носовой платок капает духи, чтобы «забить, заглушить запах дома», не отстает в учебе от сверстников и более того — стремится их превзойти. Но честолюбивые, положительные по сути стремления, которые у ребенка, растущего в нормальной спокойной семье, способствуют развитию, — у героини повести принимают уродливые формы.

Подспудно по нарастающей идет страшный процесс — искажение личности ребенка ради выживания. По всей сюжетной канве повести можно проследить, как девочка вынашивает в себе чувство превосходства над дру-

гими. Попав в первый раз в дом к учительнице немецкого, эвакуированной из Ленинграда, Света рассказывает ей о своей жизни, но выбирает неверный тон — «чуть небрежный, несколько залихватский», рассчитывая вызвать больше сочувствия. Однако учительница «почему-то нахмурилась». Света видит это, но не придает значения. Во второй раз учительница выражает неодобрение, когда Света с насмешкой описывает неудачи одноклассников: «Чем больше любви, терпения и внимания ты отдаешь, тем больше получишь сам. Кто на этом экономит, тот становится беднее», — говорит учительница, но эти слова не доходят до ожесточенной души девочки. Она все больше и больше черствеет сердцем и душой, их переполняют совсем другие чувства — обделенности, ожесточения, горя: «Никогда у нее не будет мирных, спокойных, ласковых вечеров, серьезного отца, ласковой, нежной матери».

Она видит, как относятся родители к детям в благополучных семьях ее одноклассников, и «тяжелое, темное чувство, как грозавая туча, поднималось откуда-то из самых глубин» ее существа. «Зависть, которая тихо, как мышка, грызла прореху в душе, часто толкала Свету на непонятные ссоры». Она, «как нырлящик, которому не хватает дыхания, стремилась из всех сил туда, наверх, где прозрачная голубизна воздуха, где мирно сидящие люди и не подозревают, что скрыто под толщей воды. Она с усилием выгребала вверх, к Совершенству, к свету, к солнцу, и ей осталось сделать последний рыбок». Я живу своей независимой жизнью, — внушает она себе. — «У меня все будет правильно, мне нельзя быть слабой».

Отчаявшись достучаться до родителей, Света применяет уже и методы шантажа, уже может открыто кричать родителям: «Ненавижу вас! Ненавижу!» — Но это доставляет ей странное, неизъяснимое удовольствие, которое нарастает. «Она рыдала... громко, с каким-то подвыванием, самозабвенно и в то же время со злорадством прислушивалась, как робко перешептываются в своей комнате испуганные мать и отец. Давно бы надо закатить истерику! — со смешком думала Света». Правда, через неделю родители снова пили по-прежнему.

Света открыто ворует деньги у родителей. Уже без всяких угрызений совести она думает: «Все равно ведь пропью, а мне нужнее. У них безобразия, а я в дело пушу». Перенесенные страдания дают право на расплату — уверена девочка. Эта уверенность окрепла в ней после того, как она увидела пья-



ную мать своей школьной подруги, преподавательницу музыки. Сидя на кухне с гитарой перед бутылкой вина, она с блуждающим взглядом пела романсы, перебирая слова и мелодию. «Порывистые движения, словно кто-то ее дергал за ниточку, чересчур громкие выкрики: «У, нежить бледная! Сгинь с глаз долой», — все это, как бывало дома... Такая красивая, с такой прической, музыкант... — и вдруг... красное вино, липкие круги на клеенке от бутылки и стакана, и такие же липкие, круто загнутые вверх полоски в углах рта, которые придавали лицу выражение неестественного, насильственного веселья», — все это вызвало у Светы чувство, будто она и не покидала свои родные стены: за столом сидел совсем не тот человек, какого она знала. И в богатой семье — те же проблемы.

Умом Света понимала, что мать умерла. Но представить, почувствовать не могла. Она расплакалась, представив себе, насколько пустую жизнь прожила ее мать, но в то же время остро ощущая, что сделала бы все, чтобы не случилось того, что случилось. Она снова «до боли ясно и отчетливо увидела мать с вытянутыми вперед руками, как она беспомощно шарит по стене, ищет выход. Мать уже поняла, что бесполезно звать на помощь Свету... Одна в страшной темноте, предчувствуя смерть, мать каким-то особым чутьем угадала, что ей не дозваться, не достучаться до Светы, уж бесчувственная жаба соседка и то скорее услышит»...

Чего можно было ожидать матери в ответ на ее просьбы о помощи? Наверное, милосердия.

Чего можно было ожидать от несовершеннолетнего, выросшего в такой семье? У кого ему искать понимания, поддержки и совета? Надо признать, что подросток не потерял мужества, не стал созависимым, — хотя для этого были все предпосылки, — сохранил себя, пусть неправильным путем. Но кто подсказал правильный? Эта печальная история еще раз подтверждает, что главное для подростка в трудной жизненной ситуации — чтобы его любили и кто-то старший и надежный был рядом. Иными словами — дефицит семейного тепла и любви, дефицит общения и понимания в начале становления личности — огромный фактор риска развития.

ПОДГОТОВИЛА
Нина ФЛОРОВА

По изданию в сб. «Абориген». М.,
Детская литература, 1989

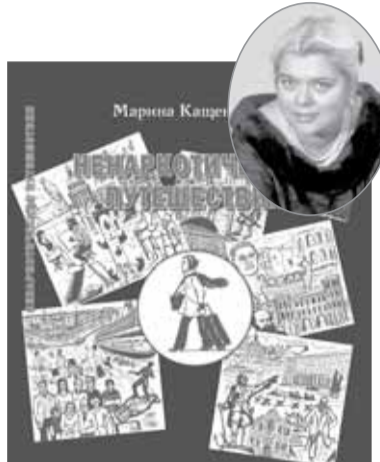
В оформлении использованы
произведения Пабло Пикассо



ВЫ ХОТИТЕ ПОСОВЕТОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТАМИ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОГО ФОНДА «НАРКОМ-НЕ 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.

«НЕНАРКОТИЧЕСКИЕ ПУТЕШЕСТВИЯ»

Автор: **Марина Кащенко**, адвокат МГКА, член Союза писателей.



«Ненаркотические путешествия» — художественно-публицистические впечатления автора о поездках по городам и весям. В книге рассказывается о достопримечательностях, культуре и истории разных уголков мира, о нравах и обычаях. Одновременно с этим автор раскрывает особенности государственной политики и позиции общества в борьбе с такими пагубными явлениями, как наркомания и алкоголизм.

В книге умело сочетаются три основных компонента профилактики: специфический, неспецифический и альтернативный.

В качестве специфической профилактики даются интересные сведения о состоянии проблемы потребления наркотиков, алкоголя, табака, последствий их потребления и о борьбе с этими явлениями. В русле неспецифической профилактики ненавязчиво воспитываются такие базовые ценности, как любовь к Родине, толерантность по отношению к иным традициям и обычаям, непринятие агрессии и экстремизма. И, наконец, писатель дает альтернативу — как проводить время с удовольствием без угрожающих последствий для здоровья.

Профилактическое антинаркотическое воздействие книги происходит исподволь, опосредованно. В душе читателя формируется радостное удивление перед широтой мира, в котором столько много занимательного и любопытного, что жаль тратить время и здоровье на разные виды зависимостей.

«Ненаркотические путешествия» — своеобразный путеводитель, предназначенный для ответственных взрослых, задумывающихся о том, чем заполнить совместный с детьми досуг. Ее благодарными читателями могут стать мудрые родители, которые задумываются над тем, как отвлечь детей от сигарет, алкоголя, наркотиков. Это книжка-подсказка: избегайте дидактических нравочений, организуйте досуг — и увлекательнее

ПЛАН ИЗДАТЕЛЬСТВА «НАРКОМ» НА 2016 ГОД

всего проводить свободное время, путешествуя по миру. Не важно, куда ляжет ваш путь: в ближайший пригород или в дальнюю страну: умение заново увидеть привычные улицы родного города — это тоже увлекательное путешествие.

И, конечно же, книга необходима специалистам учреждений системы профилактики, организующим антинаркотическую работу с учащимися школ, колледжей, вузов.

«ДЕВОЧКА И БОМБА»

Автор: **Борис Калачев**,

член Российского философского общества, член Союза писателей



Вопросы, касающиеся терроризма и общественной безопасности чрезвычайно остро стоят перед современным обществом. Но, несмотря на значимость данных вопросов для всех без исключения, наблюдается явный дефицит информационной литературы по тематике терроризма для граждан, не имеющих профессионального отношения к данной теме. Как правило, все ограничивается небольшими и крайне неинформативными (а часто — и пугающими) инструкциями, которые мы все можем встретить в общественных местах. И если взрослые люди хоть изредка обращают внимание на эти ненавязчивые плакаты и памятки, то, абсолютно очевидно, что их «обходят» своим вниманием дети и подростки. Между тем, не следует забывать, что это представители, условно говоря, «группы риска». Т.е., речь идет о наиболее активной, любознательной, дерзкой и, часто, безрассудно храброй возрастной «прослойке» общества. И именно перечисленные качества, несмотря на всю свою привлекательность, зачастую становятся причиной трагедий, когда, например, любопытство и бравада детей и подростков «толкает» их на исследование или манипуляции с найденными подозрительными

предметами. К, сожалению, терроризм, лишенный моральных барьеров и принципов, пользуется подобными возрастными особенностями. Но напугать или напугать детей взрослыми приемами — очень сложно, а вот привлечь их к соблюдению общих принципов безопасности и бдительности — вполне реально и эффективно. В этом свете, представленная книжка является нетривиальной формой взаимодействия с детьми в вопросах общественной безопасности, учитывая уровень террористической угрозы в современной России.

«СОБАЧЬЕ ДЕЛО»

Автор: **Иосиф Гольман**, писатель, профессор МосГУ, член Союза писателей.



Эта книга — своего рода адвокатская история, написанная по материалам уголовного дела, проведенного М.В. Кащенко и А.В. Алексеевым в 1996 г. Профессионалам, возможно, покажутся интересными в книге (помимо литературных свойств) и различные нечасто бывающие в обыденной юридической практике моменты, например, история с зоопсихологической экспертизой. Для нашего издания также важно, что роман затрагивает — хотя это не главная его тема — проблемы юношеской наркомании. Затрагивает как в юридическом аспекте, так и в плане художественного осмысления, которое порой воздействует на людей даже сильнее, чем законодательные акты. Представляем выдержку из книги «Собачье дело».

«...Вот почему их с Ольгой находка насчет собаки так взволновала и обрадовала адвоката. Здесь могла бы пойти речь не только о переквалификации состава, но даже снятии обвинения. Теперь следовало найти выходы

на ученых-кинологов. И, зная менталитет судейского народа, кинологи эти должны были быть не из коммерческих питомников с именами, как у испанских грандов, а из родной, казенной системы МВД.

...Чуть не в самом центре Москвы, рядом с Баррикадной — неприметная калиточка, ведущая во внутренний двор двухэтажного особняка. Там — деревянная скрипучая дверь.

А внутри — скорее, похоже на уголок Дурова, чем на подразделение Министерства внутренних дел.

Тем не менее, это было именно так. Серьезные опытные офицеры с не слишком высокими, как правило, званиями, осуществляли исключительно важную криминалистическую деятельность — одорологические экспертизы. Через неприметную лабораторию прошли сотни и тысячи реальных судеб, в том числе, жестоких убийств, похитителей и, прежде всего, распространителей тяжелых наркотиков.

Экспертизы проводили эти самые офицеры, в основном, с невеликими звездами на погонах, но с большими знаниями, опытом и любовью к своему редкому и нелегкому делу.

Впрочем, они бы ничего не смогли без своих помощников и любимцев. В большинстве это были маленькие и почему-то почти все белые собачки. Животные в лаборатории трудились миролюбивые — ласковые и спокойные. Но тут уже не природа поработала, а неестественный отбор: агрессивные и неадекватные в столь сложном, деликатном деле не приветствовались».

АЛЬМАНАХ «ЗВЕЗДЫ ПРОТИВ»

Составитель:

Александр Алексеев, адвокат МГКА, член Союза писателей.



Дорогие читатели!

Эта книга уникальна: под одной обложкой Издательский дом «НАРКОМ» собрал размышления самых разных людей о беде, постигшей наш мир, — о наркоугрозе.

По данным ФСКН, в России сегодня семь миллионов наркоманов. Семь миллионов, друзья! И при этом каждый наркозависимый «подсаживает» от трех до пяти человек в год. Армия обреченных растет день ото дня...

И самое ужасное — равнодушие общества к ситуации с наркотиками. Люди закрывают на это глаза, предпочитают не видеть, не думать. И уж, конечно, не задумываться о том, что под той или иной личиной, в тот или иной темный час жизни наркотик может прийти в их семью, дотянуться до их детей.

Благотворительный фонд «НАРКОМ» 18 лет ведет борьбу за здоровье и души людей, противостоит наркоугрозе на всех уровнях. Мы осознали и сумели показать, как тесно связаны между собой экстремизм, наркомания, ксенофобия, терроризм.

За пятнадцать лет существования газеты «Пока не поздно!» мы беседовали на эту тему с самыми разными людьми. Их имена на слуху. Их слова западают в душу. К их мнению неравнодушны. А главное: мы не просто заламывали руки в отчаянии: ах, какой ужас творится. Мы всякий раз думали, что противопоставить этой ползучей угрозе. И — знаете! — находили ответы.

И в ваших руках книга, в которую вошли многие из наших бесед. Мы не делим людей на более или менее знаменитых — Боже упаси! Тем более, что врач наркодиспансера порой имеет очень глубокие суждения и предлагает крайне неординарные выходы. Потому что ординарных мы уже нахлебались...

Составляя сборник, мы думали только о том, что первыми стоит поставить мнения и суждения тех, кто сейчас, уж простите, популярнее. Или тех, чья «популярность» вечна и не вызывает сомнений ни у кого.

А дальше — все просто, в алфавитном порядке.

«Звезды против». Против наркотиков, против ксенофобии, против терроризма, против равнодушия. Потому что «звезды» — тоже люди, несмотря на талант, порой, даже гений, каждый — со своей судьбой и своей бедой. Но они понимают, что за ответственность на них возложена — и они с нами.

Присоединяйтесь!

ПП

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



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 № 1. Тираж 20 000 экз. Главный редактор (на общественных началах) Александр Алексеев, научный редактор Вероника Климович, ответственный секретарь Нина Посторе, верстка Леонид Горлачев, корректор Наталья Курбет. Подписано в печать 18.12.2015 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, агентства РИАИ, ИТАР-ТАСС, Интерфакс.