



ВОПРЕКИ

г. Саратов, ул. Григорьева, 45

6+

ГАЗЕТА САРАТОВСКОЙ РЕГИОНАЛЬНОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕЗВОСТИ И ЗДОРОВЬЯ

№ 224, 24 октября 2013 г.

Весной этого года молодёжное движение «Трезвый Саратов» провело в школах Саратова уроки трезвости «Здравый толк». В наступившем учебном году 2013–2014 годов уроки будут продолжены. А пока автор идеи и вдохновитель этих уроков Алексей Анатольевич Мыцыков, инженер завода «Базальт», в субботний день 28 сентября на семинаре учителей, проходившем в пансионате «Заря», встретился с педагогами Саратова, Энгельса и Пугачёва и познакомил их с разработанной им и его товарищами по общественной организации системой продвижения трезвеннических убеждений в подростковую среду.



ЗА ПАРТАМИ – УЧИТЕЛЯ

Особенность уроков «Здравого толка» в том, что, во-первых, это не разовая лекция, а пять-шесть занятий, именно занятий, и это – вторая особенность: дети не просто слушают, что им говорят почти сверстники (среди тех, кто пришёл в школы с уроками «Здравый толк» – студенты и молодые специалисты), а сами участвуют и в разговорах, и в опытах. Да, одно из занятий, а именно четвёртое, было отведено для демонстрации химических опытов, вернее – химико-биологических опытов: можно тысячу раз говорить, что алкоголь разрушает здоровье, а можно, как это сделано на уроке «Здравого толка», показать, как сворачивается белок куриного яйца под воздействием спирта.

Алексей Анатольевич Мыцыков не просто пересказал, что и как делали он и его товарищи на тех уроках. На первом занятии – знакомство, раздача анкет, на третьем, которое более всего понравилось детям – игры, разгадывание кроссвордов; на пятом – снова анкетирование, но уже не ознакомительное, а с целью выявления эффективности уроков в пропаганде трезвеннических знаний. Лектор познакомил с результатами анализа действенности уроков. Так, на экране (а свою презентацию Алексей Анатольевич оформил в виде таблиц, графиков, видеороликов) предстала таблица, свидетельствующая о том, что ребята уяснили: широкое распространение питейных убеждений у нас обусловлено прежде всего двумя причинами: шаговой доступностью спиртного (то есть достать выпивку не составляет никакого труда) и запрограммированностью людей, то есть бытует мнение, что много пить – это плохо, а вот «в меру», «культурно» обязан каждый взрослый, не пьют только больные... Развенчиванию этих мифов и посвящалось одно из занятий.

Уже в самом начале лекции педагоги спросили лектора, почему уроки проводились именно в восьмых классах, не поздновато ли предупреждать тех, кто уже знаком со вкусом спиртного? Да, у нас в обществе трезвости есть методики ранней профилактики, когда педагоги идут к малышам детского сада, а к первоклассникам, однако «Здравый толк» преследует не столько профилактическую, и даже не только просветительскую цель, а иную – найти среди слушателей своих сторонников, тех ребят, которые захотят влиться в ряды пропагандистов трезвости в своих школах и в дальнейшем проводить такие же уроки «Здравого толка» в седьмых, шестых классах. Поэтому старшеклассники (9–11 классы) не годятся: у них на носу выпускные экзамены. В выходных анкетах (пятое занятие) среди вопросов был и такой: «Хотели бы Вы сами выступать или проводить занятия «Здравого толка» перед младшими классами?» Положительно ответили на него почти две трети слушателей: «Да, в своей школе» сказали 19 человек из ста, «Да, в какой-либо другой школе» – восемь процентов опрошенных; «Да, только в компании с более опытным наставником» – более трети респондентов.

Алексей Анатольевич поделился с педагогами (он надеется, что среди них есть такие, которые возьмут на вооружение его методику; по крайней мере, большинство из собравшихся конспектировали лекцию и активно задавали вопросы) своими наблюдениями о ходе уроков, о том, что удалось, и чего не удалось сделать и как он проводил, анализируя уроки, «работу над ошибками». «На одном из занятий мы знакомили детей со знаменитыми трезвенниками, – вспоминал Мыцыков, – и я думал, что весть о том, что лидер рок-группы «Ария» Кипелов не пьёт и не курит станет убедительным аргументом, но ребята воспри-

няли этот факт прохладно. Зато одобрительно зашумели, когда на экране появилась фотография Павла Дурова, создателя социальной сети «ВКонтакте», у каждого поколения – свои кумиры!»

Успех или неуспех уроков, подчеркнул Алексей Анатольевич, во многом зависит от того, как воспримут идею «Здравого толка» администрация и педагоги-кураторы школ. В 15-м лицее, где он сам проводил занятия, дирекция создала наиболее благоприятные условия (все занятия прошли в оговоренные сроки, без срывов и переносов), и занятия шли равномерно, набирая темп, что способствовало успеху.

Но, пожалуй, самым значительным вкладом в успех может стать образ ведущих уроки людей, поэтому, прежде, чем представить пред очей детей, нужно продумать все мелочи и просчитать, «как наше слово отзовется».

А слово Алексея Анатольевича, как я заметил, отозвалось в сердцах педагогов их неподдельной заинтересованностью: по окончании занятия перед ним выросла целая куча флешек – учителя просили скинуть им презентацию уроков «Здравый толк» (а в той презентации не только анализ уроков, но и видеоролики, и фильмы, которыми можно иллюстрировать лекции). И это вселяет уверенность в том, что цепная реакция интереса к «Здравому толку» среди педагогов школ Саратова и области не угаснет.

А ребята из молодёжного движения «Трезвый Саратов» готовятся к новому сезону, они проведут занятия в школах уже в рамках проекта «Битва за трезвость – битва за Россию».

Владимир ВАРДУГИН

На снимке: об уроках «Здравого толка» учителям рассказывает автор проекта Алексей Анатольевич Мыцыков, 28 сентября 2013 года.

СОДРУЖЕСТВО – ОСТРОВ СПАСЕНИЯ!

У Алексея Константиновича Толстого есть поразительные строки об его отношении к крестьянину: «Если он не пропьёт урожая, Я того мужика уважаю!»

Это стихотворное одобрение трезвости вспоминается всякий раз, когда встречаюсь с ребятами из Содружества Анонимных Алкоголиков. Нельзя не уважать тех, кто не только нашёл в себе силы покинуть алкогольный омут, но и перейти на сторону тех, кто не смирился с тем, что нас уничтожают всей мощью химического спиртоносного (смертоносного!) оружия (вот где его надо искать, химическое оружие – в наших гастрономах, а не в тайниках сирийских террористов).

Военная лексика здесь более чем уместна. Помните, когда меня пригласили на XX Форум АА России (он проходил в санатории «Синяя птица» близ Балакова), я испытывал на Форуме те же ощущения, что и при подготовке репортажей со встреч ветеранов Великой Отечественной войны: та же атмосфера боевого братства («бойцы вспоминают минувшие дни...»), те же неожиданные встречи соратников, не видевшихся много лет, и главное – их чувство трезвой правоты своего дела! И пусть никого не шокирует такое сравнение: потери, понесённые Россией в алкогольной войне только последних двух десятилетий, превосходят потери Советского Союза в 1941–1945 годах. Методы ведения войны иные, а цель – та же: уничтожение живой силы противника, зачистка территории.

В середине 1990-х годов в Саратове зародилась первая группа Анонимных Алкоголиков. Название, быть может, не совсем удачное, потому что люди, нашедшие в себе мужество признать своё заблуждение, открыто призывают всех осознать, что мы ежедневно, ежесекундно пребываем на войне, и каждый их соратник, пришедший на собрание – это боец, вставший на защиту

страны. Спасая себя, они спасают Россию и её будущее. Так что же, как не искреннее уважение, могут вызвать они? И лишь глубокое сожаление – те, кто до сих пор пребывает в уверенности естественности алкоголеобразной жизни, кто продолжает бежать за пивом, «расслабляться» от спиртного, тем самым ослабляя наш народ.

Быть может, армия защитников страны пополнится, когда действующие алкоголики (опять переклика смыслы: действующие алкоголики – действующая армия!) прочитают исповеди товарищей из групп Анонимных Алкоголиков, отметивших минувшим летом своё «совершеннолетие» – 18 лет со дня образования первой группы Содружества в Саратове.

SOS – этот сигнал с просьбой о спасении посылают моряки терпящего бедствие судна. **Содружество – Остров Спасения!** Сегодня победившие в себе зелёного змия товарищи спешат на помощь к тем, кто надеется на поддержку извне, чтобы подпитать свои силы энергией Содружества Анонимных Алкоголиков.

Владимир ВАРДУГИН, член правления Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья

ИСКРЕННОСТЬЮ ЗА ИСКРЕННОСТЬ

Мы никак не можем быть Иванами, не помнящими родства, поэтому выражаем искреннюю благодарность всем тем, кто в середине 1990-х годов проявил о нас, детях хаоса, искреннюю заботу и подарил любовь, благодаря которой состоялось наше нынешнее совершеннолетие.

Осенью 1995 года в Саратовском обществе трезвости и здоровья на улице Революционной, 45 состоялся недельный семинар по 12-ти шаговой программе излечения от алкоголизма для врачей-наркологов города Саратова. Проводили семинар профессор медицины Айрис Хекман (США) и Кевин, 9 лет трезвости в АА (США)

и переводчица Лена, 5 лет трезвости в АА (Санкт-Петербург).

Параллельно с семинаром в те же дни по вечерам в обществе трезвости проводились первые собрания группы АА «Круг» г. Саратова, с участием Сергея Ч., Павла М., Володи С., Гены С. и других членов АА того времени. Тогда же зародилось и получило первые уроки становления Саратовское Содружество Анонимных Алкоголиков. Датой рождения этой неформальной общественной организации считается 1 августа 1995 года, когда на первом собрании АА была первый раз открыта книга АА «Анонимные Алкоголики» (Большая книга АА).

ПУТИ РАЗНЫЕ – СУДЬБА ОДНА

Татьяна О.: «О существовании Анонимных Алкоголиков я узнала от своей дочери. К тому времени проблемы с алкоголем были очень серьёзные. В группе АА я получила поддержку и обрела надежду на выздоровление. И вот уже семь лет я трезвая».

Роман С.: «Я, Рома, был законченным алкашом. В Содружество Анонимных Алкоголиков я попал через Сообщество Анонимных Наркоманов, пришёл на первое собрание, понравилась обстановка собрания группы, и я до сих пор, вот уже четвёртый месяц, не употребляю алкоголь».

Ульяна Б.: «В Сообщество Анонимных Алкоголиков я пришла через личный 12-й шаг, до меня донесли послание АА, что можно жить радостно и счастливо без употребления спиртного, в любом его виде. Я пришла и нашла «свою тарелку», и до сих пор хожу на собрания группы АА с целью передачи своего опыта работы по 12-ти шагам. И так продолжается восьмой год моей трезвости».

Сергей Д.: «В Содружество АА я пришёл будучи два года трезвым, у меня появились интерес, что за люди здесь собрались? Было лёгкое недоверие к слову Анонимных. Но потом сомнение развеялось, и я до сих пор, вот уже одиннадцатый год, живой и трезвый. Образ жизни по АА, под руководством любящей меня Высшей Силы, меня сейчас радует и устраивает во всех смыслах».

Оля М.: «Как сейчас помню, в 2008 году, 1 сентября, я пришла в АА. Меня привлекли трезвые люди, которые имели такую же проблему с алкоголем, как и я на то время. Вообще ничего не понимала, и пыталась понять пропитыми мозгами – как это работает? Тогда я была три месяца трезвой, для меня – приличный срок. Я была очень своеобразная, самонадеянная – поэтому я стабильной трезвости не достигала. Сейчас я одна из тех, кому пришлось пройти через череду срывов, возможно, из-за дефектов характера».

Наташа С.: «О существовании Анонимных Алкоголиков я узнала, когда лежала в областном наркологическом диспансере. Я подумала, что хуже, чем сейчас, уже не будет, а может станет лучше. Надо попробовать!»

На первом собрании АА меня привлекла доброта, доверие, понимание, искренность, честность и открытость этих людей. И после первых собраний захотелось жить, и жизнь я увидела другими глазами, получала очень хорошую энергию. Моя дочь говорит мне: «Мама – это твой единственный шанс, так как ты пробовала всё, и тебе ничего не помогло». В данный момент я к спиртному отношусь хладнокровно, меня сейчас оно просто не привлекает, нет тяги. Жизненные проблемы и вопросы я решаю спокойно, и это всё благодаря программе АА и 12-ти шагам АА».

(На 2-й странице предлагаем вниманию читателей нашей газеты подборку материалов, подготовленных нашими соратниками из Содружества Анонимных Алкоголиков).