

# СМОЛОДУ - БРАВАДА, К СТАРОСТИ - БЕДА

## ПОРТРЕТ НЕКУРЯЩЕГО ПОДРОСТКА НА ФОНЕ СЕМЬИ И ОБЩЕСТВА

Расхожее заблуждение: все подростки курят. На самом деле пятьдесят процентов пятнадцатилетних подростков не прикасаются к сигаретам.

Как правило, не курят те подростки, у которых некурящие родители. Они изначально не формируют предрасположенности к никотину, в результате ребенку курить неинтересно. Это волевые целенаправленные дети с высоким интеллектуальным потенциалом. Они рассуждают, как взрослые, у них очень развито логическое мышление, они рациональны. Их психологический возраст соответствует биологическому. У такого подростка обязательно есть цель в жизни - сделать карьеру в спорте, в науке либо в бизнесе. Некурящие подростки более зрелые, автономные.

По мнению наркологов, мотивы приобщения к никотину и отказа от него разные. И как это ни парадоксально, доступность сигарет в ларьке не является чем-то определяющим. Деньги легко можно заработать - дети машины моют, газеты разносят. Но такой нюанс: подростки, которые привыкли зарабатывать деньги своим трудом, не будут тратить их на сигареты и выпивку.

Несколько лет назад психологи организовали детскую конференцию на тему «Что такое здоровье?». В ней приняли участие три с половиной тысячи детей из разных



ФОТО АЛЕКСАНДРА МАТЮШКИНА

Комментирует научный сотрудник НИИ наркологии Минздрава РФ Анатолий ГЛУШКО:

- Еще лет пять-десять сохранится «плавающая» ситуация - подростки будут тянуться то к курению, то к наркотикам, а потом все это выйдет из моды, станет для них неинтересным, сформируется другой образ жизни. Это будет связано и со стабилизацией общества, и с формированием новой культурной среды. Возродится средний класс, наиболее стабильный, с определенной культурой. В России ситуация осложняется плохим генетическим фондом. Пьющие и курящие родители - из поколения в поколение. Очень много брошенных детей, детских домов. А ведь все начинается с семьи. Доказано, что биологический фактор, а не социальная среда, как долгое время было принято считать, формируют в первую очередь модель поведения. Для ребенка чрезвычайно важны впечатления на биологическом уровне - начиная с пеленок. Он впитывает даже запахи, прикосновения... Когда биологически человек практически сформирован, он попадает в социальную среду, которая его окончательно доводит «до кондиции».

...Лет десять назад среди школьников лихие курильщики, презирающие общественные нормы, считались самыми крутыми, авангардными. По словам педагогов, в школах создаются другие субкультурные среды. Подростки, которые не курят, считают себя элитой и относятся к курящим как к второсорт-

ным. И это негативное отношение к курящим как к людям, не ценящим свое время, здоровье, не стремящимся получить качественное образование, психологи рекомендуют приветствовать и культивировать.

### ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Внушайте детям: некурящие - это своеобразная элита общества, это развитие интеллекта, более высокий уровень культуры.

Сейчас взаимоотношения между подростками во многом зависят не от того, как то одет или у кого сколько денег, а у кого какие привычки. Учителю тут важно правильно сориентировать ребят - на стремление выжить благодаря интеллекту. Все, что мешает этому, нужно отсекают. А курение мешает.

...И все-таки, если семиклассник, глядя на своих курящих одноклассников, хочет закурить, как его остановить? Как предупредить раннее курение у детей? Рассказывает нарколог Анатолий ГЛУШКО:

- Однажды привели на прием мальчика лет восьми. Он уже с трех лет где-то добывал «Беломор» и покуривал втихаря. Отец, заметив, что из его пачек исчезают папирос-

### ФРАГМЕНТ ИЗ ШКОЛЬНОГО СОЧИНЕНИЯ

«Вместо курения можно ходить в театры, читать интересные книги, помогать родителям, смотреть телевизор. Можно выращивать цветы или какие-нибудь овощи, ездить за город, ходить в кино. Можно мыть машины и тем самым зарабатывать деньги для родителей и для себя. Ходить гулять в разные скверы, парки и просто всем вместе в лес. Там чистый воздух, красота...»  
Антон К., 11 лет

сы, узнал о пристрастии сына и решил избавиться от дурной привычки весьма оригинальным способом - за каждую выкуренную сигарету поджигал палец ребенка. Потом мальчик этот вернулся в ту же клинику уже в возрасте двадцати лет, когда перешел на серьезные наркотики. Он смеялся над всякими нотациями. Рассказывал, что мать его, вся в слезах, пыталась объяснить ему воспитательную стратегию отца, ведь тот, дескать, хотел только добра сыну. Сам отец продолжал смолить дешевые папиросы.

Мораль ясна: остановить подростка, уберечь от дурной привычки с помощью нотаций и системы жестких наказаний нельзя. Здесь есть три аспекта. Можно и нужно объяснять, что курение не просто вредная привычка, а болезнь. Это малая наркомания. И часто зависимость от никотина приводит в будущем к зависимости от кокаина и других наркотиков. Опыт медиков свидетельствует - очень действенна наглядная агитация. Фотография легкого курящего человека, напичканного всякой дрянью, - зрелище не из приятных. Но заставляет подростков задуматься, как и информация о том, что большинство курильщиков уже к тридцати годам становятся импотентами. Второе: подросток должен знать, что производство сигарет - это бизнес, который приносит доход компании, государству, то есть бизнес на здоровье людей. И третий, морально-этический аспект - курение перестает быть модным, а становится просто неприличным, некультурным. Курить сегодня - это дурной тон.

Конечно же, важно создавать, воспитывать определенную субкультуру. Побольше спортивных площадок, кружков по интересам. Сейчас практически в каждом районе Москвы есть школы искусств, где можно заниматься рисованием, музыкой, хореографией. В эти школы умные родители водят детей с четырех лет. И это дает свои плоды. Чем выше уровень интеллекта ребенка, тем больше вероятность, что он не окажется в плену у вредных привычек, сохранит себя как личность.

По мнению психологов, большой вред наносит реклама сигарет. Дело даже не в том, что рекламные щиты табачной продукции можно увидеть на каждом шагу и в любом городе. Такое засилье, как это ни парадоксально, сыграло позитивную роль. Любое навязывание, назойливость в определенный момент начинают вызывать раздражение и отторжение.

### РЕКЛАМНАЯ ПАЗУЗА

В кино и на телевидении создается образ эталонного крутого героя-курильщика. Ответственность развитых стран борется с этим, и все чаще появляются киногерои, ведущие здоровый образ жизни. Примеры - Арнольд Шварценеггер, Брюс Уиллис. По статистике на девяностые годы, в американских фильмах пятьдесят семь процентов главных героев курят. Это воздействует на психику и сознание подростков, ведь они хотят выглядеть крутыми.

Опасен и другой момент: некоторая, как говорят психологи, шизофреническая расщепленность в рекламе. Например, рекламируя сигареты, у нас принято делать при-

писку «Минздрав предупреждает...» Одной рукой предлагают, другой грозят. Это очень негативно сказывается на детской психике. Ребенок видит мир цельным. И ему непонятно, как хорошее может оказаться одновременно и плохим. Он понимает это так -

### ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Если у ребенка все-таки появился интерес к курению, надо срочно отвлечь его. Попробуйте выяснить круг его интересов. Возможно, он мечтает заниматься боксом или плаванием, хоккеем или футболом, теннисом или горными лыжами. Так пожалуйста! Только поясните, - если он будет курить, хороший теннисист из него не получится. Необходимо максимально развить в нем здоровое начало. Не акцентировать внимание на курении, а до такой степени насытить его жизнь, чтобы места для никотина не осталось.

сначала нужно попробовать, чтобы стало плохо.

...Сегодня закон запрещает продажу любых табачных изделий лицам, не достигшим восемнадцати лет. Но, к сожалению, он частично нарушается...

А пока наркологи и педагоги совместными усилиями продолжают разрабатывать программы по профилактике курения. Один из принципов, на котором они основаны: важна не реакция, а отклик. Подростку необходимо помочь переработать полученную информацию, прочувствовать ее. Только когда она освоена на глубинном уровне, можно рассчитывать на результат.

Часто спрашивают: могут ли некурящие подростки работать со своими курящими сверстниками, помочь им расстаться с вредной привычкой? Здесь мнения наркологов и педагогов разделяются.

«Курение - это яд» - такой лозунг стал лейтмотивом специальных уроков в одном из детских домов. Специфика этих занятий в том, что о вреде курения и его последствиях подросткам рассказывают их ровесники, старшеклассники городских школ. Оказалось, что в беседах на такие темы воспитанники детских домов больше доверяют своим сверстникам, чем психологам и врачам.

У психолога Николая АМИНОВА другое мнение:

- Подобный подход к борьбе с курением - заблуждение. Напротив, некурящие под-

ростки должны как бы дисциплинироваться от курящих. Если они ощущают себя здоровыми, умными, своеобразной элитой, показывающей, что курить не модно и презренно, то остальные сами за ними потянутся. Важно создать особый этический микроклимат, в котором курящим было бы неуютно. Например, устраивать вечеринки или дискотеки, на которые вход для курящих воспрещен. Сажать курящих на последние парты. Ни одному подростку не хочется чувствовать себя неполноценным, второсортным, терпеть снисходительное, пренебрежительное отношение сверстников к себе как к большому человеку. И такой процесс «дискриминации» нужно вести на протяжении всех лет учебы - с первого по одиннадцатый класс. Разубеждать, доказывать - это просто детская игра. А играть с детьми нужно серьезно.

### ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Если вы курите, то честно, самокритично признайтесь своему ребенку, что вы невежливый, некультурный, больны, но готовы работать над собой и хотели бы бросить курить. Это будет иметь гораздо больший эффект, чем морализаторство или запреты.

Татьяна ХАРЛАМОВА

Не так давно в Санкт-Петербурге прошел съезд народных... нет, не депутатов - целителей. Точнее - 11-я научно-практическая конференция «Развитие предпринимательства и предприятий в области нетрадиционной медицины».

В Петербурге конференция проходила, но организована была, как ни странно, исключительно москвичами - Российским профессиональным союзом целителей, межрегиональной общественной организацией «Профессиональная медицинская ассоциация народной медицины» и неким Институтом социального развития естественных способностей.

Маги, колдуны, духовные практики, экстрасенсы и прочие «народные медики» собрались совсем не с тем, чтобы посоревноваться в умении двигать предметы, заговаривать зубы или хотя бы снимать головную боль. Обсуждали они, на их взгляд, куда более актуальную проблему: как им, бедным, выжить в условиях рынка.

# ДОЛЛАРЫ НА КОСТЯХ

Не думаю, однако, чтобы вопрос выживания так уж остро стоял для представителей «народной медицины». Хотя бы потому, что магия становится у нас все более доходным ремеслом. Число граждан, зарабатывающих на хлеб насущный в тонкой сфере ворожбы, приворотов и заговоров, прямо пропорционально количеству тех, кто верит в чудо. Как сказал на одной петербургской конференции ректор Института социального развития естественных способностей Андрей Горюнов, сейчас в нашей стране на 10 тысяч человек приходится один целитель. В одной Москве чародеев, знахарей и просто духовных практиков ныне никак не меньше 15 тысяч. А если этот бизнес полностью легализовать, то, по словам Горюнова, скоро их число может перевалить за 40-50 тысяч.

Сейчас на столичном рынке мистических услуг в год обращается от 40 до 60 миллионов долларов, а с учетом услуг по обучению новых ведьм и колдунов этот объем возрастает до 70-100 миллионов долларов.

Нет, не о выживании ведут речь «народные целители» - ни много ни мало о росте и развитии, предлагая для этого создать нормальные профессио-

нальные институты внутри сообщества наподобие ассоциации риэлторов. Кроме того, бизнесмены от целительства хотели бы учредить свою систему образования в 1-1,5 тысячи часов по... государственному стандарту.

Да, согласно закону знахарь должен иметь диплом о присвоении звания народного целителя. Теоретически этот документ подразумевает основательную медицинскую подготовку кандидатов во врачеватели-чудотворцы. В течение первого года кандидат в целители должен работать под контролем врачей и в одной из больниц. Далее на основании официального заключения экспертный совет фонда «Народная медицина» решает, стоит ли навсегда расстаться с кандидатом либо продлить испытания еще на год. Только спустя два года, если, конечно, результат оздоровительной деятельности очевидно положителен и не было нежелательных побочных явлений, может идти речь о присвоении звания народного целителя и выдаче диплома.

Однако мошенники все легче находят способ обойти столь долгий путь к «знаниям». Оказывается, чтобы влиться в их стройные ряды, не нужно уже практи-

чески ничего - ни разрешений, ни сертификатов. В государственном реестре профессий не существует ведь таких видов деятельности - маг, гадалка или чародей. Представителям этой нетрадиционной профессии достаточно просто зарегистрироваться как предпринимателю без образования юридического лица. Налогов минимум, свобода деятельности почти неограниченная. Немного сложнее приходится целителям, но они тоже нашли удачный выход из положения, отрицая свое отношение к медицине и предостережению соответствующих услуг. Или выправляя полужаконым путем соответствующий документ, который уважающий себя колдун обязательно вешает на видное место.

Колдуны в основном пользуются одним из базовых качеств человека - его нежеланием прилагать собственные усилия для того, чтобы что-то изменить. И если порой к магам обращаются даже прожженные олигархи, что уж говорить о брошенных женах, стремящихся отомстить разлучнице!

...Не исключаю, что когда-нибудь математики точно измерят карму, а физики заснимут ауру и определят силу излучения из рук парапсихолога. Не объяснимых явлений на планете, а вместе с тем и мошенников, станет меньше. Только когда еще это будет! А до того времени психиатрам, наверно, так и придется льющую долю своего времени тратить на лечение людей, покаленных колдунами...

Геннадий ВОСКРЕСЕНСКИЙ