

Университет штата Юта (США)  
Международная независимая ассоциация трезвости  
Интернациональный союз безнаркотического воспитания  
Общественное Объединение «Оптималист»  
Молодежная антинаркотическая федерация России

## **Материалы первой американо-российской конференции по преодолению зависимостей и формированию трезвого образа жизни**

**23-27 июня 2000 г., г. Сидар-Сити (Юта, США)**

Кузнецов О.Н.,  
Моисева Н.Д., доктор мед. наук, профессор (С.-Петербург)  
WWW-документ опубликован впервые на: [http://www.miroslavie.ru/optimalist/sbor\\_st6.htm](http://www.miroslavie.ru/optimalist/sbor_st6.htm)

### **Психолого-физиологические основы лечения наркомании по методу Г. А. Шичко**

К концу XX века пьянство, табакокурение, употребление наркотиков в "новой России", вставшей на путь рыночной экономики, достигло апогея. Это социальное бедствие, осознанное русским народом, востребовало разнообразную помощь: начиная от официальной (традиционной) наркологии до нетрадиционных, отвергаемых доктриной тоталитарно ограниченного официоза направлений целительства. В разряд нетрадиционной помощи наряду с не поддающимися научному анализу методами (лечение помимо воли наркомана или алкоголика воздействием на его фотографию, экстрасенсорное воздействие профессионально некомпетентных в наркологии лиц, в ряде случаев даже лиц психически больных и т.п.) или противоречащими духовным традициям народа способами лечения, попали на первых порах и вполне научно объяснимые, имеющие глубокие народные корни, направления лечения, например, метод "целебного зарока". Несмотря на недоверие к научной обоснованности этого метода, его идея успешно защищалась в серии исследований, в том числе и диссертационных (Григорьев Г. И., Кузнецов О. Н.).

Глубокие научные корни есть и у метода, используемого в "Оптималисте" и являющегося творческим развитием идей замечательного отечественного ученого Г. А. Шичко. Как показала дискуссия на Втором антиалкогольном съезде "Россия: трезвый путь" (20-23 октября 1995 г.), идеи Шичко вполне понятны и близки широкому кругу прогрессивно настроенных наркологов, озабоченных волной наступающего одурманивания народа. На съезде же выявились причины, почему такой прагматически эффективный метод встречает настороженное, а иногда и прямо недоброжелательное отношение у определенных групп наркологов. Как правило, оно объясняется или отсутствием медицинского ядра в обществе «Оптималист» или якобы вторичностью, заимствованностью (отсутствием оригинальности) метода. Оба эти обвинения несостоятельны и являются заблуждением вследствие недостаточной информированности критиков о существовании метода. В данном сообщении мы поставили задачей объяснить психолого-физиологические основы метода, подчеркнув его самобытность и оригинальность, и одновременно открыть для читателя внутренние связи его с психологией, педагогикой и медициной.

Становится все более очевидным, что проблема здоровья, как соматического, так тем более психологического, выходит за рамки медицины, вплотную касаясь педагогики, воспитания мировоззрения человека. Причем связывает педагогику и медицину психология. Согласно валеологии, науке о здоровье, развиваемой В. П. Петленко, учитель, врач и священник как «три великих наставника определяют телесное и духовное здоровье человека». Это полностью относится к проблемам пьянства, табакокурения и употребления наркотиков. Для Г. А. Шичко пьяница - прежде всего жертва современного разложившегося общества. Сам он исходно не виноват, его запрограммировали с детства, приучили, вынудили. Он поддался давлению общества и окружения, дурным примерам, рекламе, пропагандирующей яд всеми средствами массовой информации.

Г. А. Шичко шел к своему методу сложным, уникальным путем. Участвуя в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг. в качестве командира и политработника, он убедился в значении проникновенного слова старшего для перестройки мировоззрения личности, создания необходимых для участника боя отношений и установки личности. Это снимало страх, вселяло уверенность в победе, создавало из новобранца — солдата, защитника Родины, интернационалиста, верящего в правоту своей миссии и свои силы. Как командир, имеющий философское, а, следовательно, в какой-то степени, психологическое образование, он увидел, наблюдая за военнослужащими, за которых он отвечал, как эта традиция, возникшая в ходе войны и всячески поддерживаемая средствами массовой информации, стала приносить страшные плоды. Воспеваемые в песнях и стихах военного времени водка и спирт нередко превращали человека в бешеного, неуправляемого зверя. Это стало особенно заметно в конце войны и первые послевоенные годы. (Так, один из нас — О. Н. Кузнецов — в 1949 г. вместе с другими товарищами был призван в кадры вооруженных сил из клинической ординатуры по закрытой директиве замены спившихся офицеров в частях Дальнего Востока, противостоящих американской экспансии в Корею).

После войны Г. А. Шичко, обогащенный опытом военных лет, осознавший пагубность массовой тяги к вину, попадает в сложный по социально-психологическому микроклимату, но богатый глубоко мыслящими физиологами школы И. П. Павлова Институт экспериментальной медицины в Ленинграде. Здесь, совмещая партийную работу с научно-исследовательской, он работает под руководством таких выдающихся ученых, как П. С. Купалов и Д. А. Бирюков. С помощью Купалова он входит в проблему экспериментальных неврозов, у Бирюкова получает наиболее современные, близкие к передовой психологии представления о соотношении сигнальных систем отражения действительности. Дополнив с их помощью недостаточные до этого фундаментальные знания по физиологии высшей нервной деятельности, он отличается от биологически ориентированных учеников второго поколения павловской школы, врачей по образованию, глубоким пониманием психологии за счет университетского образования и военного опыта работы с людьми. Поэтому материалы выполненной им в 1956 г. кандидатской диссертации «К вопросу о высшей нервной деятельности взрослого человека» публикуются не только в изданиях физиологического профиля, но и в журнале «Вопросы психологии».

В 1969 г. выходит его фундаментальная монография «Вторая сигнальная система и её физиологические механизмы», где помимо богатого экспериментального материала восхищает эрудиция автора, глубина самостоятельной мысли и следование наиболее перспективным направлениям как отечественной, так и мировой науки. Ведь его мысли «Человек является самым сложным и трудным объектом научного познания. Как объект физиологического изучения он... позволяет получать многие важные и интересные данные, которые недоступны исследователю, занимающемуся нервной деятельностью животных...» (с. 3), с которых начинается книга, очень близки идеям классика отечественной психологии Б. Г. Ананьева, изложенным в его фундаментальном труде «Человек как предмет познания». Вместе с тем, Г. А. Шичко идет по пути тех, кто наполнял павловское понятие «вторая сигнальная система» конкретным научным содержанием.

Поражает, что оканчивается эта казалось бы сугубо теоретическая книга провидческими замечаниями, прямо относящимися к методу, носящему его имя и оказавшимся основой деятельности общества «Оптималист» в преддверии XXI века: «... Слово может быть использовано и для выработки у человека, особенно у ребенка, психоиммунитета, т.е. отрицательной настройки по отношению к раздражителям, применение которых приводит к появлению вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания), а также по отношению к аморальным поступкам, к вере в сверхъестественное и т.п. Вопрос о возможностях и приемах использования в интересах практики целенаправленных воздействий на вторую сигнальную систему является большим и чрезвычайно важным вопросом". Он... находится на стыке многих наук: физиологии, психиатрии, педагогики и некоторых других. Серьезная и проводимая в широком плане его экспериментальная разработка может существенно повысить эффект лечебных и воспитательных мероприятий... С его успешным разрешением... может справиться специальная наука; задачей которой должны быть синтез знаний, накопленный клиникой, школой, физиологией, психиатрией, педагогикой и социологией, и использование их для организации целенаправленного изучения различных воздействий на человека, вскрытие механизма и изыскание

наиболее аффективных форм этих воздействий и внедрение их в практику лечебных и воспитательных учреждений. Эта наука... уже стоит у двери жизни и, можно думать, в ближайшее время... активно включится в борьбу за человека, за его физическое и нравственное здоровье» (с. 212). Наука эта через деятельность общества «Оптималист» и другие эффективные методы современной психотерапии завоевывает все больше сторонников, находит широкого потребителя в обществе рыночных отношений России XX века. Назовем мы её «психопластикой» или «психопластикологией», как предлагал Г. А. Шичко, или кто-нибудь предложит более емкое и точное её название, но все равно этот замечательный ученый и психотерапевт окажется среди тех, кто разрабатывал ее основы.

Во второй монографии (оставшейся, к сожалению, в черновиках) «Вторая сигнальная система и познавательная деятельность» Г. А. Шичко планировал отразить именно эти вопросы.

Пути борьбы с алкоголизмом в общественном мнении отражаются в виде двух противостоящих социально-психологических идей: абсолютной трезвости населения и «культурного» пьянства. Для вылеченного больного алкоголизмом режим абсолютной трезвости — единственная надежда на спасение. К сожалению, в послевоенном СССР культивировался образ обаятельного пьющего, как противопоставление бюрократизму и бездушию. Если в фильмах Александра «Веселые ребята», «Цирк», «Волга-Волга», «Весна» и близким к ним по обаянию лентах «Сердца четырех», «Музыкальная история», «Антон Иванович сердится» и многих других музыкально-комедийных кинокартинах счастье было вне вина, а пьющие, вроде Керосинова, выглядели нравственными подонками, то у лучших режиссеров комедийных фильмов послевоенного времени опьянение выглядело как бы осуществлением счастья. Вспомним «Карнавальную ночь», «Гусарскую балладу», «О бедном гусаре замолвите слово», блистательную «С легким паром». В этих фильмах сцены опьянения и сами пьяные герои вызывают у нас добрую улыбку. Филиппов и Мягков, Грибов-Шмага в «Без вины виноватых» с присказкой: «Наше место в буфете», так же как обаятельный Паратов в трагическом «Жестоком романсе» (фильме по драме А. Н. Островского «Бесприданница»), знаменитая тройца Вицин, Моргунов, Никулин закрепляли в общественном мнении легенду о пьяном счастье. И нам кажется, что именно показ трезвого счастья и любви в музыкальной комедии Пырьева «Кубанские казаки» сделал из автора оптимистической кинооперетты «мальчика для битья».

Ничто не смогло остановить подъем употребления алкоголя, даже государственный декрет об ограничении употребления спиртного, изданный в последние дни советской власти, только подтолкнул в пропасть прогнивший режим. Зато пришедшая на смену ему популистская демократия сделала спиртное относительно самым дешевым и доступным изделием. И в этом апофеозе «счастливого пьянства» проступает четко аргументированная мысль о возможности и целесообразности трезвого образа жизни, который должен воспитываться с детства. Трезвый образ жизни противопоставляется не только пьянству, но и «культурному употреблению» алкоголя. В заделах Шичко и в продолжении его исследований обществом «Оптималист» есть интересные психолингвистические наблюдения. Оказывается, современные дети ассоциируют праздник с алкоголизацией, проявляя уже в дошкольном возрасте большую осведомленность в ассортименте спиртного, начиная от шампанского до самогона включительно. В обществе «Оптималист» сознательно не пользуются термином «спиртные напитки», так как питательного для человека в них нет. Термин «зелье», употребляемый вместо этого, подчеркивает ядовитость, опасность рекламируемых веществ. Такое внимание к слову, его формирующему влиянию на психику, личность, в частности на отношение, установку на трезвость выделяет метод Г. А. Шичко прежде всего как психолингвистический.

Работы Д. А. Бирюкова, наиболее близко и глубоко раскрывшего психологические характеристики второй сигнальной системы по И. П. Павлову и тем самым с биологической стороны подошедшего к пониманию структуры слова в культуре, с одной стороны, и труды великого психолога из филологов Л. С. Выготского и его школы, дали Шичко и «Оптималисту» могучее орудие по воспитанию человека в режиме трезвости, отбросив алкоголь, табак и наркотики как вредные, неприемлемые в цивилизованном обществе привычки. «Оптималистом» был восстановлен в ротопринтном варианте дореволюционный учебник трезвости. Все пять книг о телеологии для 7-11 классов средней школы «пронизаны борьбой за здоровый образ жизни, за трезвость». По Л. С. Выготскому, Д. А. Бирюкову и

Г. А. Шичко значение, смысл детских слов (и не только детских, но и взрослых) в течение жизни меняется и развивается. Процессы, приводящие впоследствии к образованию понятий, уходят своими корнями глубоко в детство, но только в переходном возрасте вызывают, складываются и развиваются те интеллектуальные функции, которые в своеобразном сочетании составляют основу процесса образования понятий. Причем аффективно-волевая стадия развития словообразования сменяется активным овладением символикой слова.

В отличие от своих предшественников В. Штерна, К. Бюлера, Е. Меймана, Э. Иенша, Л. С. Выготский показал, как первичная индикативная функция слова, указывающая на отдельные признаки предмета, у детей переходит в сигнативную, когда слово достигает уровня житейского понятия: «... Это отнесение слова к известным признакам мы можем изучать... наблюдая, как воспринимаемое, выделяясь и синтезируясь, становится смыслом, значением слова, становится понятием, затем — как эти понятия расширяются и переносятся на другие конкретные ситуации и как они осознаются. Образование понятия возникает всякий раз в процессе решения какой-нибудь задачи перед мышлением...» (т. 2, с. 182).

Важно, что его исследования раскрыли: «... Значения слов развиваются. Открытие изменения значения слов в их развитии есть то новое и существенное, что... позволяет впервые окончательно преодолеть лежавший в основе прежних учений о мышлении и речи постулат о константности и неизменности значения слов» (Там же, с. 297-298).

Применяя эти теоретические положения к фактам, наблюдавшимся учениками и последователями Г. А. Шичко в детском саду, можно отметить ряд моментов, показывающих опасность концепции «культурного» пьянства для подрастающего поколения. Слово «праздник» естественно для каждого ребенка ассоциируется с радостью (причем радостью, заимствованной из общения со взрослыми, т.е. взятой из окружающей их культуры). Поразительно и страшно, что дошколята при игре в праздник разыскивали среди игрушек предметы, похожие на бутылки и стаканы, называли их «сампонское» или «самагон», чокались стаканами как взрослые. Вот какой опыт ассоциируется с праздником в наше время у тех, кто еще только готовится к школе! При этом не секрет, что дети присутствуют не только на взрослых праздниках с пьянкой, но и их собственные праздники, дни рождения, нередко оказываются поводом для легальных пьянок взрослых родственников и близких.

В противоположность этому вспоминаются собственные праздничные ассоциации нашего предвоенного детства. День рождения — это гости, дети-сверстники, как друзья из класса, так и те, кто приезжал из дальних районов города, чай с бутербродами с сыром и вареной колбасой, конфеты, театрализованные шарады и другие игры, требующие воображения и дающие возможность проявить выдумку и индивидуальность, нарядные платица девочек и, конечно, подарки - настольные игры и книги. Праздник, в котором дети предоставлены общению друг с другом, а взрослые незаметно помогают в этом, даря им радость. И уже простые домашние вечерние праздники. Мама за пианино, папа поет мягким лирическим баритоном «Рассвет» Леонкавалло, арии князя Игоря из одноименной оперы и Жермона из «Травиаты», матовые электрические свечи отражают ноты и так уютно и тепло на этом маленьком празднике для троих!

А сколько было доступных зрелищных праздников для детей! Два ТЮЗа в Ленинграде, Кировский (Мариинский), Малый оперный и Пушкинский (Александровский) театры с дневными спектаклями, летние гастроли московских детских театров в саду Дворца пионеров дарили радость детям в былые времена. Причем именно театр, спектакль, а не буфет и тем более выпивка в нем, составляли детскую радость в театре, которая предчувствовалась до посещения и переживалась после него. Да и сам Дворец пионеров, расположенный в красивейшем здании города, таил так много интересного. Залы, полные увлекательных разнообразных игр. Комнаты, украшенные фресками палехских художников на сюжеты сказок Пушкина и Горького... Кто-то из детей попадал в кинозал, а кто-то и на концерт, причем на концерт, в котором можно было увидеть в качестве конферансье молодого Аркадия Райкина. И на всю жизнь запомнился рассказ о том, как вор забрался в квартиру и, встретившись с ручным медведем, сам позвонил по телефону в милицию... А разве можно забыть концерты-

монографии, посвященные Пушкину и Лермонтову, где среди исполнителей были артисты такого ранга, как великая Уланова!

Помнятся и общие революционные праздники: 1 мая и 7 ноября — это оживление на улицах, воздушные шары, веселая музыка из репродукторов, бумажные раскидайчики и цветы, люди на демонстрацию с песнями и плакатами. Пасха и Рождество, торжественные службы в немногих оставшихся открытыми церквях города. Творожная пасха и крашеные яйца, и елка со свечками. И какая была радость, когда елка вновь стала официально одобренным символом Нового Года, и распущенных на зимние каникулы учеников приглашали на первую общую елку! А пионерские сборы, костры — все это нередко превращалось в настоящие праздники, запоминавшиеся иногда на всю жизнь. Радостно было стать подписчиком детской газеты, журнала «Костер», в котором печатались увлекательные «Два капитана». А последний перед войной праздник, устроенный энтузиастами во Дворце пионеров, детская экспедиция по изучению Ленинграда, целью которой было создание первого пионерского музея в городе — как много радости подарила она её юным участникам! А прекрасный сюрприз — юбилей старейшей учительницы младших классов Е. А. Угринович в театральном зале Юсуповского дворца, вместе с поистине праздничными и оптимистическими спектаклями "Дворянское гнездо" в Пушкинском театре и «Двадцать лет спустя» в Новом ТЮЗе перед самой войной!

Воспоминание об этом помогло нам достойно выдержать все испытания. И все эти многочисленные памятные праздники проходили без вина, в трезвой радости, хотя неожиданные аресты у знакомых, очереди за продуктами заставляли тогда задумываться и детей — все ли в жизни так благополучно, как бывает на праздниках. Но стремление к трезвой радости праздника, где вино мешает ее полноте, а пьяные выглядят инородными телами, закрепило у тех, чье детство проходило в семьях с трезвым образом жизни, недоверие по отношению к пьяным и к водке. Это отношение представителей нашего поколения хорошо отразил в романе «Бессонница» писатель-фронтовик А. А. Крон. Он "психологически точно и тонко отметил, что водка мешает ему работать и он не становится от нее ни веселее, ни искреннее. Он справедливо замечал: «... Пьяный не лишен соображения, часто он и пьет затем, чтобы ему стало дозволено то, что не положено трезвому. В силу не вполне понятных мне причин пьяные пользуются у нас некоторыми льготами и умело их используют, бестактность принимается за откровенность...» (т. 2, с. 69-70).

Можно подумать, что соображения о радости трезвых праздников относятся только к столицам, городам такого масштаба, каким был в наше время Ленинград. Но достаточно обратиться к педагогическому опыту А. С. Макаренко, чтобы убедиться: такие чистые праздники имели самые обездоленные дети в колониях для беспризорных. Это и культпоход на кинофильмы «Чапаев», и окончание работ, и прием новеньких. И для воспитанников Макаренко праздник всегда являлся общей трезвой радостью, как бы он не назывался. Хочется вспомнить строки из его письма к А. М. Горькому: «Наш день — это строгий до минуты трудовой комплекс. Но почему-то он у нас всегда проходит со смехом и шутками. Особенно оживляемся мы в дни великих праздников. Между ними мы имеем наши собственные праздники. День первого снопа, когда мы первый раз выезжаем в поле с жнейками, и День первого хлеба, когда выпекается первый хлеб из собственного зерна. На эти праздники к нам приезжает много гостей из села, Полтавы и Харькова. Зато 26 марта в день Вашего рождения, мы не приглашаем никого. Нам всем это страшно нравится. Колония вся украшается флагами и зеленью (сосны у нас свои). В столовой белоснежные скатерти. Все в праздничных костюмах, но ни одного чужого человека. Ровно в 12 часов к Вашему портрету торжественно выносятся знамя, и вся колония до единого человека усаживается за столы. Всегда в этот день у нас печется именинный пирог. Произносятся короткие, но горячие душевные речи. В этот день мы ежегодно повторяем: «Пусть каждый колонист докажет, что он достоин носить имя Горького». Обед заканчивается множеством сладостей - это единственный день, когда мы позволяем себе некоторую роскошь. Знамя у Вашего портрета стоит до вечера, и возле него меняется почетный караул из воспитанников и воспитателей. На меня, как заведующего, возложена особая честь -нести караул последнему. Вот и все. Наши хлопцы, если припоминают что-нибудь, то обыкновенно говорят: «Это было до именин или после именин». Вечером в театре мы все эти 4 года ставим «На дне». Говорят, что хорошо выходит. Пьесу мы знаем почти на память" (т. 7, с. 316-317).

Следует заметить, что в педагогике Макаренко, благодаря реальному проведению коллективистских принципов, отсутствию привилегий и личной одинаковой требовательности не только по отношению к колонистам, но и к воспитателям, включая самого заведующего, понятия социализма и коммунизма у воспитанников были содержательны и близки к идеальным. Получение личной радости шло только через коллектив и достигалось в совместном творческом труде. Поэтому полностью исключалось развитие лицемерного расхождения между словом и делом, которое разъело мораль советского общества и привело к его краху. Уже в 1966 г. на XVIII Международном конгрессе в Москве в докладах по совместному американско-советскому эксперименту детских психологов, проведенному в школах обеих стран, на наш взгляд, проявились лицемерие наших школьников, которое очевидно и объясняло разницу в полученных результатах. Американские школьники, разрешая в ситуационных задачах противоречия между взрослыми и детьми, защищали интересы сверстников, тогда как наши дети решали их на словах в пользу требований взрослых. Трезвые праздники радости, являющиеся основным воспоминанием детства, предохраняли, защищали от зеленого змия и в послевоенное пьяное время. Для тех же, у кого этих праздников в детстве не было, или последующая тягостная и несправедливая, лицемерная жизнь затмила воспоминание радости ранних лет, «культурное» пьянство оказалось единственным источником радости, к которой они невольно приобщали своих сыновей и дочерей. Причем, если беспробудное патологическое пьянство, алкоголизм родителей иногда еще могли оттолкнуть детские души, то «культурное» пьянство действовало намного коварнее — медленно, но верно приучая их к пьяной радости, как единственно достойной и достижимой цели.

Рассматривая вопрос о значении цели в жизни, великий русский педагог К. Д. Ушинский указывает, что единственным исключением из врожденных стремлений избегать страданий является стремление к деятельности. Неудовлетворяемое, оно мучает человека, но удовлетворяемое не дает чувственного наслаждения. "Оно дает только сознательную психическую или психо-физическую деятельность, которая в какие-то моменты может сопровождаться приятными или неприятными чувствованиями". В минуту ненапряженной деятельности нет ни страданий, ни наслаждений, а есть только деятельность. И на лице — только спокойствие, серьезное выражение деятельности. «Вот это-то душевное состояние и есть нормальное состояние человека, и то душевное состояние, которое не зависит от наслаждений и не подчиняется стремлению к ним». Человек принимается за труд зачем-то и почему-то, достижения наслаждения -избавления от мучений, «но, трудясь, он не чувствует ни того, ни другого, так что труд сам по себе... удовлетворяет потребности души человеческой» (с. 297). И далее: «Для человека важно иметь цель жизни независимо от содержания этой цели и даже её достижения, ибо цель или задача жизни есть только другая форма для достижения того же понятия — труда жизни.. «Цель в жизни является сердцевинной человеческого достоинства и человеческого счастья. И чем быстрее и полнее вы будете удовлетворять стремления человека к наслаждениям, отняв у него цель в жизни, тем несчастнее и ничтожнее вы его делаете» (с. 300). Если нет цели, которую он преследует из любви к делу, которое он делает, то вся его деятельность — "гнаться за наслаждениями, стараясь увильнуть от страдания, — и как раз настолько лишиться наслаждения, насколько будет избегать страдания, т.е. попадает на фальшивую дорогу в жизни — фальшивую не по каким-то высшим философским и нравственным принципам, а именно потому, что она ведет человека не туда, куда он сам же хочет идти» (с. 302).

Для тех, кому алкоголь, наркотики и табак стали единственными источниками радости, кто потерял интерес к труду, переход к трезвому образу жизни представляется нереальным, неосуществимым и в какой-то степени бесцельным. Все, что составляет радость трезвого человека, для него представляется бессмысленным, надуманным, а их воля в неоднократных попытках избавления традиционными методами наркологии оказывается несостоятельной. Не только психологически, но и физиологически такой человек, по терминологии академика Н. П. Бехтеревой, находится в "устойчивом патологическом состоянии". Под этим термином понимается уровень регуляции физиологических функций, который, не являясь нормальным, обеспечивает, однако, существование в сложившихся конкретных условиях. Возвращение же на физиологически (и мы бы прибавили — психологически) оправданный уровень регуляции возможно, по концепции Бехтеревой, только через фазу дестабилизации, когда сформированный патологический стереотип больше не удовлетворяет нужды организма.

Весь комплекс занятий по методу Г. А. Шичко, на наш взгляд, не только полноценно обеспечивает фазу дестабилизации патологического стереотипа, но элементы, составляющие необходимую базу для формирования принципиально нового трезвого образа жизни, оптимально реструктурируют личность и организм человека, прошедшего их полный десятисуточный цикл. Понятия трезвости, зелья, трезвых праздников и радости, усваиваются как во время бесед с руководителем, так и путем ежедневного писания дневников под копирку. Таким образом, понятия, точно следуя педагогическому опыту и его теоретическому обоснованию, отрабатываются как на групповых занятиях с руководителем, выступающим в качестве педагога, так и индивидуально дома. Слово, услышанное, прочитанное и самим написанное наиболее полноценно и содержательно входит в мировоззрение человека, прошедшего комплекс занятий, вытесняя накопленные с детства предрассудки "культурного" пьянства. Еще во времена воинствующего атеизма Г.А.Шичко смело и проницательно использовал опыт религиозных сектантов, но создавая преимущественно нейтральную к религии систему доказательств, отказался от собственно теологической аргументации. Однако его последователи из общества "Оптималист", на наш взгляд, оправданно, пользуясь предоставленными настоящим временем возможностями, обращаются для укрепления нравственной позиции личности к понятию Бога.

Следует специально подчеркнуть, что четкое соблюдение режима и отдельных процедур, рекомендуемых руководителями ( в том числе обливание холодной водой по Порфирию Иванову, хождение босиком по снегу или земле, физические упражнения очищение кишечника клизмами, "чистка печени" с помощью специального набора препаратов растительного происхождения, "раздельное рациональное питание" и т.п.) помимо несомненно гигиенически-оздоровительного эффекта укрепляют волю и, что еще более важно, формируют само понятие "воля" с укреплением веры в возможность преодолеть свое болезненно пристрастие. Причем важно, что воля формируется по отношению к тем процедурам, которые вначале непривычны и трудны для любого впервые приступившего к ним человека, а не направлена сразу на преодоление своего порока. Этот прием с успехом применяется Г.И. Григорьевым в методе целебного зарока и модифицированного метода А. Р. Довженко, когда ежедневное, в том числе и зимнее, купание рекомендуется как воспитание воли. Избавленный методом Шичко человек ищет и находит, действительные общественно-ценные цели. Нередко он становится активным пропагандистом метода, профессионалом-инструктором, учащим на своем горьком и светлом опыте тех, кто еще не выбрался из оков пьянства и наркомании. Это вполне естественно, так как преимущественно педагогически-воспитательный тип метода требует собственного опыта выхода из ситуации привычного пьянства. Он, благодаря искренней вере в эффективность метода, делает аргументы руководителя убедительными для занимающихся, как это бывает в организациях анонимных алкоголиков. Вылеченный помогает другим.

Таким образом, современный вариант метода Г.А.Шичко является вполне оригинальным, сформированным способом переориентации личности людей с непреодолимыми вредными привычками и влечениями, в основе которого лежат психолингвистические закономерности образования понятий. Как это бывает с любым научно-обоснованным методом воздействия на личность, он имеет точки соприкосновения с другими методами, опирающимися на другие психологические структуры. Мы уже упоминали методы общества анонимных алкоголиков и целебного зарока. Метод Шичко, основанный на слове, как части речи, несомненно перекликается с реконструктивной личностью, ориентированной психотерапией, вытекающей из теории отношений личности В. Н. Мясищева. Это и понятно, так как избирательные связи, являющиеся синтезом сенсорно-перцептивного, понятийного, эмоционального и волевого отражения действительности, включают понятие как один из важнейших элементов. Однако все перечисленные взаимосвязи метода Шичко не перечеркивают его самобытности, а его открытость позволяет его разработчикам удачно совмещать его с другими видами психологического воздействия и дополнять, совершенствовать его с учетом ситуации времени и особенностей заново возникающих влечений. Так например, в «Американском руководстве по клинической психиатрии» выделяется нозологически как особое психическое расстройство «патологическая игра», требующая психотерапевтического воздействия. Судя по ажиотажу среди молодежи, мы можем ожидать и в нашей стране вспышки игромании на азартные и компьютерные игры, существенно влияющей на психическое здоровье. И, по всей вероятности, метод Г. А. Шичко найдет и здесь свое применение.