

Какунина Е. А.

## Опыт организации клубов трезвости «Оптималист» в Забайкальском крае

**Актуальность исследуемой проблемы.** С конца 80-х в России на фоне небывалого роста алкоголизации населения, более 10 литров чистого спирта на душу населения в год, активно стало развиваться трезвенническое движение. Под влиянием общественности началась и правительственная антиалкогольная кампания 1985 – 1988 годов. Энтузиастами, в число которых входили, как ученые, так и простые рабочие, были созданы десятки и сотни трезвеннических объединений. Наиболее эффективными по своей форме и результатам деятельности стали клубы «Оптималист», которые были открыты почти в каждом регионе. В декабре 1988 года состоялся I Учредительный съезд «Оптималиста», а к середине 2000-х годов таких клубов было уже около 400.

**Материалы и методика исследования.** *Материалами* исследования являются отчеты Краснокаменского и Приаргунского клубов трезвости «Оптималист», основными целями которых является не только избавление от табачной и алкогольной зависимостей, но и приобщение к трезвому здоровому досугу, просветительская деятельность в образовательных организациях и средствах массовой информации. *Методы исследования:* наблюдение, интервью, анализ анкет и дневников слушателей, обобщение передового опыта.

**Результаты исследования и их обсуждение.** За основу своей работы руководители клубов «Оптималист» взяли психолого-педагогический метод русского ученого Геннадия Андреевича Шичко. Сам автор называл его гортоновическим, речевым, так как основным способом воздействия на слушателей было слово.

Система работы в клубе предполагала не только десятидневный курс избавления от алкогольной и табачной зависимостей, но и дальнейшее общение в рамках клубной деятельности: обязательные встречи раз в неделю и участие в проведении совместных мероприятий. Человек отказавшись от пагубной привычки, приводил в клуб всю свою семью.

Надо отметить, что одним из обязательных условий прохождения курса, согласно методу, является присутствие близкого родственника (созависимого). Как правило, жены приводят своих мужей и вместе с ними проходят курс обучения. Решая проблему мужа, женщины тоже отрезвляются.

Опыт данной деятельности уникален и помог сотням и тысячам семей восстановить трезвость, а вместе с ней и благополучие семьи. Дети в таких семьях росли уже с трезвенническими установками. На общей волне пропаганды трезвости, многим клубам местные власти на безвозмездной основе давали помещения. Помимо задач, которые семья в рамках клуба решала для себя, многие из членов отрезвившихся семей занимали активную жизненную позицию и начинали заниматься социально значимой общественной деятельностью.

Ярким примером является деятельность клуба «Оптималист» г. Краснокаменска Забайкальского края. Клуб был основан в 1993 году. Вначале задачей клуба было только отрезвление людей через курсы. Решив свои алкогольные или табачные проблемы, одни уходили из клуба, другие оставались на долгие годы. Но и те, кто покинул клуб 15-20 лет тому назад, всегда вспоминают его с благодарностью и рассказывают о положительных изменениях в их жизни.

Первым руководителем и основателем клуба «Оптималист» в Краснокаменске стала автор данной статьи. На курсы постоянно приходили новые слушатели. Сначала занятия проходили в помещении школы №3, затем в дворовом клубе при 4-й школе. Потом была куплена 2-х комнатная квартира на семейные средства и помощь соратника из Череповца Игоря Николаевича Афонина, так появилось своё помещение для клуба. Встречи в клубе

проходили регулярно, по понедельникам. Для слушателей, прошедших курсы, очень важно встречаться с соратниками, тоже прошедшими курсы, чтобы укрепиться в правильности выбранного пути. Вместе трезво отмечали дни рождения, Новый год и другие праздники. В подготовке к каждому мероприятию принимали участие все члены клуба. Присутствующие на праздниках дети получали урок того, как можно интересно и весело проводить праздники без алкоголя. Основной задачей работы клуба было формирование трезвенных убеждений. На каждой встрече анализировались дневники соратников, знакомились с новой информацией по алкогольно-табачной проблеме. Неотъемлемой частью данного процесса было знакомство с деятельностью других клубов, трезвенническим движением в России в целом. Основными источниками информации служили газеты, выпускаемые трезвенниками: «Оптималист», «Соратник», «Трезвение», «Подспорье». Большинство членов клуба подписывалось на эти газеты, для тех, кто решил проводить просветительскую работу среди населения, данные печатные издания стали незаменимым методическим пособием. Постепенно на базе клуба появилось несколько лекторов, которые стали проводить активную работу в педагогическом колледже, городском профессиональном техническом училище, а также в общеобразовательных школах города Краснокаменска и посёлка Приаргунск. Наиболее ярко проявили себя: В.А. Кузнецов, Н.В. Кузнецов, И.М. Авдеева, Ю.П. Стрекалов, В.Н. Сапунова, Н.А. Куржумова. Обязательным направлением работы стало проведение просветительских семинаров для администраций школ и психолого-педагогических коллективов. В Приаргунском районе для педагогов школ был проведен обучающий курс по методу Г.А. Шичко. Курсы по методу Г.А. Шичко регулярно проводились и для нуждающихся жителей района. Кропотливая работа принесла свои плоды, и в посёлке Приаргунск также был создан клуб «Оптималист». С целью обмена опытом проводились совместные встречи соратников Краснокаменска и Приаргунска, вместе праздновали юбилеи клубов, готовили совместные программы, концерты и просто чаепития. Отмечали знаменательные даты членов коллектива, и одним из таких событий стала золотая свадьба четы Какуниных. Силами соратников Краснокаменского клуба на берегу водохранилища была построена баня, здесь парились и купались в водохранилище по воскресеньям зимой и летом, приглашали приаргунцев.

И в Краснокаменске, и в Приаргунске работе клубов оказывалась поддержка со стороны глав районов и членов администраций. Материалы о работе клуба, о проблемах пьянства, табакокурения, наркомании, о работе с детьми публиковались в газете «Оптималист», которая выходила как вкладыш в районной газете «Слава труду» тиражом 8-9 тысяч экземпляров 2 раза в месяц. И в Краснокаменске, и в Приаргунске члены клуба часто выступали по радио, на телевидении, в производственных коллективах с пропагандой трезвого здорового образа жизни.

В 2012 году в Читинском издательстве в соавторстве Е.А. Какуниной и Т.В. Жаворонок вышла книга «Здоровье и счастье – в твоих руках!» – учебное пособие для учащихся, педагогов и родителей. Это – обобщение многолетнего опыта работы с учащимися и педагогами школ Краснокаменского и Приаргунского районов. Книга написана в помощь тем, кто хочет знать правду о наркотиках и нести эту правду окружающим, кто хочет строить свою жизнь умно и счастливо, без одурманивания наркотиками. В книге даются рекомендации о том, как укрепить своё здоровье, найти настоящих друзей. Её можно читать в семье, с друзьями, использовать на классных часах, в летнем лагере.

Опыт показал, что ведение уроков культуры здоровья в школах – это важная и эффективная профилактика табакокурения и алкоголизации среди подростков. Усвоив научные знания о легальных и нелегальных наркотиках, дети отказываются травиться сами несут эту правду домой, родным. В Краснокаменской школе № 4, в классах, где уроки трезвости и беседы проходили систематически, на выпускном вечере никто не пригубил шампанского и не закурил.

Яркой страницей клуба стало шефство над Детским домом. Члены клуба и детдомовцы вместе проводили беседы, праздники, купались в проруби. Проблема социального сиротства, то

есть детей-сирот при живых родителях очень актуальна. В России 654 000 детей-сирот, из них 84% сирот при живых родителях. Причинами отказа от детей и помещения их в государственные учреждения являются: неполная семья, недостаточная материальная обеспеченность и плохие жилищные условия, алкоголизм матери или обоих родителей. Лишь небольшая часть детей была оставлена родителями из-за нарушения у новорожденного того или иного физического дефекта, с диагнозом ДЦП [3].

Последствия социального сиротства очень тяжелы для детей: глубокие и часто необратимые воздействия на здоровье и психику, приобретенные еще до официальной констатации потери семьи; аномальное внутриутробное развитие в процессе нежелательной беременности; отрицательный социальный опыт в период раннего и дошкольного детства [2]. Положительной динамикой является рост числа усыновленных детей или тех, которые воспитываются по модели семейного воспитания. Значительный процент социальных-сирот, это дети, чьи родители лишены родительских прав по причине наркотизации или алкоголизации. Дети, изъятые из таких семей, имеют сильнейшую программу на употребление одурманивающих веществ, за время совместного проживания они уже впитали модель зависимого поведения. Проживая в детских домах и не имея положительного примера трезвого семейного воспитания, большинство детей обречены на повторение ошибок своих родителей: 40% детей становятся преступниками, 40% – наркоманами, 10% – заканчивают жизнь самоубийством и лишь 10% – способны к полноценной самостоятельной жизни [1].

Без помощи общественности и в частности, трезвеннических общественных организаций, государственная система, очевидно, не в состоянии справиться с данной проблемой. Одной из форм профилактической работы с детьми в детских домах может стать трезвенное просвещение. Особенно эффективно можно проводить курсы по методу Г.А. Шичко с написанием дневников, ведь здесь дети не разбегаются по домам, а остаются в одном здании. Это – также прекрасная возможность для проведения «огоньков», которые помогают создать атмосферу тепла и дружеского участия. В 1998 году в г. Краснокаменске Читинской области был открыт областной детский дом. Дети поступили из районов области, всего около 80 подростков разных возрастов. Самой страшной бедой в то время была зависимость подростков от токсических веществ. Многие курили, употребляли алкогольные изделия. Детский психоневролог, зная о работе Краснокаменского клуба «Оптималист», обратилась с просьбой по оказанию помощи этим детям. Занятия, беседы проводились систематически. О пагубном влиянии на семью пьянства родителей дети знали не понаслышке, ведь поэтому многие и попали в детдом. Дети с интересом узнавали правду об алкогольных изделиях и табаке и их отрицательном воздействии на детский организм и будущее потомство. Удалось поработать и с воспитателями (В.А. Барановой и др.) и другими сотрудниками детского дома, которые стали поддерживать идеи о трезвом, здоровом образе жизни и помогать деятельности клуба. Курящего директора В.В. Данилова убедили отказаться от табака, и он стал достойным примером, пропагандируя некурение и поддерживая оптималистов. Помимо просветительской деятельности, проводилась работа, направленная на укрепление здоровья, в частности, закаливание холодной водой, обливания на улице в любое время года. Совместно с активистами клуба и психолого-педагогическим коллективом детского дома была разработана программа «Поколение будущего» и выигран областной грант на ее реализацию. Члены клуба «Оптималист» были участниками трезвенных слётов на озере Тургойк в Челябинской области и на озере Байкал, и всегда брали с собой воспитанников из детского дома, где ребята, знакомились с подростками из других регионов, слушали семинары ведущих специалистов по вопросам трезвости. И это одна из самых замечательных страниц из жизни Краснокаменского клуба «Оптималист».

В начале 2000-х годов тенденции в обществе изменились. К трезвости люди стали меньше стремиться. Привыкли к навязанной рекламе алкоголя, к разнообразию бутылок на прилавках. В клуб за помощью стало приходить меньше людей. Поэтому клуб стал менять направления своей деятельности. Преобладающими формами работы сегодня являются

выступления в средствах массовой информации: на местном радио, телевидении, выпуск листка трезвости «Вестник Оптималиста» в районной газете «Слава труду», в газетах «Горняк Приаргунья», «Забайкальский Рабочий», «Земля», «Вечорка», «Квант»; создан сайт «Трезвое Забайкалье». В настоящее время клубом руководит Н.А. Куржумова. Несмотря на все трудности, клуб работает и людям есть куда обратиться за помощью.

### **Резюме.**

Таким образом, почти за четверть века, благодаря психолого-педагогическим курсам по методу Г.А. Шичко, сотни и тысячи людей в Забайкалье выбрали трезвый здоровый образ жизни для себя, своих детей и внуков. Это благое и важное дело достойно продолжения. И, как показывает опыт Забайкальских клубов «Оптималист», метод Г.А. Шичко в умелых руках неравнодушных людей – мощная сила.

### **Список литературы:**

1. Барябина Е.Н. Проблемы социализации выпускников детских домов и интернатов // Социальное неравенство и образование: проблемы, исследования, действия. – Саратов, 2011.
2. Зарецкий В.К., Дубровская М.О., Ослон В.Н., Холмогорова А.Б. Пути решения проблем сиротства в России. М.: ООО «Вопросы психологии», 2012г. - 35с.
3. Иванова Н. П. Воспитание и развитие детей в детском доме. – М., 2010.