

МОЛОДЕЖНАЯ СТРАНИЧКА КОММЕНТ



Главной темой очередной молодежной странички «Коммент» мы выбрали борьбу с наркоманией. К вопросам о ее важнейших мерах – профилактике и реабилитации наркозависимых в молодежной среде – газета «Областная» обращается не первый раз. Особая роль в борьбе с наркоманией принадлежит духовному возрождению. По данным православной церкви, эффект от медицинской реабилитации наркозависимых составляет 0,03%, а после психологической реабилитации от зависимости избавляются около 40% людей. Сегодняшний рассказ корреспондентов «Коммента» – об опыте Ангарской исправительной колонии № 2 и православного центра поселка Марково, где занимаются реабилитацией наркозависимых.

ОПЫТ Ставка на эмоции

В исправительной колонии № 2 Ангарска с 2003 года работает отделение психологической коррекции – единственное в России. Здесь осужденные наркозависимые могут пройти базовый курс реабилитации, рассчитанный на полгода. Сейчас из почти полутора тысяч осужденных, находящихся в исправительном учреждении, в отделении реабилитируются только 26 человек. Все они решились на этот шаг добровольно. Их не привязывают наручниками к батарее, не читают лекций о вреде наркотиков. Главный помощник в борьбе с наркоманией – это анализ эмоций и чувств.

Работа в отделении психологической коррекции ведется по 12-шаговой программе, разработанной еще в 1937 году в США. Программа рассчитана не только на наркотическую, но и алкогольную, пищевую, табачную зависимости. Полугодовой курс состоит из групповых тренингов, трудо- и кинотерапии. Самыми сложными начальники психологической лаборатории ИК-2 Елена Житкевич считает групповые тренинги.

– В групповых заданиях осужденные учатся строить отношения с родственниками, женщинами и жертвами своих преступлений, – рассказывает она. – Так, например, реабилитируемые пишут письма своим жертвам. А потом их анализируют. Ведь многие преступления они совершали, находясь в состоянии наркотического опьянения. Трезвым взглядом человек оценивает свои поступки и начинает их критиковать.

Специалисты называют такой прием эффектом случайного попутчика: человек получает возможность говорить о том, что его волнует. Чтобы начать решать определенную проблему, ее надо проговорить вслух.

28-летний Андрей Елизарьев (фамилия осужденных изменены. – Авт.) пришел в центр, чтобы изменить себя. В ИК-2 он сидит за разбойное нападение на продавщицу мага-

зина. Бывший наркозависимый по собственной инициативе написал и отправил письмо женщинам, на которых он когда-то напал. Признатель, что ответа на свое послание не ждал: – Конечно, они не ответили. Но мне на душе сразу легче стало. Если я когда-нибудь их встречу, то не удивлюсь, если с их стороны последует неадекватная реакция, – заметил Андрей.

Осужденный участвует в программе уже пятый месяц. Честно говорит, что не все в ней нравится. Например, иногда не хочется обливаться холодной водой и заниматься йогой. Но, как признается Андрей, он пересиливает себя и все равно выполняет все предписания, потому что понимает: это нужно, прежде всего, ему самому.

Обливанием и йогой осужденные занимаются не просто так. По словам Елены Житкевич, это нужно для того, чтобы реабилитанты могли выплеснуть адреналин.

– Это своеобразная замена наркотикам. Зависимость ведь все равно существует, просто надо научить человека обходить ее. Для этого и нужны обливание, йога. Плюс мы учим осужденных правильно проводить свободное время, ведь многие не умеют даже этого, – рассказала Елена Житкевич.



Психолог считает, что основными причинами наркомании являются проблемы в семье. Многие из осужденных – из неблагополучных и неполных семей. Один из таких – Дмитрий Калинин. Их со старшим братом мама воспитывала одна, поэтому ей приходилось много работать. Младший сын был предоставлен сам себе. С 11 лет он стал курить, а потом и употреблять наркотики.

– Курить начал, потому что захотелось стать взрослее. А с наркотиками связался, потому что хотелось приблизиться к компании во дворе, которую все боялись и уважали, – сказал Дмитрий. – Мать постоянно на работе, ей надо было тянуть нас с братом. А мне необходимо было внимание. Так я пошел на улицу. А чтобы уличные ребята меня принимали, мне надо было быть похожим на них. Сначала переступил через свой стыд и совесть, чтобы принять их образ жизни, а потом привык.

Дмитрия в отделении называют стажером: он ходит в группу уже третий год. Осужденный уверен, что режим здесь еще строже, чем в лагерном отряде.

– Тут есть определенные требования, которые я должен выполнять. Я это проецирую на жизнь на свободе, где каждый добро-

порядочный гражданин должен выполнять ряд законов, чтобы жить в обществе, социуме. Поначалу правила, установленные в отделении, меня возмущали. Я бунтовал: да чтобы я взял швабру и начал мыть полы?! Вы что тут, уборщица во мне нашли? Это унижало мое достоинство. Теперь смешно это вспоминать. Я выполняю все правила, потому что понимаю: это, прежде всего, помогает мне быть дисциплинированным.

В тюрьме Дмитрий также научился выстраивать отношения с матерью. На психологических занятиях он написал письмо родителям, прочитал его в группе вслух, обсудил. После этого написал уже реальное письмо и отправил маме.

– Потом она приехала на свидание ко мне, и мы многое обсудили, даже то, что мама раньше не знала обо мне, – отметил Дмитрий. – После этого мы стали лучше понимать друг друга.

Дмитрий уверен, что на свободе ему хватит сил вести правильный образ жизни и не поддаваться соблазнам.

Возможно, не всем в отделении удается разобраться со своими мыслями и чувствами. 24-летний Юрий Сидоров отбывает в ИК-2

наказание за убийство. Осужденный говорит, что пока не думал о том, как будет жить после освобождения. На вопрос, зачем он пришел в отделение психологической коррекции, тоже пока не может ответить. Но Юрий точно знает, что люди должны относиться друг к другу с уважением и добротой. Правда, молодой человек до конца не разобрался, что такое доброта: пока для него это понятие ограничивается заботой о родителях и хорошим отношением к будущей жене и детям.

Говорят, бывших наркоманов не бывает. Практика работы реабилитационного центра в некоторых случаях доказывает обратное. Есть положительные примеры, когда бывшие осужденные на свободе начали новую жизнь: нашли работу, женились, завели детей. Многие из них сейчас приходят в ИК-2 рассказать, как они адаптировались к новой жизни.

– Я думаю, наверно, есть те, кто срывается – всех мы не можем отследить, особенно тех, кто уезжает за пределы Иркутской области. Но среди бывших осужденных, которые живут поближе, есть здоровые ребята, и мы этим довольны, – резюмирует Елена Житкевич.

Рафия Фаттахова
Фото Алексея Головщикова

вера

Успокоить душу и освоить ремесло

Полумонастырский устав православного центра в поселке Марково избавляет от наркозависимости

Профилактика и лечение зависимости – не единственные меры борьбы с наркоманией. Не менее важна социальная реабилитация. Ведь для того чтобы человеку вырваться из порочного круга, ему нужно найти альтернативу в трезвой жизни. В Иркутской области работают центры, которые не только помогают наркозависимому справиться с ломкой и отказаться от наркотиков, но и дают возможность получить востребованную профессию и билет в новую жизнь.

В поселке Марково Иркутского района в душепопечительском православном центре во имя святителя Иннокентия Иркутского для пострадавших от наркомании, алкоголизма и других видов зависимости работает социальная мастерская по ремонту и покраске автомобилей. В ней люди, проходящие реабилитацию, изучают ремесло автослесаря.

Оборудование для мастерской на сумму 500 тыс. рублей было закуплено по результатам областного конкурса проектов реабилитационных центров для наркозависимых. Помещение автомастерской отремонтировали и окончательно оснастили в конце прошлого года. Из Иркутска пригласили опытного автослесаря, который учит всех желающих новому ремеслу. Сейчас на счету нового автосервиса с десятком отремонтированных автомобилей, ведутся работы в покрасочном цехе, уже появились свои постоянные клиенты. Работники говорят, что до мастерской класса «люкс» не хватало еще многого, но несложные работы уже можно выполнять на вполне профессиональном уровне.

– Желающих обучаться в автомастерской довольно много, – рассказал мастер Евгений Чудинов. – Автослесарь – это востребованная специальность, особенно если он умеет делать сложные работы, такие как ремонт двигателя. В городе есть много СТО по мелкому ремонту и замене масел, а настоящих профессионалов не так и много. Сейчас со мной здесь три ученика, и еще есть целая очередь желающих. В среднем, чтобы освоить автослесарное дело и начать работать самостоятельно, нужно месяца три, а многие уже позже приходят с опытом.

Теперь, когда оборудование есть и реабилитанты нашли себе занятие по душе, они начали мечтать о расширении дела. «Вот было бы здорово специальную покрасочную камеру установить, а то пока все вокруг пленкой затянута, но это не совсем по технологии», – показывают свою работу начинающие автомастера.

Небольшое хозяйство центра не ограничивается автомастерской, есть еще и корова, и два теленка, свиньи с поросятами да куры. Старожил центра Дмитрий, в прошлом наркозависимый, а теперь помощник отца Владимира, говорит, что ему здесь очень нравит-



ся работать: «С животными проще, они же не люди, врать не будут. Если любят тебя, то совершенно искренне».

Раньше Дмитрий жил в поселке городского типа, но потом в один момент резко изменил свою жизнь:

– Кололся я довольно долго, восемь лет, причем родители ничего не замечали, девушка была, на работу ходил. Деньги были достаточно, да и проблем не было. Потом с работы уволили, и такая тоска душевная накатила, просто невыносимая. Вот мой друг и привел меня в центр.

Дима живет и работает здесь уже два года. Успел пожить в монастыре на Байкале, выдержать там пост. Он считает, что в жизни очень важно завести семью и детей,

пока что его судьба связана с центром, с помощью людям, оказавшимся в такой же сложной ситуации, в какую попал когда-то он сам.

О своем пути к Богу Дмитрий рассказывает так: – Ну, крещеный я был. Но не то чтобы как то об этом задумывался. Это только кажется, что мы о христианстве много знаем. По сути, наркомания – это ведь болезнь души, а обращение к Богу помогает ее вылечить. Когда я завязал, помололо меня немного, 12 дней не спал, но это не страшно. А ужасная пустота, которая душу изнутри грызет, – вот это реальная проблема.

В центре никто не держит силой, прийти сюда жить или уйти – личное решение каждого. Кто-то живет неделю, кто-то месяц, кто-то год, но это почти что максимум.

– Летом в центре народу немного, потому что тепло и переночевать есть где, а зимовать к нам многие приходят. Сейчас в центре живет 36 человек, и очень хочется верить, что с наркотиками завяжут все, – говорит Дмитрий.

Отец Владимир, рассказывая об успехах работы центра за прошедшие десять лет, отмечает, что среди бывших пациентов есть достаточно успешные люди. К примеру, один мужчина открыл подобный центр в Братске. У него жена, трое детей и он до сих пор поддерживает дружеские отношения с бывшим духовным наставником.

– Бывает и такое, что человек приходит к нам вроде и ненадолго, просто так, без цели избавиться от зависимости, а потом остается, полностью излечивается и начинает жизнь заново, – рассказывает отец Владимир.

В центре все живут по полумонастырскому уставу. Встают в половине седьмо-

го утра, умываются, молятся, завтракают. Несколько раз в день, помимо обычных трапез, собираются на совместный чай – он же и тест на трезвость. Тот, кто снова возвращается к вредной привычке, согласно уставу должен покинуть центр. Но, как говорит отец Владимир, ситуации бывают разные, каждое нарушение рассматривается отдельно.

Остальное время занимают дела религиозные и бытовые, они же послушания. Занятие найдется для каждого: работа на кухне, в коровнике или свинарнике, в автомастерской, швейной мастерской или столовном цехе. Есть у центра и небольшой тренажерный зал. А по выходным к реабилитантам приезжают психологи. Говорят, к ним на прием многие идут охотно и с удовольствием.

Кельи у реабилитантов скромные, обставлены самодельной мебелью. У каждого жильца – своя библия, четки. В плакатах, которые щедро развешены по стенам, есть и доля юмора. Например, «Дежурный! Перед трапезой не забывая про кот! Он наш брат меньший!» или ящик «Для доносов и клеуз». Дмитрий говорит, что в жизни непременно должен быть своя доля позитивных эмоций, вот и сочиняют время от времени забавные объявления.

Центр реабилитации – не мужской монастырь. Сейчас в нем живут четыре женщины. Но, видимо, женская наркомания и алкоголизм существенно отличаются от подобных мужских зависимостей. И отец Владимир говорит, что с женщинами работать сложнее, особый подход нужен. С другой стороны, считается, что среди мужчин наркозависимость более распространена.

В центре никого не держат силой, прийти сюда жить или уйти – личное решение каждого. Кто-то живет неделю, кто-то месяц, кто-то год, но это почти что максимум.

– Летом в центре народу немного, потому что тепло и переночевать есть где, а зимовать к нам многие приходят. Сейчас в центре живет 36 человек, и очень хочется верить, что с наркотиками завяжут все, – говорит Дмитрий.

Отец Владимир, рассказывая об успехах работы центра за прошедшие десять лет, отмечает, что среди бывших пациентов есть достаточно успешные люди. К примеру, один мужчина открыл подобный центр в Братске. У него жена, трое детей и он до сих пор поддерживает дружеские отношения с бывшим духовным наставником.

– Бывает и такое, что человек приходит к нам вроде и ненадолго, просто так, без цели избавиться от зависимости, а потом остается, полностью излечивается и начинает жизнь заново, – рассказывает отец Владимир.

Александра Поблинкова
Фото Николая Рютина

проект

«Старшие братья» против наркомании во дворах

Отправляя детей в летний лагерь, родители могут быть относительно спокойны за их досуг и здоровье. А вот те, чьи дети проводят каникулы во дворе, потенциально подвержены опасности: не исключено, что ребенок может попасть в плохую компанию и начать употреблять наркотики. Депутат Законодательного Собрания Иркутской области Антон Романов рассказал о проекте «Старшие братья», который реально помогает сплотить дворовых мальчишек и девчонок, а также занять полезным делом студентов высших и средних специальных учебных заведений.

– Мы должны научиться нести ответственность за свою жизнь и решать проблемы самостоятельно. Никто не сможет избавить город от наркобаронов, если его жители будут пассивно ждать помощи откуда-то сверху, – считает депутат.

Дети, выросшие в СССР, наверняка помнят, каким особым местом был двор, когда родители буквально силком загоняли домой, и так не хотелось отрываться от игры даже на полчаса обеда, а самые жаркие баталии в казаков-разбойников или хотя бы в «дурака» начинались после пяти вечера. И в каждом дворе было свое маленькое общество, дружили дворами и дрались, конечно, тоже дворами. С тех пор все стало иначе.

Сейчас, по словам Антона Романова, в иркутских дворах каждый сам по себе, ребята не знают чем заняться, и этим пользуются распространители наркотиков, вербуя потенциальных наркодилеров. Притворяться этому, по мнению депутата, может сплоченная компания подростков с правильной системой жизненных ценностей. Нужно только создать такие команды.

Идея возрождения дворовых сообществ возникла примерно в 2004 году. Тогда в депутатское ведение Антона Романова попал третий поселок ГЭС, известный как один из самых неблагополучных в плане наркотиков. Часть наркодилеров плотно обосновалась в стенах энергетического колледжа и возле него. Среди студентов была проведена деловая игра, в итоге которой сложился коллектив идейных ребят. Они собрали подписи жителей района и обратились к мэру и своему депутату с просьбой решить проблему. Тогда общими силами власть и общественность смогли дать отпор наркобаронам, три цыганские семьи получили солидные сроки за сбыт наркотиков. Студенты выросли и ушли на производство, а деловые игры продолжались и в других учебных заведениях города. Так сложился актив студентов. По сути, идея проекта «Старшие братья» заключается в том, чтобы вернуть дво-

вые традиции и общность, чтобы коллектив ребят не принимал враждебно настроенных чужаков, а наркодилерам было невыгодно и некомфортно приходить во дворы.

С 2007 года проект «Старшие братья» стал лауреатом множества конкурсов и получил ряд грантов. Его участники – это иркутские студенты, прошедшие специальный курс обучения. На два летних месяца они приходят во двор, чтобы общаться с ребятами, играть с ними и, что уж там тайта, немного воспитывать. По большому счету, получается такой пионервожатый в черте города. Каких только занятий не предлагают подросткам – от самых простых игр типа футбола до конкурсов талантов, от подготовки конкурса дворовых новостей до конструирования прыгалок и гидравлических ракет. Получается, что ребята оказываются в определенной мере защищенными и при деле, а студенты могут честно заработать.

Андрей Аршинский учится на третьем курсе института ИГУ, в прошлом году он стал одним из «старших братьев» и говорит о том, что работа во дворе дает возможность не только занять лето, но и создать что-то новое, поделиться жизненным опытом:

– Как бы это банально ни звучало, очень важно найти подход к каждому ребенку. На площадку ведь приходят ребята от 7 до 14 лет, и нужно думать о том, чем и как занять каждого из них. А потом, когда ребята знакомятся и начинают играть вместе в футбол или хоккей, можно быть уже за них спокойным и вне проекта – сложилась компания, которой есть чем заняться. Они, скорее всего, не будут бесцельно гулять по своему району и, образно говоря, курить за гаражами.

Студент четвертого курса Российской правовой академии Дмитрий Поляков стал «старшим братом» два года назад, этим летом он снова планирует пойти работать с иркутскими подростками.

– К нам в академию приходил Антон Васильевич Романов, один из моих друзей присутствовал при этой встрече и потом рассказал мне про проект «Старшие братья». В то время я профессионально занимался видеосъемкой и решил, что это хороший шанс наработать практику, снять фильм о проекте. Кроме того, работа с детьми – это интересный опыт, мы же смотрим, как живет совершенно другое поколение, о чем оно мечтает. Насколько я могу судить по опыту других «старших братьев», многое зависит от того, в какой двор ты попадешь, но в целом собрать ребят и зазечь их общими идеями не так и сложно. А самое интересное это то, что мы с ними играем в игры из нашего детства, о которых и сами почти забыли, а ребята, возможно, без нас никогда бы не узнали.

Александра Поблинкова