**Оптималист – возвращение в трезвость.**

В газете «Родник трезвости» Ю.И.Кашина, в №1 за 2018 год был поднят вопрос: нужно ли «бороться с алкоголиками» и «возиться с алкоголиками».  Были опубликованы нелестные слова в сторону «Оптималиста» и метода Шичко, якобы направленного на борьбу с пьянством: «люди по Шичко борются с пьянством"…

Я выскажу свое мнение по этому поводу. Может кто-то прочитает и задумается.

Итак, ни в одной работе Г.А.Шичко нет слов о борьбе с пьянством. Автор метода, названного в его честь, учил возвращению к трезвости тех людей, которые осознали пагубность пьянства и обратились за помощью. «Трезвость – неизбежное будущее нашего народа», - это слова Г.А.Шичко.

«Реабилитационный центр» - это название медицинского учреждения, где лечат, восстанавливают функции организма после тяжёлого заболевания, ранения... А лечить алкоголиков бесполезно, мы это знаем! Но в указанном Реабилитационном центре работают наши соратники: психологи, медики, педагоги, наркологи, психотерапевты, некоторые получают гранты. И лечением они, как таковым, не занимаются. Но то, чем они занимаются, тоже можно назвать словом «реабилитация». Реабилитация – это, в переводе на русский, - восстановление, и значение этого слова довольно широкое. У нас же реабилитация психологическая, и лично я назвала бы этот центр «Центр психологической реабилитации», то есть как-то более конкретно.

Метод Шичко подразумевает не разъяснительную работу, ограничивающуюся десятью трёхчасовыми занятиями (сам Шичко обходился двумя), а (плюс к этому) длительное написание дневников под контролем преподавателя курсов и посещение клуба, где человек имел бы возможность общаться с трезвыми людьми, где учился бы жить трезво, отмечать праздники трезво, учился бы восстанавливать своё здоровье и, в дальнейшем, сохранять его, как и, обретенную вновь, трезвость.

Метод Шичко – метод психолого-педагогический, не требующий медицинской лицензии.
В клубах, с новичками-трезвенниками, кроме обучения способам оздоровления без лекарств, протрезвевшие люди проходят систематическое обучение трезвому и здоровому образу жизни: просмотры видео на тему трезвости, патриотизма; слушают лекции, участвуют в диспутах с целью нравственного и духовного совершенствования; проходят психологические тренинги по восстановлению семейных отношений и личностному росту. Именно в клубах должна происходить переоценка ценностей, раскрытие и развитие талантов, приобщение к культуре и обучение межличностному общению. Человек должен вернуться в жизнь полноценным человеком, а непросто трезвым!

Здесь же, в клубах, у сознательных трезвенников, формируются знания и навыки воспитания детей в трезвости! И это не пустые слова! Эта «возня с алкоголиками» вырастила целую плеяду сильных преподавателей курсов по методу Шичко, которые вели, и до сих пор ведут, эту работу по всем правилам, как учил Геннадий Андреевич: **обучение методу, написание дневников в течение шести месяцев с обязательным посещением клуба.**

У соратников, полностью отработавших по методу Шичко, народились дети, которые выросли в трезвости и уже нарожали здоровых детей – наших внуков! Но (к сожалению, или к счастью) эти семьи, нравственно и физически здоровые, в большинстве своём, не нуждаются в клубах – для них трезвость настолько естественна, что говорить о трезвости для них примерно то же самое, что сытому говорить о еде. Они живут своей семьёй, дружат с трезвыми соратниками, кто-то строит карьеру, кто-то развивает своё дело, кто-то просто трудится на предприятиях и в учреждениях, а кто-то дома воспитывает и обучает своих детей – да мало ли в чём может проявить и реализовать себя трезвый человек!

У этих людей, кто все требования метода выполнял, срывов (по крайней мере, в моём клубе) не было, за исключением тех случаев, когда человек проходил «точку невозврата», то есть это третья стадия алкоголизма, когда дневники надо писать пожизненно.

У тех преподавателей, кто не сумел (или не хотел) организовать клуб (организацию), большинство алкоголиков, бросив писать дневники, возвращались к пьянству. Вот такие занятия с алкоголиками и пьяницами, воистину, вредны! Потому что сорвавшиеся после курсов алкоголики дискредитируют метод и работу специалистов по методу Шичко, как правильно отметил Владимир Георгиевич. Но, как вы понимаете, причина – вовсе не в методе!

А кто, как не оптималисты, первыми начали профилактическую работу с детьми, начиная с детского сада? Кто начал первыми проводить уроки трезвости в школах и других учебных заведениях? Кто на слётах организовывал секции по обмену опытом работы со взрослыми (в клубах) и с детьми? Кто привозил с собой на слёты детей и молодёжь? Кто организовывал на слётах трезвый досуг для соратников, в том числе и для детей? Кто предложил изучать основы русского языка и русские традиции и начал возрождать их? И всё это было возможно только на фоне трезвости!

Я согласна, что «Оптималист» долгое время пребывал то ли в коме, то ли в депрессии… Причины у нас принято видеть в смерти руководителей, в смене руководства… на самом деле причины, как мне кажется, в другом. Основную причину развала клубов я вижу в том, что приток алкоголиков на курсы, по некоторым выше указанным причинам, резко уменьшился. Поэтому многие преподаватели начали работать с «культуропитейщиками» на разные темы. Да, многие из слушателей достигали своих целей: оздоровление при помощи системы Иванова, освобождение от лишнего веса, от очков…

Многие из слушателей, за время занятий, приходили к трезвости… Да «культуропитейщика» и не так заметно, если он где-то там расслабился и позволил себе рюмку-другую, пока никто не видит… А раз не видят, то и срыва, как такового, нет – они же в запои не уходят! Да и в клубах такие «выпускники» не нуждаются, и о нравственности с ними никто не говорил… Над своими дурными привычками иного плана, они не работали, поэтому в их сознании (а естественно и в жизни) мало что изменилось!

Многие, протрезвев, и не имея поддержки клуба, ищут свой путь и находят его в различных сектах с трезвой направленностью: баптисты, мормоны, субботники, кришнаиты… кто там еще? Если знаете, добавьте. Я не берусь судить – что там вредного, и сколько полезного, потому что сама там не была и их проповеди не слушала.

Могу только сказать о том, что начинали мы работать в период массового атеизма, и «Детка» П.Иванова помогала вновь испеченным трезвенникам осваивать основы нравственности и восстановления здоровья естественными способами (позитивное мышление, правильные, уважительные взаимоотношения, естественное питание, закаливание тела и Духа). Да что греха таить, сейчас соратники могут пройти мимо и даже не поздороваться, уж не говоря о прочих «смертных грехах», главным из которых является гордыня!

В настоящее время ОООО «Оптималист» «вышел из депрессии» и начал активно работать. Если кто-то еще не знает, мы переизбрали актив организации. Два раза в месяц, по Скайпу, собирается совет Правления, где решаются насущные вопросы, члены Правления отчитываются о своей работе. Согласовываются индивидуальные и совместные действия, обсуждаются мероприятия идет к ним подготовка. В течение 2017 года мы восстановили утраченные связи со многими соратниками, нашли действующие клубы, рабочие группы в социальных сетях, работающие сайты соратников. Налажена система поздравлений соратников с Днём рождения, разработана Почетная Грамота им. Г.А.Шичко и составлен список ветеранов со стажем работы в Трезвенном движении от 25 лет и более, для награждения в честь 30-летия «Оптималиста». Подработана Программа скоординированных действий Трезвеннических организаций до 2022 года, по которой мы работаем.

Возобновлена работа в школах, детских домах по формированию трезвого мировоззрения у детей и подростков, ведется работа в этом направлении с Администрациями городов и районов, с учителями и наркологами. Поддерживаются инициативы соратников по работе с Правительством, Министрами, Гос. Думой, депутатами и Президентом – собираются подписи, пишутся «Открытые письма» и т.п.

Курсы по методу Шичко… да, проводятся намного реже и группы, по числу слушателей, намного меньше, чем в «девяностые». Часто приходится работать индивидуально, но отказать человеку, который нуждается в помощи, мы не имеем права. Да, мы продолжаем «возиться с алкоголиками» и работать по методу Шичко. И если это «очень вредно» для трезвеннического движения, то значит вредны и церковь, которая призвана помогать страждущим, и врачи, помогающие больным справиться с недугами тела, и психологи, к которым приходят за помощью нуждающиеся… Ведь множество людей совершают какие-то ошибки в живут, как попало, будучи уверенными в том, что им помогут, в случае чего, и знают куда надо обратиться. Что же – от всех от них следует отмахнуться и заниматься просвещением только благополучной молодёжи?

Но мы-то с вами знаем, что все свои необдуманные действия люди сначала совершают бессознательно, из любопытства или по примеру взрослых, а потом живут по привычке. И хотели бы по-другому, да «программа» мешает! Кто им поможет выбраться из «замкнутого круга», если не мы – те, кто знает, как? И одной, даже самой убойной информации, бывает мало! Нужна работа над собой, с дневниками по методу Шичко и с поддержкой трезвых соратников, членов клубов трезвости и здоровья «Оптималист»!

Я не думаю, что моя статья убедит кого-то из соратников, у которых есть свои, отличающиеся от моих, убеждения по поводу трезвеннической работы. Мне этого и не нужно! Это же отлично, что каждый из нас занял свою нишу в трезвенном движении, соответствующую той проблеме, которую он видит, и хорошо делает свою работу! Но при этом необходимо помнить, что проблема пьянства очень многопланова; необходимо признать, что выбрав одно направление работы, мы не в состоянии качественно работать в других направлениях. Поэтому, на все 100% понимая смысл своей деятельности, заслужив на этой стезе уважение соратников, нерационально критически оценивать работу других организаций, идущих своим путем к решению общей проблемы. Цель у нас одна – трезвость всем народам России!

С уважением, Астахова Людмила Владимировна. г. Южноуральск.
Руководитель клуба «Оптималист» со стажем более 29 лет.