

№ 4 (94)

2017 г.



НЕЗАВИСИМОСТЬ ЛИЧНОСТИ

Газета Российской наркологической лиги

Выходит один раз в месяц с 2009 г.

НА КРАЮ ОЙКУМЕНЫ



Читайте в номере

СТРАНИЦА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА СТР. 2

Е. А. БРЮН
TERRA INCOGNITA

ВЗГЛЯД СТР. 3

А. Ф. ЛАЗУРСКИЙ
ОПЫТ КЛАССИФИКАЦИИ
ДЕТСКИХ ХАРАКТЕРОВ

ВОПРОСЫ БЕЗ ОТВЕТА СТР. 4 КОГДА ТЫ БУДЕШЬ ЧИТАТЬ ЭТИ СТРОКИ...

НАША ПУБЛИКАЦИЯ СТР. 6

ПРОФ. И. А. СИКОРСКИЙ
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БОРЬБА
С САМОУБИЙСТВОМ В ЮНЫЕ ГОДЫ

СТО ЛЕТ НАЗАД СТР. 8

В. М. БЕХТЕРЕВ
САМОУБИЙСТВО ПОДРОСТКОВ
И ВОСПИТАНИЕ

СЛОВО ПСИХОЛОГУ СТР. 10

В. А. ТЕРЁХИН
ПОСЛЕДНИЙ РАЗ

СЛОВО ЦЕРКВИ СТР. 14

ГОВОРЯТ, ЧТО... СТР. 14

ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЦА

А. П. ЧЕХОВ
ВОЛОДЯ СТР. 16

ГДЕ ПОМОГУТ СТР. 20 МОСКВА НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ

TERRA INCOGNITA

Насколько инстинкт самосохранения свойственен человеку вообще, настолько подростку свойственно стремление к риску. Мир, еще недавно ограниченный родительским домом, школой, двором, внезапно расширяется почти до размера вселенной, и мир этот заманчив, жесток, неизведан, привлекателен, опасен. Мир бросает вызов, и подросток отвечает.

В этот момент он не огражден родительской защитой, потому что рвется прочь, освобождает себя от семейных уз, устанавливает свои правила. Все, что у него есть с собой на этом пути — отчаянная дерзость и здравый смысл. Поздно собирать ему багаж наставлений и порицаний. Все, что он хотел взять из отеческого опыта, уже взял, а что не хотел — уже отпнул. Этот час кажется отцам и матерям таким далеким, а приходит так быстро. Вот уже нужно не учить ребенка, а учиться у него. Не говорить, а договариваться. Не удерживать, но отпустить.

Подростки играют со своей душой, со своим сознанием, с сознанием и с душой своих близких.

Они вырастают из привычной системы ценностей и перестают понимать, какое место занимают в этом мире, а найти место в мире других людей очень непросто.

Подростки стремятся найти стабильность и устойчивость, и находят ее в группах, в молодежных субкультурах. Они начинают входить в процесс социализации. Формируются референтные группы, и поведение подростка становится зависимым.

Вхождение в социум, в группу, в сообщество предполагает совсем другие взаимоотношения. И если в такие группы входит алкоголь или наркотики, или какие-то другие вещества, то, к сожалению, алкоголизация и наркотизация практически фатальна. Подростки, а точнее еще дети, приобщаются к алкоголю примерно в 12-13 лет, этот процесс идет параллельно половому созреванию, пубертатному периоду. Первые пробы наркотиков происходят обычно в группе, возраст — 14-15 лет. Велик ли риск, что у подростка сформируется зависимость? Наркологическое заболевание реализуется в связи с накоплением факторов риска. Есть генетические факторы риска, есть факторы риска, связанные с психологическим климатом в семье, связанные с информационным полем. Есть факторы риска, связанные с жизнью ребенка в детском саду, в школе. И последняя капля, последняя точка, последний фактор риска, который все, собственно, и реализует — это та субкультура или то культурное влияние, которое на подростка оказывается.

Евгений Алексеевич Брюн
директор Московского
научно-практического центра наркологии

Фото Феофания Бурмистрова



Все подросток хочет проверить сам: и правила жизни, и законы физики, и самого себя. К этому моменту «выпархивания из гнезда» уже нужно иметь как опыт самостоятельности, так и опыт независимости, опыт выбора.

И родители должны дать ребенку возможность искать себя, поскольку угадать, что способно его действительно увлечь, трудно. У детей раз в несколько лет наступает так называемый критический возраст, после которого личность меняется. Ребенок ищет себя, и в этих поисках его может бросать из стороны в сторону. Одно увлечение сменяет другое, но это нормальное явление. Чем больше у ребенка возможностей для развития, чем доброжелательнее среда, чем больше понимания он находит в своей семье, тем ниже риск развития зависимого поведения, в том числе и от наркотиков и алкоголя.

Все дети разные. У одних много дофамина, у других мало, у одних много серотонина, у других мало. Люди с высоким уровнем дофамина и адреналина более подвержены рискованному поведению, а у людей с генетически предопределенным низким уровнем серотонина развита склонность к депрессии. Различные сочетания требуют индивидуальных подходов в воспитательном процессе.

Подростковый период характерен тем, что за несколько лет человек бурно развивается, переживает серьезные эмоциональные потрясения, постоянно меняется, как погода весной; высок уровень тревожности, велика склонность к депрессиям.

На психику подростка воздействует и первая дружба, и влюбленность... Все это приводит к постоянной нестабильности, неустойчивости.

А. Ф. ЛАЗУРСКИЙ ОПЫТ КЛАССИФИКАЦИИ ДЕТСКИХ ХАРАКТЕРОВ



Наряду с делением людей по психическому уровню не менее (если не более) важное значение имеет также деление их по психическому содержанию. Очень распространенным и, на наш взгляд, вполне целесообразным и отвечающим действительности представляется деление на три главных группы соответственно трем основным сторонам психической жизни: умственные (или интеллектуальные), аффективные (или эмоциональные) и волевые. У взрослых низшего уровня типы эти отличаются сравнительной примитивностью. Значительно более отчетливыми и дифференцированными представляются они у людей среднего уровня. Здесь мы находим дальнейшие подразделения трех основных групп, в зависимости от преобладающего развития той или иной стороны данного психического процесса.

Так, у интеллектуальных может преобладать мышление, индуктивное или дедуктивное, или, наоборот, воображение, воспроизводящее или творческое; энергия, характеризующая волевою группой, может проявляться или в виде рассудочно-обдуманной, спокойно-систематической деятельности («рассудочные») или, наоборот, в виде отдельных аффективно-обусловленных порывов и увлечений, дающих иногда не менее значительные результаты («аффективно-деятельные»), и т.д. Эти разновидности

сти могут соответствовать избираемой человеком профессии, и тогда каждый отдельный тип выступает с еще большей отчетливостью и определенностью. В частности, различные разновидности интеллектуальной группы можно бывает обычно объединить, характеризуя их как теоретиков, сравнительно далеких от жизни, в то время как аффективная и волевая группы дают преимущественно практиков — реалистов, живо интересующихся окружающей их действительностью со всеми ее разнообразными проявлениями.

Далеко не всех людей можно бывает по их психическому содержанию подвести целиком под ту или иную типическую разновидность. Очень часто приходится встречаться с такими случаями, когда в одном и том же человеке совмещаются одновременно два различных основных душевных качества, характеризующих собою два разных типа...

Что касается детей, то и здесь классификация детских типов должна будет некоторыми существенными чертами отличаться от классификации взрослых. Так, напр, среди детей младшего возраста едва ли можно будет выделить группу чисто интеллектуальных: умственная деятельность маленьких детей бывает обыкновенно еще слишком тесно связана с их практическими жизненными потребностями, и только с возрастом

умственные интересы мало-помалу начинают обособляться, образуя в конце концов в некоторых случаях самостоятельную, ясно выраженную группу.

У некоторых из наших испытуемых (в особенности старшего возраста) такое преобладание умственных интересов и умственной деятельности уже начинает намечаться. При этом обычно замечается (сообразно с общим преобладанием у детей воображения и конкретного мышления над абстрактным) значительное преобладание литературно-художественных интересов; даже в тех случаях, когда подрастающий ребенок начинает интересоваться доступными его пониманию более отвлеченными, научными вопросами, эти последние представляются ему обыкновенно в чисто конкретной форме, зачастую тесно переплетаясь с образами фантазии.

Так как развитие личности у детей даже сравнительно старшего возраста далеко еще нельзя считать сколько-нибудь законченной и самую личность — вполне определившейся, то смешанные и аморфные типы должны, вероятно, встречаться у детей значительно чаще, чем у взрослых.

А. Ф. Лазурский
Школьные характеристики
Санкт-Петербург. 1908 г.

вопросы без ответа

КОГДА ТЫ БУДЕШЬ
ЧИТАТЬ ЭТИ СТРОКИ...

Из книги В. А. Бернацкого «Самоубийства среди воспитанников военно-учебных заведений», 1911 г.



Письма, записки, показания, выдержки из писем и дневников воспитанников военно-учебных заведений, покончивших самоубийством и покушавшихся на самоубийство.

Выдержка из письма покушавшегося повеситься кадета VII-го класса, 18 лет.

«— Мое будущее было бы печально не только для меня, сколько для родных, которые мне простили бы то преступление, которое я теперь совершаю, если бы знали, от скольких ударов я избавил их в будущем; ведь я решил давно, что честно на свете прожить нельзя, если хочешь жить, а не прозябать. Я верю в Бога, надеюсь на Его прощение, несмотря на то, что искренно я верил в Него лишь Одного и христианином был только наружно».

Записка застрелившегося кадета V-го класса, 17 лет.

«— Осталось жить пять минут. Закуриваю трубку. С наслаждением втягиваю в себя табачный дым; там, на том свете, народ некурящий; скучно, как подумаю, что курю в последний раз. Прошу похоронить меня здесь. Всех целую. Трубку докурив, беру ружье и....

сердце так сильно бьется, что в ушах звенит... долго не решался стрелять, дрожу, положил подушки, чтобы упасть на мягкое».

Выдержка из письма к брату покушавшегося застрелиться кадета V-го класса, 17 лет.

«— Когда ты будешь читать эти строки, то меня уж больше не будет на этом свете. Ты, верно, подумаешь, что побудило меня застрелиться. Причин у меня много: во-первых, я провалился по Естественной истории и соврал тебе, что получил 11, следовательно, я должен уйти из корпуса, так как переэкзаменовку мне вряд ли дали бы. Я знаю, как бы я этим огорчил родителей, так я решил, что лучше нанести один удар, чем постоянно огорчать и причинять неприятности всем вам, которые так заботятся обо мне. Но главную причину, которая меня побудила застрелиться, я так сказать не могу, потому что это тайна, которую я открыть не могу даже перед смертью. Вообще раз я чувствую, что я бесхарактерный, малодушный человек, из которого никогда не выйдет никакого толка, то зачем же жить, не лучше ли умереть, чем жить без всякой пользы для себя, для других.»

Выдержки из писем повесившегося кадета VII-го класса, 19 лет.

«... — Обстоятельства, заставившие меня теперь покончить с собой, заключаются в следующем: во-первых, я болен падучей болезнью, и хотя доктора еще не признают этого, но я лично твердо в этом почему-то уверен, и во-вторых стыдно признаться — такая мерзость, я заболел недавно самой страшной венерической болезнью, которая сделала бы меня несчастным на всю жизнь. Не думайте, чтобы я был таким уже развратным и испорченным, как, кажется, обо мне думают; нет, это просто несчастный случай: я никогда не был пьяницей, но как-то, кажется недели три тому назад, у знакомых выпил и вот, после вечера, у меня явилась сумасбродная мысль пойти.... — пошел и пропал человек... Не думайте, чтобы мне хотелось умирать, нет, мне жить хочется еще более чем когда-либо, но не имею я права брать деньги с отца, когда они более нужны, чем когда-нибудь, как для него, так в особенности для леченья моей дорогой матери. Ах, вы не поверите, как мучительно тяжело расставаться в силу необходимости с жизнью, оставлять здесь все дорогое и наносить

такой страшный удар всему тебя любящему, но что ж делать — уж лучше один удар сразу, чем мучить всех постоянно своею болезнью. С такими двумя болезнями вряд ли бы пустили меня в училище. Я бы очень был рад, если бы моя несчастная судьба послужила для нашей молодежи уроком, чтобы все поняли страшную опасность, какой они себя подвергают. О себе скажу, что право не такой я был дурной человек, каким многие меня привыкли считать; правда, характер у меня был дурной, но как я сам мучился вследствие этого — про то известно только Одному Богу; были минуты, в которые я сам себе казался и был на самом деле мерзок до ужасной степени, это именно те минуты тоски, которую сейчас же замечали все окружающие меня. Пьяницей я не был, да и особенно развратником тоже. Несчастный случай этот так на меня повлиял, что меня бросало ночью в жар и холод при одном воспоминании о моей страшной болезни. Брату моему скажите, что я прошу его заниматься лучше, чем он теперь учится, бросить курить, ибо куренье — страшный вред для такого мальчика, как он, а главное, чтобы он не впадал впоследствии в разврат, не следовал моему примеру, видя, к каким печальным результатам это приводит...»

Записка застрелившегося кадета IV-го класса, 15 лет.

«— Моя последняя исповедь. Итак, наконец я решился расстаться с жизнью. Уже давно желание покинуть мир терзало меня, по решимости не хватало. Но теперь, когда последнее мое достоинство, моя честь посрамлена, когда всякий из вас в праве назвать меня подлецом, я решаюсь преступить эту заповедь природы. О, я знаю, что первое слово, которое вырвется из уст каждого из вас, когда мое самоубийство обнаружится, будет укорять меня в бесхарактерности. Быть может тут играет роль и бесхарактерность. Я не берусь анализировать моих чувств, ибо сам хорошенько не понимаю их. Я чувствую одно, что во мне происходит какой-то хаос чувств и ощущений, носящий характер грусти, скорби и проникнутый твердым убеждением в моей непригодности жить и в необходимости покончить с собою. И, действительно, я чувствую, что если я дальше буду жить, то упаду совершенно нравственно и следовательно буду жить в свое и в ваше несчастье. Теперь, когда мое намерение приняло характер твердого непоколебимого решения, я считаю своею обязанностью просить у всех вас прощения за все зло, за все неприятности, за все горе, причиненное мною вам моим существованием. Простите! Простите! Итак, знайте, что, если я решаюсь на самоубийство, то только потому, что уверен, что оно кроме пользы ничего не принесет; уверен, что этим поступком не заставлю никого пролить лишней слезы»...

Выдержка из записки застрелившегося юнкера старшего класса, 19 лет.

« — ... Наступит время, выйду я в офицеры и буду тянуть эту лямку до самой моей смерти. Вечное однообразие, вечно монотонная, раз на всегда заведенная, жизнь, без малейших проблесков истинного счастья, постоянная борьба с жизнью, борьба за существование, нужда в самом необходимом, всевозможные лишения, неисполнение своих самых страстных, заветных желаний, самых лучших стремлений ко всему наиболее высокому, лучшему, всему тому, что облагораживает человека, что пробуждает в нем лучшие его качества: любовь, милосердие, самопожертвование и это вечное стремление к чему-то великому, стремление недостижимое.»

Письмо выбросившегося из окна 3-го этажа кадета VI-го класса, 17 лет

«— Дорогой воспитатель! Простите за огорчение, но... Вы (да и никто) меня не знали и судить не можете. Причину своей смерти я Вам не укажу, она всем слишком темна и понять меня сумеет только тот, кто сам был на моем месте. Прощайте».

Записка товарищам повесившегося воспитанника военной школы II-го класса, 14 лет.

«— Не вините никого, если что-нибудь случится со мной. Так поступил я потому, что не мог больше выносить того, что при выписке из лазарета ждало меня в роте. Причину этого должны сами знать. Остаюсь и прощаю вам. Ваш верный товарищ, бывший, но бывший, по-вашему наоборот, по вашему к — ь. Нехорошо доводить человека до этого. Прощаю всем. Как печально звучит последнее слово *прощайте*. Это пишет — знаете кто? Тот, которому вы всегда завидовали в силе. Прощайте еще раз и помолитесь обо мне, хотя и не любили меня».

Выдержки из показания покушавшегося отравиться юнкера старшего класса.

«— Года 3 тому назад я был влюблен, но недолго и несчастно, я предался печали, которая и послужила началом меланхолии. Чтобы избавиться от этого состояния, я стал посещать театр, пить и кутить; но последнее не могло привить ко мне, так как, искусственно развлекая себя, я чувствовал, себя фальшиво. Религия и первые наблюдения над жизнью сделали меня пессимистом. Я вообще с ужасом вспоминаю прошлое: разбилась мечта, здоровая и красивая, мечта любви и жизни правильной, семейной, и на смену ей явилась меланхолия и мечта покончить с собою. Я всегда жил одиноко, в людях, в товарищах, в начальстве я изверился — это все эгоисты или люди под маской — в личине; поэтому преждевременности, напр., желания жить по-семейному, вообще скороспелости

моей, не надо дивиться. Я с детства очень и очень много читал; кроме того, у меня громадный запас чувства, впечатлительности, жизненности, и каждая книга оставляет след в фантазии и в моей памяти... Я готов был принести себя в жертву делу хорошему, но... не было дела, а желание не тянуть лямку жизни оставалось и только порою слабо... Параллельно с развитием мысли о скуке жизни росло убеждение в необходимости с собою покончить... Я ей, этой мечтой, желанием смерти, жил очень долго. Это не слова — факт — исповедь. Моей *idée-fixe* было разбить себе голову... Перед покушением одна красивая фраза пришла мне в голову: Ave, Caesar! morituri te salutant... По-моему, никто не может лишить человека права во всякое время покончить с собою. Смерть — это лучшее, что дано человеку; право умереть есть достоинство каждого человека и отнять у человека это право никто не может и не имеет на то права. Я могу жить и могу умереть!» (Товарищи называли этого воспитанника коноводом).

Выдержка из показания покушавшегося отравиться кадета 1-го класса.

«— Меня часто мучают грусть и тоска. Такое состояние объяснить себе я не умею. Во время игр с товарищами мне вдруг на душе делается так нехорошо, что я бросаю игру и начинаю думать. На мысль приходят воспоминания о доме, представляется вся неприглядная жизнь отца, матери, брата и сестры, их стеснительные обстоятельства, — отец получает 11 рублей в месяц пенсии, из них 2 рубля платит за квартиру. Неудачи мои наводят на мысль, что могу и я возвратиться домой и причинить еще большее огорчение. В минуты грусти все это выплывает в моем воображении, а на душе так скверно. И вот, сам не знаю как, пришла мне мысль отравиться».

Выдержки из записок покушавшегося застрелиться кадета VII-го класса....

«— Трудно умереть не высказавши всего, но кто поймет? кто? Если возможно, без церковных комедий. Тело может пригодиться в медицину. Пожалуйста, не слушайте священника, он вам наговорит; я вполне нормален, немножко волнуясь — трудно умирать, друзья, но для меня это счастье. В загробную я не верю, вы меня больше не увидите. Оставьте вам совет вечный, известный, но никем не признаваемый: бегите от женщин».

Выдержка из записки застрелившегося юнкера младшего класса.

« — ... Довольно играть мне в жизнь, она должна быть раньше отнята... Деятельность никакая не может быть с моей стороны, как нравственная, так и физическая: она подорвана...»

наша публикация

ПРОФ. И. А. СИКОРСКИЙ

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БОРЬБА С САМОУБИЙСТВОМ В ЮНЫЕ ГОДЫ

(ФРАГМЕНТ)



Фото Феофания Бурнistroва

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОТЕРАПИЙНЫЕ УКАЗАНИЯ

Самоубийство в юные годы во многом отличается от самоубийства позднейших возрастов. Прежде всего, оно не так часто и дает большой процент неудачных попыток. Оба условия зависят приблизительно от действия одних и тех же причин. К этим причинам относится, с одной стороны, свойственная юности яркость и сила чувства жизни (Геддинг), которое самоубийце предстоит преодолевать и в первую и в последнюю минуту рокового замысла, а с другой, — относительная неполнота размеров и силы воли, которая достигает своего полного развития, у большинства людей, только около 26–30-летнего возраста. Благодаря силе чувства жизни и нетвердости воли, — в составе программ и технике самоубийств юного возраста — нередко остается или невольно оставляется крошечная щель, чрез которую может проскользнуть надежда и самосохранение. Кроме этих основных, психологических причин,

существует и ряд внешних условий, благоприятствующих юному возрасту за счет позднейшего времени. Сюда относится в особенности то, что юный возраст в меньшей степени подвержен коллизиям — семейным, общественным, служебным и в меньшей мере и меньшей безраздельности несет на себе бремя борьбы за существование. Но наряду с шансами, благоприятными для юности, существуют условия неблагоприятные, заключающиеся в самом ходе психического развития и сознания личности. Этот сложный процесс, локализованный почти полностью в границах юности, богат многочисленностью и переплетенностью нитей жизни и допускает возможность несчастных случайностей и катастроф, подобно тому, как прорезывание зубов у детей допускает возможность физических заболеваний и кризисов. Дело идет о своего рода психологических затруднениях, психических закупорках или камнях преткновения, которые

заслуживают внимания не только психолога, но также педагога и семьи. К числу психологических камней преткновения, на первом плане, должно быть отнесено состояние сомнения. Это состояние вообще свойственно человеку, и его важное значение разъяснено Декартом. Сомнение полезно, необходимо и неизбежно, но в юные годы оно иногда принимает такие далекие или широкие размеры, что можно, по примеру психиатров, допускать два вида его: физиологическое сомнение и патологическое. Последний вариант и даже пограничные пункты уже представляют свои опасности, о которых упоминает поэт:

*С души, как бремя, скатится
Сомненье далеко...
И плачется, и верится
И так легко, легко.*

Когда сомнение скатится, тогда — легко, а пока оно есть — тяжело! Сложные вопросы жизни, бытия и повседневности, в их идеали-

зации и идеальной постановке, свойственной юному возрасту, приводит нередко к тяжелым сомнениям. Современная ходячая идеология легко разрешает сомнения ссылкой на конечный авторитет личной совести («как вам подскажет ваша совесть, так и поступайте»). Что такой совет не безусловен, явствует из того, что в юном возрасте нередко прибегают к нравственной помощи другого лица. Эта помощь может оказаться необходимой не только для разъяснений предмета суждения по существу, но и в акте выбора, который совершается волею. Участие и совет другого может разрешить сомнения (ума) и колебания (воли). Второе не менее важно, чем первое. Уже один показ воли, полагающей предел сомнениям, т.е. простое засвидетельствование ее наличности у советчика, бывает, иной раз, благотворно для измученного нерешительностью и сомнениями человека. Оттого нередко простая фраза другого: я бы так, на вашем месте, поступил, сказанная твердо и спокойно (что уже указывает на волю), оказывается достаточной для разрешения и устранения психической закупорки. Неразрешенные или долго неразрешаемые сомнения постепенно оставляют сознание, «забываются» и, становясь менее настойчивыми, «теряются», опускаясь в океан бессознательных вод (Джестроу), но не исчезают бесследно. Опасность сомнений, особенно сомнений неразрешенных и «затерявшихся», состоит в том, что на почве их возникает чувство виновности и ответственности пред самим собой. Это чувство в юном возрасте играет выдающуюся роль, как этиологический (причинный) момент самоубийства. Таким образом, сомнения особенно более тяжкие, касающиеся нравственных вопросов и долга, составляют исходную точку будущей грозной катастрофы. Обыкновенный путь, по которому в более тяжелых случаях протекают эти опасные события, состоит в том, что сомнение, по самому свойству своему, останавливает поток переживаний, являясь непреодолимой психологической пробкой, задерживающей жизнь и мысль. Такая задержка или замедление влечет за собою печаль, тоску, острое чувство виновности и гнев. В субъективном отражении этих событий, человеку кажется, что его собственная личность стала причиной и орудием наступивших бед, и тогда на этом субъективном основании устанавливается такой поток умозаключений: «все это сделал я, во всем виноват также я, нужно казнить только самого себя». Из такой цепи посылок вытекает вывод о самоубийстве, как об акте возмездия. (...) Таким образом, при известных условиях в душе может устанавливаться следующая последовательность переживаний:

1. Сомнение и нерешительность;
2. Чувство виновности;
3. Тоска, гнев, страх;
4. Фанатизм;
5. Самоубийство.

Здесь показан чисто психологический путь развития событий от сомнений до самоубийства. Но там-где чувство виновности возникает не из состояния сомнений, а развивается иным путем, который можно назвать физиологическим, в отличие от описанного сейчас, — там только исходная точка событий — иная. Но раз дело дошло до чувства виновности, дальнейший ход событий следует тому же циклу, который сейчас начертан. В этом цикле, общем для обоих случаев, только четвертый пункт требует разъяснений. Фанатизм вообще не свойствен юности. Это — возможная черта других возрастов. И тем не менее, фанатизм может встретиться и в юношеском возрасте (...). Фанатизм в юном возрасте, предшествующий самоубийству и облегчающий его исполнение, есть один из последних этапов в ряду других начертанных перемен и зависит от того, что душа уже порядочно опустела в своем идеальном составе и тогда, за отсутствием сдерживающего начала, в ней начинают господствовать инстинкты и низшие чувства: гнев, страх, печаль и виновность. Фанатизм является только лишним переходным звеном по пути к самоубийству. (...) Большая часть катастрофических событий юного возраста не относится к разряду болезней, хотя неспециалисты нередко думают иначе и готовы расширять пределы психиатрии дальше тех границ, на которые может согласиться психиатр. Неожиданные «внезапности» являются таковыми только по недосмотру или по непривычке видеть и наблюдать психологию в лицах и событиях. Но придет время и для этого!...

Все, так называемые, «глубокие тайны» готовятся и зреют на виду у всех; предусмотреть их возможно; научиться видеть должно. Они в огромном числе случаев относятся к разряду психологических, т.е. нормальных явлений, или самое большее, к разряду психических недомоганий и должны быть ведомы и семье, и школе. И та, и другая могут сохранить юную жизнь в целостности и неприкосновенности. Для этого психология должна сделаться общеобязательной среди образованного общества, а психигиена весьма желательна! Нет надобности при этом ни в новых органах, ни в новых штатах, ни в особенных ассигновках. Но программа забот должна быть решительно видоизменена! А самые заботы должны стоять так близко к юной жизни, чтобы этой, заброшенной жизни не приходилось совершать тысячеверстные пилигримства и не приходилось бы, затем, без бедекеров и путеводительных книг — томительно и пугливо, в глубокий ранний час — разыскивать психологическую санитарную станцию. Помощь должна быть близкой и скорой!

Эту помощь, обязательным велением самой жизни ищет всякий человек, — великий и малый, старый и юный и находит ее, руково-

дясь единственно глубочайшими чутьем и личным безотчетным проникновением. Подобно тому, как прикладывая руку ко лбу, мы побуждаем нашу мысль сделать еще одно маленькое усилие и вывести нас из мрака сомнений на свет, так и в поисках желанного и необходимого человека нас движет то же чутье, та же лучезарная проникновенность. Ничего сверхъестественного в этом нет: есть только психологическое, притом, столь глубоко интимное, что человек ревниво таит его, пока длятся поиски, оберегая тем свою психологическую неприкосновенность, точно боясь, что ему помешают или надорвут ту незримую нить, которая ведет к спасению. «Тут жизнь одного охраняет жизнь другого, или вернее — одна жизнь спасает другую; одна жизнь (пугливо жмется к другой)», по выражению И.С. Тургенева! При этом вступает в действие то крайнее напряжение жизни, которым мобилируются все запасные силы организма и вся его психика — что придает человеку (или зверю) сверхобычную пронизательность, и такая пронизательность ведет человека в его исканиях. Все идет этим путем, и даже — великие люди! В эти моменты жизни искомым человеком для всякой вообще человеческой личности может быть и старец, и схимник, и ученый, и профессор и просто добрый человек, и даже дитя. В эти тяжкие для жизни минуты ищется, по выражению Тургенева, трепетный огонек жизни, который ярко горит и светится, когда наш грозит погаснуть. Мы стремимся тогда на яркий свет инстинктивно и по глубокому чутью нашей жизни. Уже не разум ведет по этим неведомым путям, а сама объединенная жизнь, если ей грозит роковая опасность. Это именно и бывает в последние светлые минуты пред самоубийством. Жизнь затрепещет тогда, как пойманная птичка, и стремится на поиски самосохранения. Всякая помощь, которая, в эти критические минуты, может привести мысли в порядок, успокоить смутные, внести мир в душу человека, устранить стоящие на пути глыбы сомнений, расчистить тропинку от разбросанных по ней эмотивных камней, показать в лицах волю и самообладание — это уже немаловажная помощь. Но это только часть целого! Желательным, ценным и искомым бывает всегда нечто большее, придаточное — чего ждет и юный, и зрелый искатель. Это «нечто», именуемое содействием, сочувствием, состраданием, соболезнованием, есть личный труд, личная жертва, личное участие другого, словом — тот социализм, когда человек дает другому часть своей души. Этот социализм ни в чем не уступает всякому другому социализму! Таковы задачи психотерапии, как личного искусства, дара, долга и как предмета людских исканий в критические минуты жизни. Никто не освобожден от общечеловеческой повинности — подавать скорую психологическую помощь. А санитарные станции легко намечаются самими искателями.

сто лет назад

В. М. БЕХТЕРЕВ САМОУБИЙСТВО ПОДРОСТКОВ И ВОСПИТАНИЕ

Вообще необходимо иметь в виду, что в качестве повода к развитию угнетающих аффектов, а следовательно и к самоубийству, ведет нередко неудовлетворенность жизненными условиями, вследствие дурного обращения, вследствие личных столкновений, компрометирования чести, вследствие каких-либо несчастных случаев, причиняющих те или иные физические недостатки, вследствие неудачной любви, вследствие страха перед неизлечимой болезнью и т. п.

При этом внешний повод, приводящий к самоубийству, может быть до чрезвычайности незначителен, ибо все зависит от развивающегося аффекта угнетающего характера, вызванного данным поводом и влекущим за собою появление мрачной мысли о самоубийстве наподобие мимолетной навязчивой идеи.

Проаль (Проаль. Воспитание и самоубийство детей. СПб., 1908) сообщает, например, о мальчике 13 лет, который, живя у своего дяди-ювелира, прорвал дыру в салфетке и, услышав угрозу телесным наказанием, выстрелил себе дважды в голову. Eulenburg (Eulenburg. Schulersebstmorde. Z. f. padag. Psychologie, Path. и Hygie-ne. 1907. Hft. 1-2) передает, что 16-летний мальчик, не будучи в состоянии видеть пьяного отца, утопился, оставив матери записку соответствующего содержания. Тот же автор сообщает о самоубийствах девушек из-за косоглазия, из-за потери волос и т. п.

Moreau сообщает о случае самоубийства мальчика из-за потери трех случайно выбитых зубов (Moreau. Du suicide chez les enfans. These de Paris. 1906, стр. 63).

По Baer (Baer. Der Selbstmord im kindl. Lebensalter. Leipzig. 1901), 14-летняя девушка бросилась в реку после того, как обварила себе лицо кипятком и была встречаема насмешками своих товаров.

Подобных примеров имеются тысячи и нет надобности их умножать. (Многие из примеров детских самоубийств, вследствие дурного обращения и страха перед наказанием, можно найти в выдержках из авторов у В. К. Хорошо (Самоубийство

детей. М., 1909). — прим. В. М. Бехтерева). Точно также нет надобности приводить здесь примеры многочисленных самоубийств, случающихся вследствие ревности, несчастной любви и неизлечимой болезни, ввиду их общеизвестности.

Нельзя также не обратить внимания на состояние школы, как на причину самоубийства. Школа, особенно средняя, с ее схоластическим характером обучения, с сухим формализмом и бездушной требовательностью при полном исключении индивидуализирования в занятиях, как известно, вводит в статистику особую рубрику в причинах самоубийств, называемых «школьными».

Примеры легко пояснять, о каких собственно причинах здесь идет речь. Мальчик 12 лет кончил виселицей из-за страха перед началом занятий (Sieger. Das problem d. Kinderselbstmorde. Leipzig. 1893, стр. 12). Мальчик 14 лет вешается вследствие трудности заучивания заданных ему измерений (Baer. D. Sebstmord im kindlichen Lebensalter. Leipzig, стр. 62).

В одной из баварских школ 10-летняя девочка утопилась вследствие того, что инспектор перед всем классом ударил ее по обнаженной части спины (Baer, 1. cit.).

Далее следуют дурные отметки и провалы на экзаменах, неполучение ожидаемой награды, как обычные причины школьных самоубийств.

Не подлежит сомнению, что вышеуказанные моменты действуют сильнее всего у лиц, предрасположенных к аффектам, вследствие наследственности и других условий, у лиц вообще нестойких в нервно-психическом отношении и слабохарактерных.

Отсюда понятно, почему самоубийство совершается иногда по самым незначительным поводам, иногда даже из-за потери нескольких копеек. Если почва уже заранее подготовлена наследственностью, алкоголизмом или другими неблагоприятными в смысле здоровья условиями, тогда всякий толчок, способный вызвать угнетающий аффект, может при благоприятных условиях привести к самоубийству.

Наконец, и школа увеличивает ряды самоубийств. В этом отношении можно сослаться на обстоятельное, основанное на официальных данных Министерства Народного Просвещения исследование проф. Хлопина (Хлопин Г. В. Самоубийство, покушения на самоубийство и несчастные случаи среди учащихся русских учебных заведений. СПб., 1906), по которому число самоубийств среди гимназистов и реалистов с течением времени несомненно увеличивается: с трехлетия 1893-1895 гг. по трехлетие 1901-1903 гг. оно возросло в отношении 100:166. При этом оказывается, что самоубийства среди учащихся в мужских учебных заведениях происходят приблизительно в три раза чаще, нежели среди остального населения России всех возрастов и состояний.

Что и система образования имеет значение в развитии самоубийств, это доказывает тем, что по исследованиям того же автора самоубийства среди классиков встречаются несколько чаще, нежели среди реалистов, причем среди ближайших причин покушений на самоубийство среди учащихся в средних учебных заведениях обоего пола, по автору, первое место принадлежит педагогическим причинам. Это — лучшее доказательство, что значительная часть так называемых школьных самоубийств обязана своим происхождением, главным образом, самой школе, а не каким-либо иным условиям.

Приведенные нами данные тем более наводят на размышления, что дело идет в этом случае, главным образом или почти исключительно, о детских самоубийствах.

Нельзя не принять во внимание также внушающего влияния известного сорта литературы, как бы толкающей юношество на разврат и самоубийство, — литературы, полной мрака и безнадежности, которая естественно подавляет духовную сферу юношества, а потому, несомненно, в известной мере содействует самоубийству в населении.

Наконец, нужно принять во внимание значение примера и подражания. Заразительное влияние самоубийства общеиз-

вестно, и в каждой эпидемии этот момент играет ту или иную роль, вследствие чего нет надобности на этом предмете долее останавливаться.

Самоубийство, как мы видели, в огромном большинстве случаев есть крайняя и последняя реакция человека на те жизненные невзгоды, которые его окружают, и мы должны в пределах сил каждого бороться против этих невзгод, а где устранения этих невзгод достичь невозможно, там необходимо всемерно заботиться о том, чтобы скрасить условия жизни своих собратьев насколько это возможно, насколько это зависит от ваших средств.

Пусть жизнь блеснет для нас не долго, Но счастлив, кто из нас умрет с сознанием праведного долга и чью-нибудь слезу утрет.

Несомненно, что есть случаи, где жизненные условия слагаются столь неблагоприятно для человека часто по его же вине, что самоубийство в таких случаях является как бы естественной расплатой за то, с чем не мирится проснувшаяся в человеке совесть. Но нельзя забывать, что и в этих случаях самоубийство не смывает грехов, смерть не смывает бесчестий, — она только устраняет их виновника от взоров публики, от наказания.

По здравом размышлении и здесь всегда окажется лучшим выходом не смерть, а покаяние и неустанная забота о том, чтобы загладить прошлое своей деятельностью на общую пользу.

В этом посильном труде на общую пользу должен найти умиротворение своей мятущейся душе и человек, раскаявшийся в своей прошлой жизни, кто бы он ни был в действительности, ибо труд на общую пользу есть долг, обязанность каждого, а исполнение долга всегда действует успокаивающим образом на человека, вызывая в нем новый подъем энергии.

Но, помимо всего вышесказанного, помимо всех вышеприведенных мер борьбы с самоубийством, которые по возможности устраняли бы или, по крайней мере, смягчали бы внешние условия существования людей, необходимо заботиться и о личном совершенствовании человека.

Необходимо при этом иметь в виду, что дело идет здесь не о простой образованности, ибо образованность еще не предполагает ни нравственного, ни эстетического воспитания, а между тем в этом — вся суть, ибо распространение простой образованности, как показывает статистика, идет даже параллельно с развитием числа самоубийств.

Дело не столько в самой образованности, которая при всей ее пользе для человечества родит и усиливает потребности, сколько в создании характеров, в развитии самостоятельности, в приучении к планомерному

труду в переносливости различного рода испытаний, в развитии чувства долга и необходимости помощи другим во всех вообще случаях. Долг и помощь другим должны быть идеализированы, они должны войти в плоть и кровь учащегося, должны сделаться второй его натурой.

Словом, наряду с образованностью, школа должна иметь своей целью воспитание человека, — и даже воспитание ничуть не в меньшей мере, нежели образование. Девизом школы должны быть не образование только, но образование и воспитание, — и даже, прежде всего, воспитание, а затем образование.

Поэтому реформа школы в духе ее оздоровления, в смысле введения в ее программу эстетического, нравственного и физического воспитания является в деле борьбы с самоубийством одной из настоятельнейших потребностей времени, промедление с которой отражается гибельно на многих и очень многих из нашей молодежи.

Необходима перестройка учебного дела в том смысле, чтобы в школе умственные способности детей не насиловались, а развивались соответственно индивидуальности; нужно, чтобы школа не подрывала душевного и физического здоровья и выпускала не измученных неврастеников, а людей, сильных духом и телом. Нечего говорить, что в школе должна быть введена строгая индивидуализация в занятиях, при которой утрачивают свое безусловное значение как система отметок, так и экзамены, требующие в настоящее время столько кровавых жертв в форме самоубийств.

Нельзя также упускать из виду, что задачей всякой школы должно быть прививание будущему поколению и обществу нравственных идеалов более возвышенного и более ободряющего характера.

Как бы ни была мрачна действительность, человек никогда не должен предаваться унынию и отчаянию. Он должен видеть идеал жизни не в роскоши, а в скромности, не в праздности, а в труде, не в уме только, но и в сердце. Девиз этот должен быть общим, и он должен подавлять губящий жизнь пессимизм, не дающий человечеству ничего вообще, кроме гнетущего мрака и смерти.

Борьба с пессимизмом должна сделаться всеобщей, она должна быть предметом самого внимательного отношения педагогов как высших и средних, так и низших школ. Прививание своим воспитанникам лучших общественных идеалов, вера в которые в современном обществе стала ослабевать, должно быть вообще первой задачей школы.

Вместе с этим, должен быть поддерживаем в нашей молодежи, как и вообще в людях, возможный оптимизм. Нужно, чтобы человек верил в совершенствование

человечества, верил в его будущее и в грядущее — торжество разума и идеалов. Нужно, чтобы эта вера ничуть не колебалась, когда человек встречается с кажущимся крушением идеалов, когда, по его мнению, лучшие общественные идеалы нагло и непристойно попираются.

Человек должен всегда верить и не имеет основания не верить в окончательное торжество разума — того разума, который и создал идею добра на земле, а это делает непоколебимой и веру его в торжество лучших общественных идеалов, ибо высший разум и зло несовместимы друг с другом.

Кто колеблется под напором жизненных условий, кто чувствует над собой непомерную тяжесть современного жизненного режима и готов под его тяжестью пасть и кончить самоубийством, тот ни на минуту не должен забывать, что бывали в жизни человечества еще более мрачные эпохи и тем не менее они миновали, и не только миновали, но даже способствовали возрождению человеческого духа. И это возрождение было обязано именно тем борцам, которые стойко держались в жизненных условиях и не отступали ни перед какими испытаниями, оно обязано их вере в идеалы и неустанной борьбе за лучшее будущее.

Будем же и мы полны этой веры в лучшее светлое будущее, которое наступит непременно и наступит скоро, ибо за мраком ночи должно следовать утро, и оно будет тем радостнее, чем мрачнее и длиннее была ночь.

Хотелось бы закончить эту беседу одним стихотворением, которое напомним разочарованному о возможном выходе из тех тяжелых условий, которые «гнут его спину» и влекут его в пропасть, к смерти, к самоубийству:

*Желал ты, друг, в одно мгновенье
Закончить жизни тяжкий путь,
Навек прервав ее течение,
И думал тихо так заснуть,
Устав в борьбе, растратив силы...
Друг, жизнь твоя хоть не красна,
Но счастья нет на дне могилы.
Пусть чашу жизни пить до дна
Нельзя без муки и страданья,
Но жизнь дана, чтобы любить
И чтоб в труде, в исканье знаний
Свои страданья пережить.
Когда ж под мраком долгой ночи
Тебя унынье обоймет,
И уж страдать не станет мочи,
Ты знай, что утро вновь придет.
На смену мрака вновь зардеет
Восток пурпуровым лучом,
И сердце радостно замлеет
Вновь под живительным теплом.
Итак, оставь свои сомненья
И с верой в истину живи,
С девизом мудрого терпенья
Впредь исполняй завет любви!*

слово психологу

ПОСЛЕДНИЙ РАЗ



Совсем недавно медийное пространство было взбаламучено резонансной публикацией и последовавшими откликами, комментариями, репортажами, обсуждениями, реакциями. Поводом послужила активность «групп смерти» с экзотическими мирными наименованиями (киты, бабочки), некие анаграммы, символы, фотографии несовершеннолетних, с демонстрацией порезов, предсмертные записки. Одновременно, в соци-

альных сетях распространились призывы к самоубийствам подросткам, предложения помощи в подобном деянии. Появились близкие к панике реакции родителей и родных, учителей, активистов на происходящее в сети.

Неординарное сочетание социальных сетей, субкультуры, индивидуальных и психологических особенностей и вирусной скорости распространения событий, — все характеризует время.

НЕВИДИМЫЕ МИРУ ИГРЫ

Новое поветрие охватило детей и подростков России. Они «играют» в самоубийство, как раньше играли в жмурки. На просторах интернета они ищут кураторов, которые поведут их к смерти, и единомышленников, которые поставят им «лайки».

Механизм вовлечения прост, новичок получает список заданий. Сначала простых, иногда бессмысленных. Постепенно его подводят к той черте, где он должен преодолеть инстинкт самосохранения и сделать последний шаг, за которым будет наблюдать восхищенное сообщество.

Власть куратора укрепляется постепенно, жертва попадает в зависимость от его оценок, давления, проверок на верность общему делу.

Сотни тинэйджеров рядом с нами играют в невидимую для нас игру «Беги или умри». Детей провоцируют выбегать на дорогу прямо перед транспортом. Чем больше опасность, тем ты круче, уцелел — молодец, не успел — герой.

ИНТЕРНЕТ-ЗАПАДНЯ

В современном мире соцсети — средство коммуникации и получения эмоций. Здесь ребенок понимает, что у него нет никаких ограничений. Его привлекает насыщенная, интересная жизнь, возможность свободно писать, что захочется, не боясь насмешек, и удовлетворить свое любопытство в интересующих вопросах. Сейчас каждый подросток пропадает в социальных сетях, где ждут опасности.

Романтические отношения к интернету, свободному и анонимному, прошли. Теперь только ленивый и наивный не скажет, что в сети много опасностей для детей. Ребенку опасно все — интернет, транспорт, улица, взрослый мир и пр. А профилактикой будет отказ от всего этого, игнорирование, самоизоляция? Конечно, нет. Нужно знать о них, быть готовыми к ним, уметь противостоять, знать способы уменьшения вреда, избегания.

Родителям необходимо не терять контакта с детьми, отвлекать от виртуала. Не запрещать, а заинтересовывать чем-то другим, реальным. В этом основной смысл профилактики. Если ребенок получает все в реальной жизни, то он будет меньше времени проводить в виртуальной. Чем больше ребенок занят полезным делом, тем меньше времени

у него остается для компьютера. А основная деятельность ребенка и подростка — учебная. Учиться, учиться и учиться... Правда, это знают все, пытаются делать все возможное, и либо выигрывают, либо оставляют на волю случая.

СМЕРТЬ ПОНАРОШКУ

Подростки еще не осознают, что жизнь не бесконечна, не понимают, что смерть навсегда. Тому способствуют бесконечные разговоры о жизни после смерти, в которых смешано все, что можно — религии, мифы о переселении душ, псевдонаучные материалы, типа Р. Муди, литература, живопись, кино, оккультизм, юмор. Хотя само название — «жизнь после смерти» — оксюморон, и не имеет отношения ни к знанию, ни к вере, ни к психологии.

Причины самоубийств несовершеннолетних чаще всего связаны с отношениями в семье и со сверстниками: неприятности с учебой, неразделенная любовь, пережитое насилие, социальная изоляция, акцентуация характера.

Искаженно-фантазийное представление об эксклюзивной индивидуальности в контексте обостренного поиска смысла жизни характерно для подросткового возраста. Общество, школа, часто и родители могут говорить не тем языком и не о том. Главные переживания подростка, поиск смысла жизни связаны с поиском понимания, с желанием избежать одиночества, изоляции, исключения, издевательств, аутсайдерства.

Важным основанием формирования идентичности в этом возрасте является гендер, понимание мужественности и женственности, разговор со своим телом, оценка критериев симпатичности, интересности, привлекательности, возможности быть любимым, другом, стать знаменитым и звездой.

КВЕСТ САМОУБИЙЦ

Современные дети и подростки и правда живут в другом мире. Различия не только в способах коммуникации, но и в содержании. Появились новые манки для непосвященных и свои ключи для тех, кто «в теме». Задолго до появления интернет-сообществ и современных субкультур в каждом обществе были люди, склонные к саморазрушительному, в том числе — суицидальному поведению.

Хотя сайты, распространявшие информацию о самоубийствах, заблокированы по закону, из этого не следует, что проблема детских самоубийств стала менее острой. Закрытые и полужакрытые сообщества «смерти» остаются, кураторы действуют, некрепкие души ищут примеры для тестирования острых ощущений, а интернет-пауки создают новые сети в потаенных местах. Одному из администраторов предъявлено обвинение по статье «Доведение до самоубийства».

Модератор задержан и судебно-психиатрическая экспертиза признала его вменяемым. Своей целью он провозглашал чистку общества от «биомусора».

Квест «китов» с системой заданий давал четкие указания, отслеживал результат, использовал модели культа: изображения с определенной символикой, общение глубокой ночью, посты, посвященные погибшим накануне, призывы следовать указаниям, магические знаки-анаграммы, наличие особых ритуалов, масса видео суицидального содержания, администраторские анонсы «флешмоба самоубийств», списки «жертв». Активируются группы, связанные с крипиквестами и связанные с нетсталкерской культурой.

СМЕРТЬ ТЕЛОХРАНИТЕЛЯ

У каждого человека есть система внутренних запретов, его личный телохранитель, который даже под гипнозом не даст человеку перешагнуть границы.

Запрет на самоубийство существует априори. «Помощник» в сети преодолевает этот запрет, что свидетельствует либо об «ущербности» самой «жертвы», либо о «профессиональном» воздействии куратора, или о единстве первого и второго.

У подростков тысяча проблем может спровоцировать суицид, даже одна, воспринимаемая чрезмерно эмоционально и преувеличенно остро. Но если есть эмоциональный контакт со значимым взрослым дома, в школе, все переживается, подростковый кризис только закалит личность.

РАССТЕГНИ СВОЮ ДУШУ

Каждый день, выходя в интернет, ребенок сталкивается с отравляющими идеями. Его желание быть особым, допущенным в круг избранных, подкрепляется закрытой системой, где скрытность и молчание — обязательное условие для продвижения в группе.

Подростки — диагноз. Они эмоциональны, неопытны, доверчивы, принимают решения, не понимая суть происходящего. Чтобы «поймать» человека в сеть, лучше всего обратиться к нему в момент, когда он ослаблен, рассеян, эмоционально нестабилен, не определился в выборе, что и делают вербовщики разных типов.

Ничего и делать не нужно. Детям страшно и интересно одновременно, все спят, ночь, ощущение причастности к тайне. Они в группе избранных. Они свои. Большей привлекательностью обладают необычные группы, закрытые, для избранных, непонятно называемые и субкультурно привлекательные.

РАЗДЕЛЯЙ И ВЛАСТВУЙ

Когда у подростка боль, он ищет кого-то, кто может ее разделить. А социальные сети — самое простое и доступное для кон-

такта в реальной жизни с теми, кто разделит его переживания.

Подростки всегда интересовались смертью. Это случается потому, что в пубертатном возрасте происходит рождение взрослого человека, и в каком-то символическом смысле смерть детства. Очень логично, что подростки, которые вступают во взрослую жизнь, интересуются вопросами жизни и смерти, что было всегда. Интернет — еще один источник поиска ответов. Когда мы ищем что-либо в сети, реагируем на первое предложенное, либо сознательно ищем исключительное, знакомое раньше. И ребенок использует те же поисковые стратегии, за исключением опыта индивидуальных «маркетинговых исследований». Если говорить о том, насколько популярен у подростков культ смерти, то человек всегда начинает заигрывать с тем, что его интересует и что запрещено. А вокруг все говорят об этом, а взрослые запрещают — секс и смерть две самые популярные темы.

Известно внешнее и внутреннее суицидальное поведение. Если у подростка «созрело» внутреннее суицидальное поведение (мотив) и соответствующие замыслы, то какие-то призывы из социума или сетей могут включить ему внешнее суицидальное поведение.

«Свои» важны, нужны, только они «понимают» язык, юмор, разделяют симпатии и «любови», принимают, присваивают статус, которого нет в классе, секции, семье. Те, кто «посвящен», четко знают, кто «не свои», «чужие», кого «не примут».

ПРОВОКАЦИЯ

У подростка суицидальный мотив может провоцировать сильная эмоция, высокий уровень тревоги, неосознанные беспокойства с установкой на поиск причины. Постоянное ощущение тревоги является результатом психологической травмы. Если при этом подросток не получает помощи в адаптации к новым условиям, то склонность к ощущению постоянной угрозы может закрепиться. Агрессия — природный инструмент защиты. Самоубийство — та же агрессия, только направленная на себя. Ничего удивительного, что человек с высоким уровнем агрессивности готов убить и себя, и других. Взрослый может покончить с собой из-за того, что потерял смысл жизни, а ребенок оттого, что отказывается его искать. Или ему внушили, что смысл в смерти?

ГРУППА КРОВИ

Пока ребенок мал, мать для него защищающая сила. Позже функция матери замещается группой, размеры которой увеличиваются с взрослением. Защитой становится группа, Церковь, вера. Младенец находится с матерью в симбиозе, предшествующем формированию самосознания. Если в этот



период потребность ребенка в материнской любви и защите не удовлетворяется, то впоследствии такого человека обычно отличает повышенная тревожность, доходящая до страха смерти. Он неосознанно стремится вернуться к симбиозу, потерять свою индивидуальность в единстве и обеспечить себе таким образом безопасность. Симбиотическая связь с матерью провоцирует неспособность на автономное существование, нести ответственность, принимать самостоятельные решения. Группа единомышленников, состоящая из подобных одиноких и психологически незрелых лиц, чувствует себя защищенной только в единении с другими представителями группы. Это инфантильные личности, застрявшие в психологическом развитии, подверженные неосознаваемой угрозе остаться один на один с миром, что провоцирует агрессию. Иная психология в архетипах — мать в ответе за ребенка, брат в ответе за сестренку, будущая мать за потенциальных детей.

Пубертатный период — время активной социализации и связанных с этим разочарований, в сочетании с юношеским максимализмом, когда неудача воспринимается как крах всего, что может толкнуть к аутоагрессии. В среде подростков высок интерес к смерти, с чем связано, например жестокое обращение с животными, грубость с младшими, «чужими». Мучая и убивая животных, подростки пытаются осознать грань, отделяющую жизнь от смерти. А игры со смертью в романтической литературе, игра в русскую рулетку?... Детские опыты с бомбочками и самодельным оружием?

Подросток, хоть и воображает себя взрослым и самостоятельным, но психологически тот же ребенок, который пытается отойти от власти родителей, который может запутаться в самом себе, в своих убеждениях, мыслях, взглядах на жизнь, жизненных ценностях и ориентирах. И если у подростка нет заботливого авторитетного взрослого (родителя, учителя, наставника, старшего товарища, тренера), который морально поддерживает, услышит и поймет, ненавязчиво подскажет и направит на путь истинный, то психика подростка будет открыта для любого воздействия извне, в том числе и внушения на аутоагрессию.

Мысли, неустойчивое и не полностью сформированное мышление ребенка (часто дихотомическое — все или ничего) вызывают негативные эмоции. Последние вызывают поведение, мышление вызывает поведение. Когда негативно интерпретируемых ситуаций в жизни подростка очень много, и никто не слышит и не понимает его, не поддерживает и не помогает разобраться в ситуациях и в себе, то ребенок-подросток может «найти поддержку» в сообществах, где решения просты и однозначны, где подростковый суицид обретет смысл.

Социальные сети дают подростку иллюзорную возможность раскрыться, снять какие-то внутренние барьеры и психологические защиты, выразив себя, открыв свою суть. Это своего рода защитный механизм психики, который как бы «спасает» от одиночества.

ВХОД СВОБОДНЫЙ

Да, вход свободный — именно это обозначает активное открытие своего личного пространства в сети. Фото и видео, посты, откровения — все это активно отслеживается всевозможными участниками интернет-пространства, от маркетинговых компаний до программирующих на теракт или самоубийство кураторов.

Когда родители выполняют только обязанности по воспитанию и развитию детей, но при этом мало интересуются миром своего ребенка, его проблемами: незавершенными ситуациями, накопленными негативами, его подсознательными желаниями и потребностями, не слышат, не уделяют должного внимания, не любят и не уважают как личность, не поддерживают и не принимают эмоционально, что удивляться, если ребенок-подросток вступил в сообщество, имеет суицидальные мысли. Мысли о суициде приводят к суициду, и не только у подростков. А более ранние мысли, например, о себе, как о плохом и недостойном, приводят к суицидальным мыслям.

Все ранние мысли и убеждения внушают сами родители (не осознавая этого) своей невнимательностью, неприятием, нечувствительностью, непониманием, то есть, отвержением, отстранением ребенка. Если есть подобная установка с раннего детства, то не обязательно она приводит подростка к мотиву совершить суицид, он может отложить его на длительное время, например начать курить, пить, много есть, употреблять наркотики, прыгать с тарзанки или слишком гонять на мотоцикле, пойти в будущем куда-то воевать наемником. А внушенные извне, из социальных сетей установки на суицид — лишь провокация и подкрепление уже имеющейся установки, мысли, мгновенной или отложенной во времени.

НИКТО НЕ ХОТЕЛ УМИРАТЬ

Никто не хочет умирать, или кончать жизнь самоубийством: ни ребенок, ни подросток, ни взрослый. Но в голове каждого человека есть запрограммированная вера в свое бессмертие, детское, волшебное мышление. Каждый суицидент верит в то, что останется жив после акта самоубийства, и все увидят, что он был прав. **Логическая цепочка детского мышления при попытках суицида работает примерно так:** «Меня не любят, не понимают, не принимают, значит, я плохой, со мной что-то не так. Надо сделать все, чтобы меня полюбили. Если я совершу самоубийство, то на моих похоронах все

про меня вспомнят, пожалеют, полюбят, будет много внимания, признания, принятия. Я это узнаю. Потом мы будем счастливы».

Интернет-сообщества используют запоминающиеся суицидальные образы для подкрепления внушения, так как дети часто мыслят образами, а не словами, понятиями, логикой (то же и взрослые в измененном состоянии сознания, «мыслят» правым полушарием, картинками и эмоциями). Любая хорошо развитая технология неотличима от магии. Утвердилась манипуляция смыслами и придуманными символами, превращенными в мемы.

«Безобидные» слоганы, образы, предложения, вопросы, не воспринимаемые отдельно и прекрасно «работающие» в контексте «понимающих»: «лучшие вещи в жизни с буквой «с», «сколько унылых будней ты готов еще так просуществовать?», «Ты девочка? Тебя предали? Бросил парень? Слушаешь грустную музыку? Тогда подписывайся...».

Подросток, находящийся онлайн, вдруг видит рекламу самоубийств и начинает верить, что есть выход: «Круто, все это делают. Вон сколько людей».

«Суицидальные группы» ищут «жертв» среди детей-подростков, поскольку именно эта категория наиболее уязвима для внедрения установок, взглядов, убеждений, ценностей, зачастую кардинально отличающихся от устоев общества (вербовка в террористические сообщества, в секты). Похожие методы используются в вербовке смертников, с поправкой на возраст и ситуацию.

КОНТРОЛЬ ИЛИ ВНИМАНИЕ?

Контролирование интернета родителями ничего не даст. Группы, в которых обсуждается суицид, закрытые. Сверхконтроль не порождает ничего, кроме протеста и ощущения у ребенка того, что ему не доверяют, что его подозревают.

Насторожить должны маркеры суицидального поведения:

Вербальное поведение: прямые высказывания о решении покончить с собой; косвенные намеки на совершение самоубийства; интерес к вопросам смерти, увлечения литературой по вопросам смерти, частые разговоры на эту тему; высказывания мыслей по поводу самоубийства в ироничной форме.

Поведенческие признаки: подготовка к самоубийству, раздача вещей; запущенный и неряшливый внешний вид; потеря интереса к привычным увлечениям; отстранение от друзей и семьи; замкнутость и угрюмость; безразличие к окружающему; предсмертные записки.

Некоторые советы помогут предотвратить задуманный суицид.

1. Внимательно слушайте решившегося на самоубийство подростка. Приложите

все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

- Оцените серьезность намерений и чувств подростка, узнайте план самоубийства. Ситуация серьезнее, если подросток имеет ясное представление о способе покончить с собой.
- Оцените глубину эмоционального состояния. Подросток может испытать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве.
- Внимательно отнеситесь ко всем, даже незначительным обидам и жалобам подростка. Попытайтесь убедить его раскрыть свои чувства, поделиться накопившимися проблемами, написать на бумаге, а потом послушать, когда это читают ему со стороны.
- Поговорите с подростком о теме самоубийства. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказаться о своих проблемах.
- Постарайтесь остановить внимание подростка на позитивных моментах жизни. Попросите, чтобы он припомнил эмоционально позитивные события, связанные с важным для него. Спросите у подростка, что ощутили бы близкие люди, друзья, узнав о его попытке самоубийства. Такая возможность проговорить чувства окружающих значимых людей может изменить точку зрения.
- Придайте уверенность подростку, объясните ему, что вместе вы обязательно справитесь с проблемами.

Оснований для совершения подростком самоубийства, по его представлениям, может быть много, и во всех случаях необходима профессиональная психологическая консультация и помощь.

Чтобы предотвратить подростковый суицид, родителям и воспитателям нужно:

- Неподдельно интересоваться жизнью подростка: его мышлением, внутренним миром, его интересами и увлечениями.
- Налаживать отношения в атмосфере принятия, равноправной, не назидательной позиции.
- Если у ребенка какие-то эмоциональные или психологические проблемы, обратиться за помощью к специалистам (сперва без ребенка).
- Постепенно перейти на авторитетный стиль воспитания.
- Набраться терпения.
- Разговаривать. Отдыхать совместно. Переживать вместе. Делиться собой (мыслями, чувствами, воспоминаниями, желаниями, и пр.). Показывать пример. Заботиться вместе о братьях меньших, учить обращению с младшими.

В. А. Терехин

медицинский психолог Центра профилактики зависимого поведения МНПЦ наркологии

слово церкви



Густав Доре. Лес самоубийц Данте

...Насильно разлучающий душу с телом и предающий себя или удавлению, или закланию, будет ли прощен? Таковых древние и после смерти признавали проклятыми и бесславными, даже руку самоубийцы, отрубив, погребали отдельно и вдали от прочего тела, почитая непри-

стойным, как послужившей убийству, воздавать ей ту же с остальным телом честь. Если же рука и по смерти подвергается наказанию людьми, то получит ли какое помилование душа, подвигнувшая и руку?

прп. Исидор Пелусиот

Из смертных грехов только для одного самоубийства нет покаяния; прочие же смертные грехи, по великой, неизреченной милости Божией к падшему человечеству, врачуются покаянием.

...Отчаяние — злейший грех между всеми грехами. Созревшее отчаяние обыкновенно выражается самоубийством или действиями, тождественными самоубийству. Самоубийство — тягчайший грех! Совершивший его лишил себя покаяния и всякой надежды спасения. Святая Церковь не совершает о нем никакого поминовения, не удостоивает отпевания и лишает погребения на христианском кладбище. За самоубийством следуют по тяжести своей грехи смертные, каковы: убийство, прелюбодеяние, ересь и другие подобные им. Эти грехи хотя и менее пагубны, нежели самоубийство и ведущее к самоубийству отчаяние, хотя совершившему их остается возможность покаяния и спасения, но называются смертными.

свт. Игнатий Брянчанинов

О самоубийцах Церковь не молится, ибо они умирают в смертном грехе неразрешенном — не очищенном покаянием...

свт. Феофан Затворник

«...Сам Отец твой Небесный определяет меру страдания;...Он знает твою меру. Когда бы ни пришла к тебе мысль о самоубийстве, гони ее. Ибо это шепот сатаны».

«Чувство крайнего отчаяния, направляющее мысли человека к самоубийству, есть ясный сигнал, что злой дух — дух уныния — завладел душой этого человека».

Святитель Николай Сербский

«...В какое омрачение души нужно придти, чтобы из-за малой скорби перейти в вечную, ужаснейшую муку. Как бы ни было здесь тяжело, хотя бы мы жили на земле тысячи лет в тяжких страданиях — все же им будет конец. А в аду нет конца мукам».

«... (через скорбные жизненные обстоятельства бесы) расстраивают и омрачают до того, что, мол, лучше повеситься, чем так жить. Если ты или кто-либо примет хоть на время эту мысль, то бесы с большей силой, с помощью других, более сильных бесов (семь других, злейших себя, как сказано в Евангелии) будут стараться

ГОВОРЯТ, ЧТО...

АРТУР ШОПЕНГАУЭР:

С точки зрения молодости жизнь есть бесконечное будущее, с точки зрения старости — очень короткое прошлое.

ФЕДЕРИКО ФЕЛЛИНИ:

Молодые люди не знают, чего хотят, но полны решимости добиться этого.

ЗИНАИДА ГИППИУС:

Юность занята собой, на окружающих смотрит вполглаза. Самый неблагодарный, — да и неприятный, — возраст 17-20 лет. К жизни еще не привык, к себе самому тоже. Ни жизни, ни смерти, ни людей не понимаешь, а между тем убежден, что отлично все видишь, понял и даже во всем слегка разочаровался.

КОНСТАНТИН СЕРГЕЕВИЧ
СТАНИСЛАВСКИЙ:

Пока мы молоды, мы должны вооружиться зубной щеткой и отправиться туда, куда глаза глядят. Смеяться, совершать безумные поступки, рыдать, идти против системы, читать столько, сколько, кажется, не влезит в голову, любить, что есть сил, чувствовать. Просто жить.

РЭЙ БРЭДБЕРИ:

В тринадцать жизнь идет наперекосяк. В четырнадцать — и вовсе заходит в тупик. В шестнадцать — хоть ложись да помирай. В семнадцать — конец света. А там терпи лет до двадцати, чтобы дела пошли на лад.

Ибо только молодые видят жизнь впереди, и только совсем старые видят жизнь позади; остальные, те, что между ними, так заняты жизнью, что не видят ничего.

— Для начала: что вы думаете о нашем подлунном мире?

— Я ничего о нем не знаю.

— Говорят, с этого начинается мудрость. Когда человеку семнадцать, он знает все. Если ему двадцать семь, и он по-прежнему знает все — значит, ему все еще семнадцать.

ИОГАНН ВОЛЬФАНГ ФОН ГЕТЕ:

Молодость больше любит быть поощряемой, нежели обучаемой.

ЭРИХ МАРИЯ РЕМАРК:

... Ставить человеку в вину его молодость — самое неубедительное возражение, какое можно придумать.

чаще и сильнее внедрить мысль о самоубийстве. Если человек не воспротивится этой дьявольской мысли всеми своими силами, а даст хоть некоторое согласие, то бесы по попущению Божию за страсти и нераскаянность, и злобу могут задушить человека, дают веревку или даже полотенце и помогут покончить с собой».

Игумен Никон (Воробьев)

«Если тебе приходится переносить сильные напасти, скорби и болезни, то не малодушествуй, не унывай и не ропщи, не желай себе смерти, не говори дерзких речей пред всевидящим Богом, например, таких: «о, какая лютая скорбь, о какая не по силам моим напасть, — лучше бы уж умереть мне, или: лучше убил бы я себя!» Избави тебя Бог от такого малодушия, ропота и дерзости!»

Иоанн Кронштадтский

«Самоубийцы, пред самоубийством своим, совсем не знают, что около них стоит гадкий (невыразимо) злой дух, понуждая их убить тело, разбить драгоценный «глиняный сосуд», хранящий душу до сроков Божьих. И советует этот дух, и убеждает, и настаивает, и понуждает, и запугивает всякими страхами: только, чтобы человек нажал гашетку или перескочил через подоконник, убегая от жизни, от своего нестерпимого томления... Человек и не догадывается, что нестерпимое томление не от жизни, а от того, от кого и все мысли, обосновывающие убийство себя. Человек думает, что это он сам рассуждает, и приходит к самоубийственному заключению. Но это совсем не он, а его мыслями говорит тот, кого Господь назвал «человекоубийцей искони». Человек только безвольно соглашается, невидимо для себя берет грех дьявола на себя, сочетается с грехом и с дьяволом... Но все ли люди, спасшиеся от убийства себя или от какого-либо другого греха, понимают, что около них стоял (а может быть, и еще стоит, или иногда к ним приближается) отвратительный злой дух, существо, обнаруживаемое только некоей духовной чуткостью и обостренным духовным вниманием?».

Иоанн Шаховской

«...ты говоришь в час твоего малодушия..., что «найду способ убить себя, покончить свою жизнь!» О, ослепление и мрак осязаемый! Убьешь себя или объединишься навечно с дьяволом? Покончишь свою жизнь или сойдешь навсегда в ад? И не боишься, малодушная душа, вечного осуждения, разлуки со сладчайшим Иисусом, Жизнью и Светом?»

Иосиф Исихаст

«Человек никогда не может сделать себя существом конечным, преходящим, смертным. Даже если бы он захотел, не может совершить полного самоубийства, ибо дело самоубийства само по себе есть зло, и, как таковое, переносит душу самоубийцы в вечное царство зла. По самой природе своей человеческое самоощущение и самосознание бессмертно, непреходяще, вечно. Самим своим существом человек осужден на бессмертие и вечность. Только это бессмертие, эта вечность может быть двояка: добрая или злая, Божия или дьявольская. Человеку предоставлена свобода выбирать между этими двумя бессмертиями, между этими двумя вечностями. Он не может отречься от бессмертия и вечности, ибо для бессмертия и вечности предназначено его существо. Он не располагает ни внутренним органом, ни внешним средством, с помощью которых мог бы исторгнуть из себя или уничтожить в себе то, что бессмертно и вечно. Для такой затеи он должен был бы иметь нечто бессмертнее бессмертного и вечнее вечного. А он этого не имеет».

Иустин Попович

«...это (второе искушение Христа, когда сатана предлагает Ему: «бросься вниз» (Мф. 4,6)) предназначено в поучение надменным знайкам, ученым гордецам и книжникам, которые, приобретая из материальной природы и чувственной жизни сколько-нибудь знаний, гордо возносят себя превыше Церкви Божией, пока в момент их наибольшего опьянения самими собою сатана не повелит им броситься вниз в пропасть. Ибо, накапливая знания вне Бога и Церкви Божией, надменные люди думают, будто накапливают силу, в то время как на самом деле они накапливают немощь. Тот, кто возвращает гордыню, возвращает немощь. Тот, кто удаляется от Бога, становится все меньше и меньше духом и силою, пока, наконец, не исчезнет, как пепел, разметенный ветром. И когда гордец возрастит немощь свою до предела и окончательно удалится от Бога, он считает, что встал ногами своими на верх Церкви Божией, да даже и Самого Бога положил себе под ноги. И тогда сатана приступает к нему с искушением и говорит: «Бросься вниз и полети!» ... Бес-искуситель поставляет их на высочайшую вершину гордыни, и предлагает им тогда броситься вниз. И они послушно бросаются и погибают. И имена их навсегда изглаживаются из книги жизни».

Николай Сербский

литературная страница

А. П. ЧЕХОВ
ВОЛОДЯ

В одно из летних воскресений, часов в пять вечера, Володя, семнадцатилетний юноша, некрасивый, болезненный и робкий, сидел в беседке на даче у Шумихиных и скучал. Его невеселые мысли текли по трем направлениям. Во-первых, завтра, в понедельник, ему предстояло держать экзамен по математике; он знал, что если завтра ему не удастся решить письменную задачу, то его исключат, так как сидел он в шестом классе два года и имел годовую отметку по алгебре 2. Во-вторых, его пребывание у Шумихиных, людей богатых и претендующих на аристократизм, причиняло постоянную боль его само-

любию. Ему казалось, что м-те Шумихина и ее племянницы глядят на него и его татап как на бедных родственников и приживалов, что они не уважают татап и смеются над ней. Раз он нечаянно подслушал, как м-те Шумихина говорила на террасе своей кухне Анне Федоровне, что его татап продолжает еще молодиться и наводить на себя красоту, что она никогда не платит проигрыша и имеет пристрастие к чужим ботинкам и к чужому табаку. Каждый день Володя умолял татап не ездить к Шумихиным, описывал ей, какую обидную роль играет она у этих господ, убеждал, говорил дерзости, но та, легкомысленная, избалованная, прожившая на своем веку два состояния — свое и мужнино, всегда тяготевшая к высшему обществу, не понимала его, и Володя раза два в неделю должен был провозжать ее на ненавистную дачу.

В-третьих, юноша ни на минуту не мог отделаться от странного, неприятного чувства, которое было для него совершенно ново... Ему казалось, что он был влюблен в кузину и гостью Шумихиной, Анну Федоровну. Это была подвижная, голосистая и смешливая барынька, лет тридцати, здоровая, крепкая, розовая, с крупными плечами, крупным жирным подбородком и с постоянной улыбкой на тонких губах. Она была некрасива и не молода — Володя отлично знал это, но почему-то он был не в силах не думать о ней, не глядеть на нее, когда она, играя в крокет, пожимала своими крупными плечами и двигала гладкой спиной или же после долгого смеха и беготни по лестницам падала в кресло и, зажмутив глаза, тяжело дыша, делала вид, что ее груди тесно и душно. Она была замужем. Ее муж, солидный архитектор, раз в неделю приезжал на дачу, отлично высыпался и возвращался назад в город. Странное чувство началось у Володи с того, что он беспричинно возненавидел этого архитектора и радовался всякий раз, когда тот уезжал в город.

Теперь, сидя в беседке и думая о завтрашнем экзамене и о татап, над которой смеются, он чувствовал сильное желание видеть Нюту (так Шумихины называли Анну Федоровну), слышать ее смех, шорох ее платья... Это желание не походило на ту чистую, поэтическую любовь, которая была знакома ему по рома-

нам и о которой он мечтал каждый вечер ложась спать; оно было странно, непонятно, он стыдился его и боялся; как чего-то очень нехорошего и нечистого, в чем тяжело сознаться перед самим собой...

— Это не любовь, — говорил он себе. — В тридцатилетних и замужних не влюбляются... Это просто маленькая интрижка... Да, интрижка...

Думая об интрижке, он вспоминал про свою непобедимую робость, про отсутствие усов, веснушки, узкие глаза, ставил себя в воображении рядом с Нютой — и эта пара казалась ему невозможной; тогда спешил он вообразить себя красивым, смелым, остроумным, одетым по самой последней моде...

В самый разгар мечтаний, когда он, сгорбившись и глядя в землю, сидел в темном уголке беседки, послышались легкие шаги. Кто-то не спеша шел по аллее. Скоро шаги затихли и у входа мелькнуло что-то белое.

— Есть здесь кто-нибудь? — спросил женский голос.

Володя узнал этот голос и испуганно поднял голову.

— Кто тут? — спрашивала Нюта, входя в беседку. — Ах, это вы, Володя? Что вы здесь делаете? Думаете? И как это можно все думать, думать, думать... этак можно с ума сойти!

Володя поднялся и растерянно поглядел на Нюту. Она только что вернулась из купальни. На ее плечах висели простыня и мохнатое полотенце, и из-под белого шелкового платка на голове выглядывали мокрые волосы, прилипшие ко лбу. От нее шел влажный, прохладный запах купальни и миндального мыла. От быстрой ходьбы она запыхалась. Верхняя пуговка ее блузы была расстегнута, так что юноша видел и шею и грудь.

— Что же вы молчите? — спросила Нюта, оглядывая Володю. — Невежливо молчать, когда с вами говорит дама. Какой вы, однако, тюлень, Володя! Вы все сидите, молчите, думаете, как философ какой-нибудь. В вас совсем нет жизни и огня! Противный вы, право... В ваши годы нужно жить, прыгать, болтать, ухаживать за женщинами, влюбляться.

Володя глядел на простыню, которую подерживала белая, пухлая рука, и думал...

— Молчит! — удивлялась Нюта. — Это даже странно... Послушайте, будьте мужчиной! Ну, хоть улыбнитесь! Фуй, противный философ! — засмеялась она. — А знаете, Володя, отчего вы такой тюлень? Оттого, что не ухаживаете за женщинами. Отчего вы не ухаживаете? Правда, здесь барышень нет, но ведь вам ничто не мешает ухаживать за дамами! Отчего вы, например за мной не ухаживаете?

Володя слушал и в тяжелом, напряженном раздумье почесывал себе висок.

— Молчат и любят уединение только очень гордые люди, — продолжала Нюта, отдергивая его руку от виска. — Вы гордец, Володя. Почему вы глядите исподлобья? Извольте мне глядеть прямо в лицо! Да ну же, тюлень!

Володя решил заговорить. Желая улыбнуться, он задержал нижней губой, замигал глазами и опять потянул руку к виску.

— Я... я люблю вас! — проговорил он. Нюта удивленно подняла брови и засмеялась.

— Что слышу я?! — запела она, как поют оперные певцы, когда слышат что-нибудь ужасное. — Как? Что вы сказали? Повторите, повторите...

— Я... я люблю вас! — повторил Володя. И уж без всякого участия своей воли, ничего не понимая и не соображая, он сделал полшага к Нюте и взял ее за руку выше кисти. В глазах его помутилось и выступили слезы, весь мир обратился в одно большое, мохнатое полотенце, от которого пахло купальней.

— Bravo, bravo! — услышал он веселый смех. — Что же вы молчите? Мне хочется, чтобы вы говорили! Ну?

Видя, что ему не мешают держать руку, Володя взглянул на смеющееся лицо Нюты и неуклюже, неудобно взял обеими руками ее за талию, причем кисти обеих рук его сошлись на ее спине. Он держал ее обеими руками за талию, а она, закинув на затылок руки и показывая ямочки на локтях, поправляла под платком прическу и говорила покойным голосом:

— Надо, Володя, быть ловким, любезным, милым, а таким можно сделаться под влиянием только женского общества. Однако, какое у вас нехорошее... злое лицо. Надо говорить, смеяться... Да, Володя, не будьте буйкой, вы молоды и успеете еще нафилософствоваться. Ну, пустите меня, я пойду. Пустите же!

Она без усилия освободила свою талию и, что-то напевая, вышла из беседки. Володя остался один. Он пригладил свои волосы, улыбнулся и раза три прошелся из угла в угол, потом сел на скамью и улыбнулся еще раз. Ему было невыносимо стыдно, так что даже он удивлялся, что человеческий стыд может достигать такой остроты и силы. От стыда он

улыбался, шептал какие-то несвязные слова и жестикулировал.

Ему было стыдно, что с ним только что обошлись как с мальчиком, стыдно за свою робость, а главное за то, что он осмелился взять порядочную замужнюю женщину за талию, хотя ни по возрасту, ни по своим наружным качествам, ни по общественному положению он, как ему казалось, не имел на это никакого права.

Он вскочил, вышел из беседки и, не оглядываясь, пошел в глубину сада подальше от дома.

«Ах, поскорее бы уехать отсюда! — думал он, хватая себя за голову. — Боже, поскорее бы!»

Поезд, на котором должен был ехать Володя с татап, отходил в восемь часов сорок минут. Оставалось до поезда около трех часов, но он с наслаждением ушел бы на станцию сейчас же, не дожидаясь татап.

В восьмом часу он подходил к дому. Вся его фигура изображала решимость: что будет, то будет! Он решился войти смело, глядеть прямо, говорить громко, несмотря ни на что.

Он прошел террасу, большую залу, гостиную и остановился в последней, чтобы перевести дух. Отсюда слышно было, как в соседней столовой пили чай. М-те Шумихина, татап и Нюта о чем-то говорили и смеялись.

Володя прислушался.

— Уверю вас! — говорила Нюта. — Я своим глазам не верила! Когда он стал объясняться мне в любви и даже, представьте, взял меня за талию, я не узнала его. И знаете, у него есть манера! Когда он сказал, что влюблен в меня, то в лице у него было что-то зверское, как у черкеса. — Неужели! — ахнула татап, закатываясь протяжным смехом. — Неужели! Как он напоминает мне своего отца!

Володя побежал назад и выскочил на свежий воздух.

«И как они могут говорить вслух об этом! — мучился он, всплескивая руками и с ужасом глядя на небо. — Говорят вслух, хладнокровно... И татап смеялась... татап! Боже мой, зачем ты дал мне такую мать? Зачем?»

Но идти в дом нужно было, во что бы то ни стало. Он раза три прошелся по аллее, немного успокоился и вошел в дом.

— Что же вы не приходите вовремя чай пить? — строго спросила м-те Шумихина.

— Виноват, мне... мне пора ехать, — забормотал он, не поднимая глаз. — Татап, уж восемь часов!

— Поезжай сам, мой милый, — сказала томно татап, — я остаюсь ночевать у Лили. Прощай, мой друг... Дай я тебя перекрещу...

Она перекрестила сына и сказала по-французски, обращаясь к Нюте:

— Он немного похож на Лермонтова... Не правда ли?

Кое-как простившись и не взглянув ни на чье лицо, Володя вышел из столовой. Через десять минут он уж шагнул по дороге к станции и был рад этому. Теперь уж ему не было ни страшно, ни стыдно, дышалось легко и свободно.

В полуверсте от станции он сел на камень у дороги и стал глядеть на солнце, которое больше чем наполовину спряталось за насыпь. На станции уж кое-где зажглись огни, замелькал один мутный зеленый огонек, но поезда еще не было видно. Володе приятно было сидеть, не двигаться и прислушиваться к тому, как мало-помалу наступал вечер. Сумрак беседки, шаги, запах купальни, смех и талия — все это с поразительной ясностью предстало в его воображении и все это уж не было так страшно и значительно, как раньше...

«Пустяки... Она не отдернула руку и смеялась, когда я держал ее за талию, — думал



он, — значит, ей это нравилось. Если б ей это было противно, то она рассердилась бы...»

И теперь Володе стало досадно, что там, в беседке, у него было недостаточно смелости. Ему стало жаль, что он так глупо уезжает, и уж он был уверен, что если бы тот случай повторился, то он был бы смелее и проще смотрел бы на вещи.

А случаю повториться нетрудно. У Шумихиных после ужина долго гуляют. Если Володя пойдет гулять с Нютой по темному саду, то — вот и случай!

«Вернусь, — думал он, — а уеду завтра с утренним поездом... Скажу, что опоздал к поезду».

И он вернулся... М-ме Шумихина, татап, Нюта и одна из племянниц сидели на террасе и играли в винт. Когда Володя солгал им, что опоздал к поезду, они обеспокоились, как бы он завтра не опоздал к экзамену, и посоветовали ему встать пораньше. Все время, пока они играли в карты, он сидел в стороне, жадно оглядывал Нюту и ждал... В его голове уж готов был план: он подойдет в потемках к Нюте, возьмет ее за руку, потом обнимет; говорить ничего не нужно, так как обоим все будет понятно без разговоров.

Но после ужина дамы не пошли гулять в сад и продолжали играть в карты. Играли они до часа ночи и потом разошлись спать.

«Как это все глупо! — досадовал Володя, ложась в постель. — Но ничего, погожу завтрашнего дня... Завтра опять в беседке. Ничего...»

Он не старался уснуть, а сидел в постели, обняв руками колена, и думал. Мысль об экзамене была ему противна. Он уж решил, что его исключат и что в этом исключении нет ничего ужасного. Напротив, все очень хорошо, даже очень. Завтра он будет свободен, как птица, наденет партикулярное платье, будет курить явно, ездить сюда и ухаживать за Нютой, когда угодно; и уж он будет не гимназистом, а «молодым человеком». А остальное, что называется карьерой и будущим, так ясно: Володя поступит в вольноопределяющиеся, в телеграфисты, наконец, в аптеку, где дослужится до провизора... мало ли должностей? Прошел час-другой, а он все сидел и думал...

В третьем часу, когда уж светало, дверь осторожно скрипнула и в комнату вошла татап.

— Ты не спишь? — спросила она, зевая. — Спи, спи, я на минутку... Я только капли возьму...

— Зачем вам?

— У бедной Лили опять спазмы. Спи, дитя мое, у тебя завтра экзамен...

Она достала из шкапчика флакон с чем-то, подошла к окну, прочла сигнатулку и вышла.

— Марья Леонтьевна, это не те капли! — услышал через минуту Володя женский голос. — Это ландыш, а Лили просит морфин. Ваш сын спит? Попросите его, чтобы он отыскал...

Это был голос Нюты. Володя похолодел. Он быстро надел брюки, накиннул на плечи шинель и пошел к двери.

— Понимаете? Морфин! — объясняла шепотом Нюта. — Там должно быть написано по-латыни. Разбудите Володю, он найдет...

Матап открыла дверь, и Володя увидел Нюту. Она была в той же самой блузе, в какой ходила купаться. Волосы ее были не причесаны, разбросаны по плечам, лицо заспанное, смуглое от сумерек...

— Вот Володя не спит... — сказала она. — Володя, поищите, голубчик, в шкапе морфин! Наказание с этой Лили... Вечно у нее что-нибудь.

Матап что-то пробормотала, зевнула и ушла.

— Ищите же, — сказала Нюта. — Что стоите?

Володя пошел к шкапчику, присел на колени и стал перебирать флаконы и коробки с лекарствами. Руки у него дрожали, а в груди и в животе было такое ощущение, как будто по всем его внутренностям бегали холодные волны. От запаха эфира, карболовой кислоты и разных трав, за которые он без всякой надобности хватался дрожащими руками и которые рассыпались от этого, ему было душно и кружилась голова.

«Кажется, татап ушла, — думал он. — Это хорошо... хорошо...»

— Скоро же? — спросила протяжно Нюта.

— Сейчас... Вот это, кажется, морфин... — сказал Володя, прочитав на одной из сигнатур слово «morph...» — Извольте!

Нюта стояла в дверях так, что одна нога ее была в коридоре, а другая в его комнате. Она поправляла свои волосы, которые трудно было поправить — так они были густы и длинны! — и рассеянно глядела на Володю. В просторной блузе, заспанная, с распушенными волосами, при том скудном свете, какой шел в комнату от белого, но еще не освещенного солнцем неба, она показалась Володе обаятельной, роскошной... Очарованный, дрожа всем телом и с наслаждением вспоминая о том, как он обнимал это чудное тело в беседке, он подал ей капли и сказал:

— Какая вы...

— Что?

Она вошла в комнату.

— Что? — спросила она, улыбаясь.

Он молчал и смотрел на нее, потом, как тогда в беседке, взял за руку... А она смотрела на него, улыбалась и ждала: что будет дальше?

— Я вас люблю... — прошептал он.

Она перестала улыбаться, подумала и сказала:

— Погодите, кажется, кто-то идет. Ох, уж эти мне гимназисты! — говорила она вполголоса, идя к двери и выглядывая в коридор. — Нет, никого не видно...

Она вернулась...



Затем Володе показалось, что комната, Нюта, рассвет и сам он — все слилось в одно ощущение острого, необыкновенного, небывалого счастья, за которое можно отдать всю жизнь и пойти на вечную муку, но прошло полминуты, и все это вдруг исчезло. Володя видел одно только полное, некрасивое лицо, искаженное выражением гадливости, и сам вдруг почувствовал отвращение к тому, что произошло.

— Однако мне нужно уходить, — сказала Нюта, брезгливо оглядывая Володю. — Какой некрасивый, жалкий... фи, гадкий утенок!

Как теперь Володе казались безобразны ее длинные волосы, просторная блуза, ее шаги, голос...

«Гадкий утенок... — думал он после того, как она ушла. — В самом деле я гадок... Все гадко».

На дворе уж восходило солнце, громко пели птицы; слышно было, как в саду шагал садовник и как скрипела его тачка... А немного погодя послышалось мычанье коров и звуки пастушеской свирели. Солнечный свет и звуки говорили, что где-то на этом свете есть жизнь чистая, изящная, поэтическая. Но где она? О ней никогда не говорили Володе ни татап, ни все те люди, которые окружали его.

Когда лакей будил его к утреннему поезду, он представился спящим...

«Ну его, все к черту!» — думал он.

Встал он с постели в одиннадцатом часу. Причесываясь перед зеркалом и глядя на свое некрасивое, бледное от бессонной ночи лицо, он подумал:

«Совершенно верно... Гадкий утенок».

Когда татап увидела его и ужаснулась, что он не на экзамене, Володя сказал:

— Я проспал, татап... Но вы не беспокойтесь, я представлю медицинское свидетельство.

М-ме Шумихина и Нюта проснулись в первом часу. Володя слышал, как проснувшаяся м-ме Шумихина со звоном открыла у себя окно, как на ее грубый голос ответила Нюта раскатистым смехом. Он видел, как отворилась дверь и из гостиной потянулась к завтраку вереница племянниц и приживалок (в толпе последних была и татап), как замелькало умытое, смеющееся лицо Нюты, а рядом с ее лицом черные брови и борода только что приехавшего архитектора.

Нюта была в малороссийском костюме, который совсем не шел к ней и делал ее неуклюжею; архитектор острил пошло и плоско; в котлетах, что подавали за завтраком, было очень много лука — так казалось Володе. Ему также казалось, что Нюта нарочно громко хохотала и поглядывала в его сторону, чтобы этим дать понять ему, что воспоминание о ночи нисколько не беспокоит ее и что она не замечает присутствия за столом гадкого утенка.

В четвертом часу Володя ехал с татап на станцию. Грязные воспоминания, бессонная ночь, предстоящее исключение из гимназии, угрызения совести — все это возбуждало в нем теперь тяжелую, мрачную злобу. Он глядел на тощий профиль татап, на ее маленький носик, на ватерпруф, подаренный ей Нютой, и бормотал:

— Зачем вы пудритесь? Это не пристало в ваши годы! Вы наводите на себя красоту, не платите проигрыша, курите чужой табак... противно! Я вас не люблю... не люблю!

Он оскорблял ее, а она испуганно поводи́ла своими глазками, всплескивала ручками и шептала в ужасе:

— Что ты, друг мой? Боже мой, кучер услышит! Замолчи, а то кучер услышит! Ему все слышно!

— Не люблю... не люблю! — продолжал он, задыхаясь. — Вы безнравственная, бездушная... Не смейте носить этого ватерпруфа! Слышите? А то я изорву его в клочки...

— Опомнись, дитя мое! — заплакала татап. — Кучер услышит!

— А где состояние моего отца? Где ваши деньги? Вы все промотали! Мне не стыдно своей бедности, но стыдно, что у меня такая мать... Когда мои товарищи спрашивают о вас, я всегда краснею.

На поезде пришлось ехать до города две станции. Все время Володя стоял на площадке и дрожал всем телом. Ему не хотелось входить в вагон, так как там сидела мать, которую он ненавидел. Ненавидел он самого себя, кондукторов, дым от паровоза, холод, которому приписывал свою дрожь... И чем тяжелее становилось у него на душе, тем сильнее он чувствовал, что где-то на этом

свете, у каких-то людей есть жизнь чистая, благородная, теплая, изящная, полная любви, ласк, веселья, раздолья... Он чувствовал это и тосковал так сильно, что даже один пассажир пристально поглядев ему в лицо, спросил: — Вероятно, у вас зубы болят?

В городе татап и Володя жили у Марьи Петровны, дамы-дворянки, которая нанимала большую квартиру и от себя сдавала ее жильцам. Матап нанимала две комнаты: в одной, с окнами, где стояла ее кровать и висели на стенах две картины в золотых рамах, жила она сама, а в другой, смежной, маленькой и темной, жил Володя. Тут стоял диван, на котором он спал, и кроме этого дивана не было никакой другой мебели; вся комната была занята плетеными корзинами с платьем, картонками от шляп и всяким хламом, который для чего-то берегла татап. Уроки приготовлял Володя в комнате матери или в «общей» — так называлась большая комната, куда все жильцы сходились во время обеда и по вечерам.

Вернувшись домой, он лег на диван и укрылся одеялом, чтобы унять дрожь. Картонки от шляп, плетенки и хлам напомнили ему, что у него нет своей комнаты, нет приюта, где бы он мог спрятаться от татап, от ее гостей и от голосов, которые доносились теперь из «общей»; ранец и книги, разбросанные по углам, напомнили ему об экзамене, на котором он не был... Почему-то совсем некстати пришла ему на память Ментона, где он жил со своим покойным отцом, когда был семи лет; припомнились ему Биарриц и две девочки-англичанки, с которыми он бегал по песку... Захотелось возобновить в памяти цвет неба и океана, высоту волн и свое тогдашнее настроение, но это не удалось ему; девочки-англичанки промелькнули в воображении, как живые, все же остальное смешалось, беспорядочно расплылось...

«Нет, здесь холодно», — подумал Володя, встал, надел шинель и пошел в «общую».

В «общей» пили чай. За самоваром сидели трое: татап, учительница музыки, старушка в черепаховом рince-nez и Августин Михайлыч, пожилой, очень толстый француз, служивший на парфюмерной фабрике.

— Я сегодня не обедала, — говорила татап. — Надо бы горничную послать за хлебом.

— Дуняш! — крикнул француз.

Оказалось, что горничную услала куда-то хозяйка.

— О, это ничего не означает, — сказал француз, широко улыбаясь. — Я сейчас сам схожу за хлебом. О, это ничего!

Он положил свою крепкую, вонючую сигару на видное место, надел шляпу и вышел. По уходе его татап стала рассказывать учительнице музыки о том, как она гостила у Шумихиных и как хорошо ее там принимали.

— Ведь Лили Шумихина моя родственница... — говорила она. — Ее покойный муж,

генерал Шумихин, приходится кузеном моему мужу. А сама она урожденная баронесса Кольб...

— Матап, это неправда! — сказал раздраженно Володя. — Зачем лгать?

Он знал отлично, что татап говорит правду; в ее рассказе о генерале Шумихине и урожденной баронессе Кольб не было ни одного слова лжи, но тем не менее все-таки он чувствовал, что она лжет. Ложь чувствовалась в ее манере говорить, в выражении лица, во взгляде, во всем.

— Вы лжете! — повторил Володя и ударил кулаком по столу с такой силой, что задрожала вся посуда и у татап расплескался чай. — Для чего вы рассказываете про генералов и баронесс? Все это ложь!

Учительница музыки растерялась и закашляла в платок, делая вид, что она поперхнулась, а татап заплакала.

«Куда уйти?» — подумал Володя.

На улице он уж был; к товарищам идти стыдно. Опять некстати припомнились ему две девочки-англичанки... Он прошелся из угла в угол по «общей» и вошел в комнату Августина Михайлыча. Тут сильно пахло эфирными маслами и глицериновым мылом. На столе, на окнах и даже на стульях стояло множество флаконов, стаканчиков и рюмок с разноцветными жидкостями. Володя взял со стола газету, развернул ее и прочел заглавие: «Figaro»... Газета издавала какой-то сильный и приятный запах. Потом он взял со стола револьвер...

— Полноте, не обращайтесь внимания! — утешала в соседней комнате учительница музыки татап. — Он еще так молод! В его годы молодые люди всегда позволяют себе лишнее. С этим надо мириться.

— Нет, Евгения Андреевна, он слишком испорчен! — говорила татап нараспев. — Над ним нет старшего, а я слаба и ничего не могу сделать. Нет, я несчастна!

Володя вложил дуло револьвера в рот, нащупал что-то похожее на курок или собачку и надавил пальцем... Потом нащупал еще какой-то выступ и еще раз надавил. Вынув дуло изо рта, он вытер его о полу шинели, оглядел замок; раньше он никогда в жизни не брал в руки оружия...

— Кажется, это надо поднять... — сообщал он. — Да, кажется...

В «общую» вошел Августин Михайлыч и хохоча стал рассказывать о чем-то. Володя опять вложил дуло в рот, сжал его зубами и надавил что-то пальцем. Раздался выстрел... Что-то с страшною силою ударило Володю по затылку, и он упал на стол, лицом прямо в рюмки и во флаконы. Затем он увидел, как его покойный отец в цилиндре с широкой черной лентой, носивший в Ментоне траур по какой-то даме, вдруг охватил его обеими руками и оба они полетели в какую-то очень темную, глубокую пропасть.

Потом все смешалось и исчезло...

МОСКОВСКАЯ НАРКОЛОГИЯ

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения города Москвы

«Московский научно-практический центр наркологии Департамента здравоохранения города Москвы»

Адрес: 109390, Москва, ул. Люблинская, д. 37/1. Директор — Брюн Евгений Алексеевич. Телефоны: 8 (499) 178-35-05; 8 (495) 660-20-56.

Организационно-методический консультативный отдел по наркологии Департамента здравоохранения города Москвы

Адрес: 113149, Москва, ул. Болотниковская, д. 16, телефон: — 8 (499) 317-20-44.

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ: 8 (495) 709-64-04

ФИЛИАЛЫ ГБУЗ «МНЦП НАРКОЛОГИИ ДЗМ»

Клинический филиал № 1 ГБУЗ

«МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 113149, Москва, ул. Болотниковская, д. 16
Приемное отделение: 8 (499) 613-69-11

Клинический филиал № 2 ГБУЗ

«МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: Москва, Варшавское шоссе, д. 170 Г, корп. 1
Приемное отделение: тел./факс 8 (495) 389-67-27
Справочная: тел. 8 (495) 389-66-00Центр профилактики зависимого поведения
(филиал) ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»Адрес: 109390, Москва, ул. Люблинская, д. 37/1
Телефон: 8 (499) 178-69-29Детский наркологический центр (филиал)
ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»Адрес: 119313, Москва, Ленинский проспект, д. 89 А
Телефоны: 8 (499) 134-30-53; 8 (499) 132-88-32

Реабилитационный центр (филиал) ГБУЗ

«МНПЦ наркологии ДЗМ» в Ступино

Адрес: Московская обл., Ступинский район, село
Старая Ситня, ул. Больничная, владение 1
Приемное отделение: тел./факс 8 (496) 649-15-98

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 1 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: Москва, ул. Садовническая, д. 73, стр. 2
Регистратура: 8 (495) 951-83-87

СЕВЕРНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 2 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 125130, Москва, ул. Куусинена, д. 4, корп. 3
Регистратура: 8 (499) 195-30-05
Телефоны: 8 (499) 195-00-50; 8 (499) 195-00-51

СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 3 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 129327, Москва, ул. Таймырская, д. 8, корп. 1
Регистратура: 8 (495) 474-77-01

ВОСТОЧНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 4 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 105187, Москва, ул. Щербаковская, д. 57/20
Телефон: 8 (499) 166-76-38

ЮГО-ВОСТОЧНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 5 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 109462, Москва, ул. Маршала Чуйкова, д. 24
Регистратура: 8 (499) 178-31-94,
Психосоциальная реабилитация химически
зависимых лиц и членов их семей, анонимные
бесплатные консультации: 8 (499) 179-74-09

ЮЖНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 6 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 115280, Москва,
2-й Автозаводский проезд, д. 4
Регистратура: 8 (495) 675-24-46
Телефон доверия: 8 (495) 675-84-09

ЮГО-ЗАПАДНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ И НАО

филиал № 7 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 117449, Москва, ул. Шверника, д. 10 А
Телефоны: 8 (499) 126-25-01, 8 (499) 126-04-51
Амбулаторное реабилитационное отделение
Адрес: ул. Шверника, 10 А. Тел.: 8 (499) 126-04-51
Диспансерное отделение для взрослых № 2
Адрес: Москва, ул. Грина, д. 3 корп. 2
Телефон: 8 (495) 7137472 — регистратура

ЗАПАДНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 8 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 121096, Москва, ул. Баркляя, д. 5, стр. 6
Телефон: 8 (499) 145-00-44

СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 9 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 125362, Москва, ул. Мещерякова, д. 4, корп. 1
Регистратура: 8 (495) 491-66-82,
Служба доверия: 8 (499) 192-40-95

ЗЕЛЕНГРАДСКИЙ АДМИНИСТРАТИВНЫЙ ОКРУГ

филиал № 10 ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

Адрес: 124489, Москва, Зеленоград,
Каштановая аллея, д. 8, стр. 1
Телефон: 8 (499) 734-91-33

Центр по профилактике и лечению

табачной и нехимических зависимостей

Адрес: 119034, Москва, ул. Остоженка, д. 53 А
Телефон: 8 (499) 245-03-85НАБОР РЕАГЕНТОВ для диагностики IN VITRO
для ОПРЕДЕЛЕНИЯ
НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ
и их ПРОДУКТОВ в БИОЛОГИЧЕСКИХ
ЖИДКОСТЯХ с ПРИНАДЛЕЖНОСТЯМИ

РУ № ФСЗ 2012/12434 от 29.06.2012

Тестирование граждан отдельных категорий
на наличие наркотических средств
и психотропных веществ в моче

- Водители
- Получающие разрешение на оружие
- Военнослужащие
- Сотрудники гражданской авиации
- Сотрудники ЧОП, РЖД
- Школьники и студенты

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ: +7 (499) 758 44 44



www.multi10.ru

НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Реабилитационный Центр ДОБРИНКА

Лечение зависимости: Анонимно Круглосуточно

Адрес: Липецкая обл., Добринский р-н, с. Павловка, ул. Школьная, д. 1

Приёмное отделение: 8 (495) 792-76-08

e-mail: dobrinka@r-n-l.ru

сайт: www.rc-dobrinka.ru



Учредитель и издатель:

«Российская наркологическая лига»

АССОЦИАЦИЯ
НАРКОЛОГОВ
РОССИИ

www.r-n-l.ru

Телефон — (495) 223-7101

Отдел рекламы Анна Перунова

perunova@fiot.ru

Адрес редакции:

129515, Москва, ул. Академика Королева, д. 13, стр. 1

Свидетельство о регистрации

ПИ № ФС77-56882 от 30 января 2014 г.

gazetaliga@mail.ru

Редакция газеты «Независимость личности»

Главный редактор Евгений Брюн

Ответственный редактор Наталия Волохова

Консультант редакции Нина Гордовская

Дизайн и верстка Сергей Байгуттеев

Корректор Ирина Литвина

Оригинал-макет Игорь Ермолаев

Газета издается при поддержке:

Группа Компаний

Лигафарм

Тираж 1000 экземпляров

Выходит один раз в месяц

Подписной индекс по каталогу Роспечати — 29861

Отпечатано в типографии «Парадиз»

Заказ № 110, подписано в печать 13 апреля 2017 г.

Бумага мелованная 115 г/м²