



**Российский Благотворительный Фонд  
«Нет Алкоголизму и наркомании»**

**ЧИСТАЯ**

**КНИГА**

**Методическое пособие**

Москва 2003 г.

«Чистая Книга»

**Авторская группа:**

Зыков О.В., Мелитонян А.А.,  
Островский И.М., Сурвила А.П.

Поддержка данного издания была осуществлена Комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав муниципалитета «Академический» города Москвы.

Серия «Социальные игры в мотивационных акциях».  
«Чистая Книга». Методическое пособие  
М.: Российский благотворительный Фонд  
«Нет Алкоголизму и Наркомании» (НАН), 2003. – 19 стр.

©Российский благотворительный Фонд  
«Нет Алкоголизму и Наркомании» (НАН), 2000.

**Содержание:**

О ФОНДЕ НАН	4
ВСТУПЛЕНИЕ	5
ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ВЫБОР ПОДРОСТКА	6
ДВИЖЕНИЕ «ЧИСТАЯ КНИГА»	6
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 «ПОЛОЖЕНИЕ О ЧИСТОЙ КНИГЕ»	8
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 «ПОРЯДОК ПОДПИСАНИЯ ЧИСТОЙ КНИГИ»	10
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 «МЕРОПРИЯТИЯ ДВИЖЕНИЯ «ЧИСТАЯ КНИГА»	11
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 «ОПИСАНИЕ ОРИГИНАЛ-МАКЕТА «ЧИСТОЙ КНИГИ»	13
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 СТАТЬИ ИЗ ЖУРНАЛА «СТУДЕНЧЕСКИЙ МЕРИДИАН»	14

## **О Фонде НАН**

Российский благотворительный фонд «Нет алкоголизму и наркомании» (НАН) основан в 1987 году и является одной из крупнейших общественных некоммерческих организаций в России и имеет более 60 региональных отделений и филиалов на территории РФ. Фонд является ассоциированным членом ООН и других международных организаций, тесно сотрудничает с ЮНЕСКО, ЮНИСЕФ, Комиссией по наркотикам ООН. В 1998 году Фонду НАН была присвоена Европейско-Американская награда Демократии и Гражданского общества.

Фонд НАН занимается вопросами профилактики распространения наркомании и алкоголизма; активно способствует формированию гражданского общества в России, уделяет особое внимание проблемам детей и молодежи; участвует в разработке и реализации государственных социальных программ; среди осуществленных проектов Фонда – открытие в 1992 году первого в Москве приюта для беспризорных детей. Фонд является одним из инициаторов воссоздания ювенальной юстиции в Российской Федерации, участвовал в создании федерального закона «О благотворительной деятельности и благотворительных организациях», а также ряда региональных законов, посвященных проблематике социальной политики, тесно сотрудничает с Государственной Думой Федерального Собрания Российской Федерации и Московской Городской Думой, законодательными и исполнительными органами власти многих субъектов Федерации. В 2000 году Благотворительным Советом г. Москвы Фонду НАН был присвоен статус благотворительной организации.

## **Вступление.**

*Мы не имеем права манипулировать  
личностью подростка,  
но мы можем и должны  
влиять на молодежную моду.*

Сегодняшний день отличается массовым и беспорядочным воздействием общества на сознание подрастающего поколения.

Ставя перед собой задачи профилактики химической зависимости (алкоголизма и наркомании), мы не можем не учитывать то огромное влияние, которое оказывает на подростков молодежная мода.

Во многом, отношение подростка к проблеме алкоголизма и наркомании формируется под воздействием окружающей среды и текущего направления молодежной культуры. Еще двадцать лет назад не было "модно" употреблять наркотики. Сегодняшний день демонстрирует нам смену моды и "переход" на употребление наркотиков.

Позиция, занимаемая взрослой частью населения, не отличается разнообразием: все, что с точки зрения взрослого плохо, должно быть запрещено; то, что по его представлениям хорошо, можно и нужно внедрять как истинные моральные ценности.

Данная позиция (не смотря на столетия ее существования) является порочной, т.к. совершенно не учитывает мнение подростка, полностью отменяя с таким трудом отвоеванные им жизненные взгляды и ценности. Взрослый в данной позиции

воспринимается подростком как угроза свободе выбора и действия, источник противоречивой и нередко не достоверной и предвзятой информации.

Настало время насущной необходимости сближения позиций корпорации взрослых и детей в решении проблемы химической зависимости. Это первоочередное условие эффективности совместных усилий.

### **Воздействие на выбор подростка.**

Много споров вызывает правомерность такого воздействия. С одной стороны, мы не имеем права навязывать подростку выгодное нам решение. С другой стороны мы на каждом шагу сталкиваемся с ситуациями, когда подросток оказывается под шквалом манипуляций его сознанием. Это и каждодневное, ежесекундное давление рекламы в СМИ, и условия существования подростка в государстве, навязанные ему обществом. Список можно продолжать.

Но существует и другой способ воздействия на выбор. Это сила влияния положительного примера на формирование мировоззрения подростка при условии сохранения свободы выбора.

При добавлении социальной игры к данному способу, мы можем получить некую новую методику. Игра существенный механизм включения подростков в жизнь общества. Ее, при глубоком понимании проблемы химической зависимости, можно использовать в сочетании с уже зарекомендовавшими себя технологиями (см. Концептуальную программу первичной профилактики химической зависимости среди подростков Фонда НАН).

### **Движение «Чистая книга»**

Движение «Чистая книга» направлено на пропаганду здорового образа жизни и призвано показать и повысить роль отдельной личности в противодействии наркомании. «Чистая книга» - дает возможность заявить о личном отказе от употребления наркотиков. Целью этого проекта, в том числе является создание условий, при которых любой человек может в доступной для него форме выразить свое отношение к этому социальному злу, уносящему ежегодно десятки тысяч жизней, калечащему судьбы и подрывающему здоровье населения планеты. Важное место в движении занимает ознакомление подростков со способами получения удовольствия от жизни без помощи алкоголя и наркотиков.

Движение «Чистая Книга» было начато в 1999 году. Торжественный акт внесения первых подписей в «Чистую книгу» был проведен в зале заседаний Московской городской Думы в День Защиты Детей 1 июня 1999 года. Полагаем, что последовательная реализация данного проекта позволит осуществить нестандартные решения в пропаганде здорового образа жизни среди молодежи, а также явится серьезным гуманитарным вкладом Москвы и России в международные программы борьбы с наркоманией.

Одна из целей движения - создание престижа здорового образа жизни, создание среды, где каждый, говоря о своем личном отказе от употребления наркотиков, вкладывает частичку своего «Я» в общий выбор, тем самым, расширяя влияние среды, где осознанный личный отказ от употребления наркотиков становится жизненным кредо.

## Приложение 1.

### «Положение о Чистой книге».

#### «ЧИСТАЯ КНИГА»

«ЧИСТАЯ КНИГА» – документ-обязательство, который может подписать любой человек, не зависимо от возраста, вероисповедания, пола и сексуальной ориентации, осознающий всю опасность распространения наркомании в мире и добровольно принимающий решение не употреблять наркотики.

#### ЧИСТАЯ КНИГА

(положения)

**1. ЧИСТАЯ КНИГА** получила свое название по аналогии с чистым листом бумаги, на котором должна быть написана будущая история человечества, принявшего и исповедующего идеи здорового образа жизни.

**2. ЧИСТАЯ КНИГА** является документом-обязательством, созданным и действующим с целью обозначения роли конкретной личности в противодействии производству, распространению и употреблению наркотиков в мире.

**3. ЧИСТАЯ КНИГА** по своему статусу является Всемирным добровольным соглашением людей.

**4. ЧИСТАЯ КНИГА** заполняется путем добровольного и исключительно личного внесения в нее имени любого человека с обязательством этого человека не употреблять наркотики, содействовать их нераспространению, выступать против и, по возможности, противодействовать их производству и употреблению другими людьми.



**5. ЧИСТАЯ КНИГА** заполняется в произвольной форме на любом языке и скрепляется личной подписью, вносящего в нее свое имя.

**6. ЧИСТАЯ КНИГА** подписывается любым человеком с пониманием того, что этот акт является делом его чести, и с осознанием ответственности перед собою, своими детьми и будущими поколениями.

**7. ЧИСТАЯ КНИГА** может существовать в виде собственно книги, страницы в Интернет, а также в любой другой форме или на любом другом носителе, известном на момент учреждения *ЧИСТОЙ КНИГИ*.

**8. ЧИСТАЯ КНИГА** может быть дополнена в любой форме и в любом объеме любой информацией, способствующей предотвращению производства, распространения и употребления наркотиков, предоставленной лицами, внесшими в нее свои имена.

**9. ЧИСТАЯ КНИГА** может быть создана на добровольной основе в любой из стран и населенных пунктов мира. *ЧИСТАЯ КНИГА* хранится в качестве *ЧИСТОЙ КНИГИ* конкретной страны или населенного пункта в одном определенном месте в соответствующей стране или населенном пункте мира.

**10. ЧИСТАЯ КНИГА** является равнодоступной для получения любой внесенной в нее информации любым человеком в любой момент времени.

**11. ЧИСТАЯ КНИГА** считается учрежденной каждым из подписавших ее с момента ее подписания. Каждый из подписавших *ЧИСТУЮ КНИГУ* автоматически становится ее учредителем с момента ее подписания.

**12. ЧИСТАЯ КНИГА** является открытой для подписания до момента полного искоренения наркотиков из жизни людей.

## Приложение 2.

### **«Порядок подписания ЧИСТОЙ КНИГИ».**

- ✓ ЧИСТУЮ КНИГУ может подписать любой человек добровольно и сознательно изъявивший личное желание НЕ употреблять наркотические вещества. Обязательным условием подписания ЧИСТОЙ КНИГИ является индивидуальное и вдумчивое прочтение брошюры «Чей это выбор?».
- ✓ ЧИСТАЯ КНИГА в рамках школы может подписываться учащимися, начиная с 5-го класса. В дальнейшем каждый год в сентябре в торжественной обстановке подписывают ЧИСТУЮ КНИГУ учащиеся вновь организованных 5-х классов.
- ✓ Недопустимо давление на личность перед подписанием ЧИСТОЙ КНИГИ. Отказ человека поставить подпись в ЧИСТОЙ КНИГЕ должен в равной степени уважаться, как и желание подписать ЧИСТУЮ КНИГУ.  
Употреблять или не употреблять наркотики – это вопрос личного выбора человека, и важно, чтобы он сделал этот выбор, имея полную и достаточную информацию о пагубности употребления наркотиков.

### Приложение 3.

#### **«Мероприятия движения "Чистая книга"»**

*Нельзя человеку запретить  
употреблять наркотики,  
но можно убедить его  
вести здоровый образ жизни.*

Мировая история первичной профилактики алкоголизма и наркомании показывает, что максимально положительный результат дает сочетание донесения адекватной информации о заболевании (зависимости от психоактивных веществ), предоставления информации (а лучше обучение) об альтернативных способах получения удовольствия от жизни без использования психоактивных веществ. Причем все мероприятия должны основываться на признании права подростка на свой выбор. Поэтому любое мероприятие движения Чистая книга должно включать в себя эти элементы.

История России однозначно показывает, что любое продвижение позитивных идей, которое внедряется в массы государственными структурами, с использованием нормативных актов, положений и приказов приводит к обесцениванию и выхолащиванию первоначальной идеи. Наибольшим успехом пользуются идеи, преподносящиеся в форме социальной игры, основанной на создании интриги, интереса и чувства вовлеченности и причастности, достигаемых с помощью тонкой имиджевой рекламной кампании и присутствию сопутствующей атрибутики. Проблема наркомании в России, как и в других странах, связана, в том числе, с такой особенностью подросткового возраста, как необходимость находиться в оппози-

ции к миру взрослых. Поэтому любые идеи преподносящиеся подростку обществом отвергаются, по причине подросткового максимализма и протеста. Идеи же созданные при участии альтернативных молодежных движений не воспринимаются столь агрессивно, и даже наоборот могут рассчитывать на популярность.

Популяризация Чистой Книги должна основываться исключительно на добровольном выборе каждого человека. Это обусловлено необходимостью создания ценности любого действия, связанного с Чистой Книгой. Таким образом, любой человек решивший войти в движение и издать Чистую Книгу своего города (школы, организации и т.д.) должен быть изначально в этом заинтересован.

Для популяризации Чистой Книги 1 июля 2000 года в Московском Дворце Молодежи была проведена акция «ЧистаяЯ», с участием популярных среди молодежи музыкальных коллективов, получившая огромный отклик в СМИ (см. Приложения).

Формы существования «Чистой книги» ничем не ограничены. Это может быть сайт в Интернете, стена дома во дворе, фолиант в городском музее или чистый листок бумаги.

## Приложение 4.

### Описание оригинал-макета «Чистой книги».

«Чистая книга» – фолиант примерным объемом 200 чистых страниц (возможно с водяными знаками).

1. Лицевая сторона обложки (1 страница).

На обложке «Чистой книги» располагается

- ✓ эмблема (герб, знак) субъекта-обладателя данного издания (вверху);
- ✓ название «Чистая книга» (в середине);
- ✓ эмблема Фонда НАН (внизу);

2. Внутренняя сторона обложки (2 страница).

Помещается положение о «Чистой книге».

3. Внутренняя сторона последней страницы обложки.

Помещается «Порядок подписания «Чистой книги».

4. Внешняя сторона последней страницы обложки.

На ней может быть размещена информация о лицах и организациях, принимающих активное участие в реализации проекта «Чистая книга».

## **Приложение 5.**

***Статьи из журнала «Студенческий меридиан», посвященная акции «Чистая» движения «Чистая книга», прошедшей 1 июля 2000 года в МДМ.***

Спрашиваю Романа:

- *С чего вдруг может ацетоном пахнуть?*

- Да ваш товарищ снизу винт варит!

- *А что такое "винт"?*

- Светик, ты просто как с другой планеты! Винт или первитин - самый дешевый наркотик.

- *Что же с соседом делать? Ведь сколько мы в милицию ни обращались и с другими жильцами ни разговаривали - никто ничего предпринимать не хочет!*

- Ты, Светик, зря не старайся - все равно ничего не изменишь! Себе же хуже сделаешь!

Однако мы с родичами все-таки что-то изменили. Сейчас, как только сосед начинает напускать на квартиру ацетонный смрад, стучим ему по батарее. Стучим минут пять, десять... Посменно. Нервы у него не выдерживают - он дубасит в ответ. Но в конце концов сеанс подачи яда прекращается. Прекращается до следующего раза.

Тем не менее борцы с наркотиками существуют. В основном - общественные благотворительные организации и фонды. Сотрудники НИИ наркологии, работники прокуратуры вроде как тоже занимаются вопросами наркомании. Противостоящие наркомании организации понимают необходимость объединения усилий и уже действуют в этом направлении.

Недавно в Национальном институте прессы прошел "круглый стол" под названием "Профилактика наркомании - прогрессивные технологии". В нем приняли участие ученые, чиновники от Министерства здравоохранения, юристы, депутаты Московской и Государственной дум, представители Российского благотворительного фонда "Нет алкоголизму и наркомании".

Проведав о "круглом столе", я воодушевилась и стремглав помчалась в институт прессы. И кое-что там узнала.

Кроме подрыва здоровья населения массовая наркомания страшна распространением СПИДа. Наркоманы - главные переносчики ВИЧ-инфекции. Как выразился президент фонда "НАН" Олег Владимирович Зыков, наивно полагать, будто наркоманы просто перемрут. Они втянут в свои ряды и заразят СПИДом кучу народа.

В 1998 году в Москве было зарегистрировано 435 ВИЧ-инфицированных, в девяносто девятом -5000, а сейчас их количество близится к 10 000 человек. ( А сколько не диагностированных носителей ВИЧ?!) Москва занимает четвертое место в России по численности людей, больных СПИДом. В Калининграде, который на первом месте, уже думают создать целую деревню для ВИЧ-инфицированных детей.

СПИД передается половым путем и от матери к ребенку. Однако совсем не факт, что ВИЧ-инфицированные прекращают сексуальные контакты. И всем известно о рождении детей от женщин, больных СПИДом. Лечение одного зараженного СПИДом человека обходится государству примерно в пять-семь тысяч долларов в год. Профилактику СПИДа вести дешевле, чем его лечить.

Если вести профилактику СПИДа, значит, не обойтись без лечения и профилактики наркомании. Тогда встает вопрос, как убедить юношей и девушек, а наркоманы, большей частью, люди молодые, не пробовать наркотик?

Впрочем, проблема эта – био-психо-социальная. Часто молодой человек, взявшийся за стимуляторы, ищет получения кайфа, как способа ухода от не удовлетворяющей его действительности. Он подвержен депрессии и чувству безысходности. Под кайфом же жизнь кажется яркой, праздничной.

Наркотик выступает посредником в общении, например на тусовке. Когда пробуешь его в компании, приобретаешь чувство общности; становишься, как все. Если мы хотим забрать у наркомана наркотик, надо чем-то заменить духовный вакуум, сменить социальную среду человека, способы общения с миром.

Рано или поздно все наркоманы хотят бросить наркотики, но не знают как.

Сегодня многие религиозные псевдодуховные и псевдонаучные организации типа "Нарконона" или последователей Рона Хаббарда возвращают наркоманов "на путь истинный" посредством своей идеологии. Но чем при этом заполняется голова, даже если они избавляются от наркотической зависимости? Олег Владимирович Зыков считает, что к религии нужно подходить осторожно. И в нашей стране она не может, по большому счету, решить проблему наркомании. И уж, конечно, не стоит верить "специалистам", обещающим излечение за несколько дней.

Профессор, доктор медицинских наук, руководитель отдела профилактики НИИ наркологии Наталья Александровна Сирота заметила, что молодому человеку невозможно запретить употреблять наркотики. Угрозы

заставляют его поступать наоборот, заверения о смерти наркоманов в тридцать лет на него не действуют. Идея физического уничтожения кажется неимоверно далекой. Однако вполне реально повлиять на выбор образа жизни. Убеждать отказаться от наркотика нужно, задействовав эмоции человека, увлекая интересным совместным делом. Всему этому прекрасно соответствуют занятия экстремальными видами спорта.

Директор Московского городского центра "Дети улиц" Светлана Владимовна Волкова отметила необходимость общения с молодежью на их языке, через их ценности, а не в назидательной манере. Она также говорила о необходимости отслеживания тенденций в науке по лечению и профилактике наркомании.

Одним из направлений по профилактике наркомании стала акция "ЧИСТАЯ", задуманная фондом "НАН".

*- Цель акции - выявить выбор молодежи по отношению к наркотикам, сделать этот выбор публичным. Сориентировать подрастающее поколение на ценности здорового образа жизни. Лозунг акции "Я не употребляю наркотики! Это моя ценность Ты можешь ко мне присоединиться!" В отличие от распространенного "Не употребляй наркотики - это вредно" Наш девиз искренней, - говорит Олег Владимирович Зыков*

"Чистая книга" - открытая социальная игра. Оставляя на страницах этой книги свой автограф, человек обязуется не употреблять наркотики и, по возможности, препятствовать их распространению Оставить автограф в книге может любой, независимо от расы и сексуальной принадлежности Существует "Чистая книга" уже год В ней расписались многие ученые, депутаты, музыканты и обычные люди.

Экстремальный спорт пользовался на празднике огромным успехом. Парни и девчонки глазели с раскрытыми ртами на крутых экстремальщиков, самыми яркими из которых оказались роллеры. И тут же записывались в секции

В три часа дня мероприятие перекочевало в МДМ, где начался грандиозный концерт. Неформальные музыканты пели, танцевали, некоторые их них орошали зрителей водой, и все дружно твердили о своем негативном отношении к наркоте А представители фонда "НАН" в громкоговорители регулярно напоминали участникам о существовании помимо дури множества других радостей спорта, рыбалки, музыки. Обещали создать Учебник удовольствий, чтоб эти приемлемые радости там зафиксировать.

Молодежь плясала, пела, подбрасывала шары из надутых презервативов, что бесплатно раздавали организаторы акции, - веселилась, одним словом. Правда, в одном месте, в фойе МДМ, я обнаружила использованный



шприц, в другом на полу валялся то ли пьяный, то ли спящий субъект, а в туалете ломало какую то девушку

Все же будем надеяться, акция "ЧИСТАЯ" уберезет от беды тех, кто еще не пробовал наркотик, и поможет избавиться от зависимости начинающим наркоманам, ведь теперь они знают, что есть фонд "НАН", который бесплатно и анонимно помогает попавшим в трудную ситуацию. Но что делать с соседом, который винт варит?

*Светлана Серова*

**СТУДЕНЧЕСКИЙ МЕРИДИАН Август. 2000 г.**

## **ЕСТЬ ВОПРОС**

### **Как вы относитесь к наркотикам?**

#### **"Паштет"**

*- Ну, что я могу сделать, чтоб уменьшить производство наркотиков? Не врываться же в логово узбеков, которые их изготавливают! Зато часто участвую в концертах на акциях по профилактике наркомании. И, кстати, на таких мероприятиях ни разу не видел ни шприцов, ничего другого. Пиво там народ пьет, это да.*

#### **Рустам Кулибеков, группа "Берримор"**

*- Люди! Занимайтесь сексом и дружите! Алкоголю - нет, нет, нет! Дури - нет, нет, нет!*

#### **Дима Сид, группа "Тараканы!"**

*- В прошлом году я вместе с сотрудниками фонда "НАН" ("Нет алкоголизму и наркомании") вел в одном из московских техникумов профилактические беседы. По форме мероприятие напоминало старомодный утренник-капустник. Но, по всему, ребята действительно впарились. И это было приятно. Работа по профилактике наркомании должна проводиться. Иначе наступит просто эпидемия.*

#### **Володя Радинов и Саша Мелешкин, группа "Ульи"**

*- В прошлом учебном году наша группа ездила по школам. Мы беседовали со старшеклассниками. Боролись только с наркотой. А сейчас, думаем, начать и с пьянством среди молодняка. Очень помогло наличие собственных денег, которые*

*мы вгрохали в это дело. Без денег ведь никак!*

**Лала Валиева, радиопередача "Учитесь плавать"**

*- Я за здоровый образ жизни и против любых стимуляторов. Потому и сотрудничаю с благотворительным фондом "НАН", участвую в его акциях.*

*Stop the madness! Остановим безумие!*

**Маша Филипенко, телепередача "Акуна Матата"**

*- Я считаю, что нужно как можно больше говорить на эту тему. Ее нельзя замалчивать, иначе мы будем вести себя, как наши бабушки и дедушки! Но спекуляция здесь тоже неуместна.*

*Осенью пройдет акция по профилактике наркомании. Я собираюсь в ней участвовать - рассказывать о действии наркотиков.*

**Игорь Тимошин, группа "Небо здесь"**

*- Год назад я поставил свою подпись в "Чистой книге" (Декларации против наркомании). С тех пор выпил лишь несколько грамм вина с одним очень хорошим грузином. Проблема наркомании крайне актуальна. В обществе устоялся стереотип гедонизма, что ужасно для современной цивилизации. Ведь страдают самые незащищенные слои. Сейчас в России около трех миллионов наркоманов. Они представляют серьезную угрозу.*

**Мила. группа "TRACTOR BOWLING"**

*- Наша группа делает трезвую музыку. Мы хотим оградить молодежь от употребления наркотиков. В обществе есть представление, будто музыканты употребляют наркотики. Это не так. Многие трезво относятся к жизни.*

**Подготовила Светлана Серова  
«Студенческий Меридиан» Август. 2000 г.**

*Для заметок:*