

УДК 316.628

ТЕОРИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Г.А. ШИЧКО

Карпачёв Александр Александрович директор Института изучения и развития научно-общественного наследия Г.А. Шичко при Евразийской ассоциации здоровья, председатель Межрегиональной общественной организации по пропаганде здорового образа жизни «Союз борьбы за народную трезвость»

Головин Андрей Аркадьевич, генеральный директор Союза некоммерческих организаций в сфере профилактики и охраны здоровья «Евразийская ассоциация здоровья», директор Центра проектирования устойчивого развития институтов гражданского общества Государственного университета управления

Аннотация

В статье рассмотрена теория психологического программирования, разработанная известным советским физиологом Г.А. Шичко. Теория объясняет природу социального поведения человека, образование и развитие отрицательных (вредных) и положительных привычек, в том числе курения, пьянства, алкоголизма, наркомании. На основе теории разработан метод дезалкоголизации по избавлению от алкогольной зависимости, получивший название «метод Шичко» и способствовавший освобождению от алкоголизма десятков тысяч граждан. Также в статье приведены основные результаты научных исследований и практических разработок Г.А. Шичко, позволивших укрепить профилактику психических зависимостей на рубеже XX-XXI веков. Исследование высшей нервной деятельности дали возможность Г.А. Шичко разработать новое научное направление под названием «гортоновика», которое специализируется на изучении возможностей благотворного влияния на человека целенаправленной речью. Гортоновика ориентирована на развитие разных сфер человеческой деятельности, в том числе обучения, воспитания, лечения болезней и зависимостей.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: психологическое программирование, привычки, социальное поведение, профилактика, трезвость, алкоголь, гортоновика.

THEORY OF PSYCHOLOGICAL PROGRAMMING AND RESULTS OF SCIENTIFIC AND PRACTICAL ACTIVITY OF G.A. SHICHKO

Karpachev Alexander Alexandrovich, head of the public “Institute for the study and development of scientific and public heritage of G.A. Shichko” at the Eurasian Health Association, Chairman of the Interregional public organization for the promotion of a healthy lifestyle “Union of struggle for national sobriety” (MOO “SBNT”)

Golovin Andrey Arkadievich, CEO Union of non-profit organizations in the field of prevention and health “Eurasian Association of Health”, director of the Center for Designing Sustainable Development of Civil Society Institutions, State University of Management

Abstract

The article considers the theory of psychological programming developed by the famous Soviet physiologist G.A. Shichko. The theory explains the nature of human social behavior, the formation and development of negative (harmful) and positive habits, including smoking, drunkenness, alcoholism, and drug addiction. On the basis of the theory, a method of de-alcoholism for getting rid of alcohol dependence was developed, which was called the “Shichko method” and contributed to the liberation of tens of thousands of citizens from alcoholism. The article also presents the main results of scientific research and practical developments of G.A. Shichko, which made it possible to strengthen the prevention of mental addictions at the turn of the XX-XXI centuries. The study of higher nervous activity made it possible for G.A. Shichko to develop a new scientific direction called “gortonovika”, which specializes in studying the possibilities of beneficial influence on a person by purposeful speech. Gortonovika is focused on the development of various spheres of human activity, including training, education, treatment of diseases and addictions.

KEYWORDS: psychological programming, habits, social behavior, prevention, sobriety, alcohol, hortonovics.

Геннадий Андреевич Шичко (18.05.1922 – 03.11.1986) – советский русский учёный, физиолог, автор теории психологического программирования и одноимённого психолого-педагогического метода освобождения от вредных привычек.

Величина человека определяется его делами, масштаб учёного - тем, какую научную проблему и с каким эффектом он решал. Геннадий Андреевич Шичко выбрал важнейшую и вместе с тем противоречивую тему – причинность вредных привычек человека, алкогольное потребление и пути избавления от алкогольной зависимости. При своей жизни Шичко развил учение о второй сигнальной системе и разработал основы новой науки, которые определили следующий этап в истории понимания причинности любых зависимостей (как отклоняющегося поведения, так и положительного) и дали научно-практический метод избавления от любых вредных привычек, в первую очередь, от курения, пьянства и алкоголизма. Ядром подхода стало благотворное воздействие слова на человека. По этому поводу Г.А. Шичко писал: «Словесные раздражители, как было показано, позволяют вмешиваться в рефлекторную деятельность организма и оказывать на неё стимулирующее или тормозящее действие... Вопрос о возможностях и приёмах использования в интересах практики целенаправленных словесных воздействий является большим и чрезвычайно важным вопросом. Он, как принято говорить, находится на стыке многих наук: физиологии, психологии, психиатрии, педагогики и некоторых других. Серьёзная и проводимая в широком плане его экспериментальная разработка может существенно повысить эффект лечебных и воспитательных мероприятий... Несомненно, большие выгоды могла бы принести и разработка системы специальных словесных воздействий на учащихся с целью подготовки их к восприятию и лучшему запоминанию учебного материала... Слово может быть использовано и для выработки у человека, особенно у ребенка, психоиммунитета, т.е. отрицательной настройки по отношению к раздражителям, применение которых приводит к появлению вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания), а также по отношению к аморальным поступкам, к вере в сверхъестественное и т. п... Рассматриваемый вопрос столь значителен и широк по объёму, что его эпизодическое изучение отдельными представителями разных областей знания не способно дать сколько-нибудь ощутимый в масштабе страны результат. С его успешным разрешением, как нам думается, может справиться специальная наука, задачей которой должны быть синтез знаний, накопленных клиникой, школой, физиологией, психиатрией, педагогикой и социологией, и использование их для организации целенаправленного изучения различных форм воздействий на человека, вскрытие механизма и изыскание наиболее эффективных форм этих воздействий и

внедрение их в практику лечебных и воспитательных учреждений. Эта наука... уже стоит у двери жизни и, можно думать, в ближайшее время откроет её и активно включится в борьбу за человека, за его физическое и нравственное здоровье» [1, с. 211-212]. Г.А. Шичко назвал данную науку гортоновикой. Термин «гортоновика» является неологизмом, образованным из двух латинских слов – «hortatio» и «novo». Первое из них, «hortatio», обозначает различные способы воздействия слова на человека: убеждение, внушение, уговаривание и др. Второе из них, «novo», в переводе означает: обновлять, переделывать, изобретать. Новая наука гортоновика призвана заниматься изучением возможностей благотворного влияния на человека целенаправленной речью. Гортоновика по задумке Г.А. Шичко должна обслуживать разные сферы человеческой деятельности, в том числе обучение, воспитание, лечение. Алкогольная и курительная проблемы являются наиболее значительными и актуальными объектами изучения гортоновики.

Проблема курения (самоотравления ядовитым табачным дымом), алкоголепития (самоотравления алкогольным ядом в виде любых алкогольных изделий), наркомании (самоотравления наркотическими изделиями) до сих пор полностью не осознана российским обществом. Только за последние сто лет в России антиалкогольные кампании и меры принимались в 1914-1923, 1929, 1958, 1972, 1985-1987, 2009 гг. Так, по данным экспертов ежегодное потребление табачных, алкогольных, наркотических изделий населением России уносит до 1 млн. жизней, до 3-6 трлн руб. или 3,2-6,4% ВВП. Уровень потерь российского общества сопоставим с консолидированным бюджетом Министерства здравоохранения. Основными социальными последствиями от потребления табака, алкоголя, наркотиков являются: утрата демографического потенциала (высокая заболеваемость, повышенная смертность, низкая продолжительность жизни, снижение репродуктивности); снижение производительности труда и человеческого капитала (до 80 процентов от общего числа несчастных случаев и травм на рабочих местах связаны с употреблением алкоголя, что может составлять более 1 млн. человеко-дней нетрудоспособности, или более 191 млрд. рублей); преступность (до 49% ежегодно выявляемых преступлений совершается по причине алкогольно-наркотического поведения граждан); дорожно-транспортные происшествия (более 10% всех ДТП происходит по вине пьяных водителей, что даёт более 38% всех раненых и погибших); пожары (с оценённым материальным ущербом более чем в 1,3 млрд. руб.); семейный кризис (алкоголизм и наркомания – одни из главных причин разводов); снижение интеллектуального потенциала российской нации [2, с.11-13].

С каждым годом проблема всё больше усугубляется, а сознание общества под воздействием социально-психологической запрограммированности становится более аморфным, с ослабленным иммунитетом к противодействию. Количество исторических, идеологических, медицинских, социальных, политических, экономических абсурдизмов (заблуждений и мифов) в отношении алкоголя, табака, наркотиков возрастает. История показывает, что полумеры не помогают. Единственным выходом из сложившейся катастрофической ситуации является переход общества к трезвой модели поведения. Трезвость народонаселения способствует снижению отклоняющегося поведения, смертности, даёт рост рождаемости, репродуктивности, продолжительности жизни, здоровья, ведёт к укреплению института семьи, а главное – обеспечивает перспективу построения ясного, сознательного будущего. Именно формированию трезвого сознания, очищенного от протабачных, проалкогольных и другого рода иллюзий и самообмана (на научном языке – запрограммированности), были направлены научные изыскания Г.А. Шичко.

Перечислим ключевые результаты научных исследований и практических разработок Геннадия Андреевича Шичко [1, 3]:

1. **Сформулировано понятие и принципы гортоновики** – новой науки, занимающейся испытанием известных, поиском забытых, разработкой новых способов благотворного воздействия на человека целенаправленной речью и выявления возможностей их практического использования.

Принципами гортоновики являются материалистический монизм, нервизм, оптимализм, сингулизм, гуманность, личный пример.

В отношении алкогольной проблемы в рамках гортоновики Г.А. Шичко разработаны:

– концепция психологического программирования как руководящей системы взглядов на природу отклоняющегося поведения, в частности, концепция питейной запрограммированности (1974 г.);

– теория алкоголимии (формирования алкоголизма) и теория дезалкоголимии (цель дезалкоголимии - превращение алкоголика в трезвенника);

– гортоновические, немедицинские, условно-рефлекторные и иные методы дезалкоголимии: разработаны и усовершенствованы методы и методики гипноза (сомногипноз, дормогипноз и др.), вигилогипноза (гипнотическое бодрствование), гипнозопедии (обеспечивающей лучшее усвоение учебного материала), выявления вникаемости (индивидуальных особенностей людей), аутогипнозосуггестии (самовнушения

в самогипнозе), прегипнотических самовоздействий, ассистентских внушений (1970 г.), психоанестезии (1971 г., апробирован в 1-ой Городской стоматологической поликлинике Ленинграда для нейтрализации страха перед стоматологическим лечением), анонимного опроса (1972 г.), убеждения коллективом (1975 г.), самоизбавления от алкоголизма, методика аутоанамнеза (описания собственного привыкания к алкоголю и плана написания анкеты), методика ведения дневника и др.

– терминологический аппарат;

– классификация людей в зависимости от их отношения к алкогольным изделиям и др.

Гортоновический метод дезалкоголизации позволял Г.А. Шичко в 1-2 сеанса снимать потребность в спиртном, подавлять абстинентные страдания, а у некоторых зависимых выработать комплекс отрицательных реакций на запах, вкус и приём алкоголя. В дальнейшем для закрепления результата он проводил до 15 сеансов дезалкоголизации, а его стандартным курсом было проведение 10 занятий.

Сфера применения гортоновики является широкой: от способов повышения обучения и воспитания до избавления людей от ложных сведений (абсурдизмов) и зависимостей.

Г.А. Шичко писал: «Гортоновика позволяет вызывать у людей а) положительное отношение к труду и к избранной специальности, б) стремление повышать производительность и качество труда. Выгодно производственную гимнастику дополнить психологической настройкой на приятную, успешную и неутомляющую работу. Имеются данные, которые показывают, что гортоновическим путем можно делать людей психологически совместимыми, восстанавливать угасшую любовь, производить избавление от неоправданной предостерегать развал семей, восстанавливать распавшиеся.

Гортоновика располагает методами благотворных самовоздействий, наиболее простой из них – условно-рефлекторный. Его суть: внушается, что отныне испытуемый сможет оказывать влияние на себя, для чего он должен сформулировать задание мозгу, а затем прикоснуться к предмету, который обычно находится при нем, например, к часам. Прикосновение играет роль пускового сигнала. Этот метод позволяет хорошо настраивающимся избавляться от страха, боли, сонливости, бессонницы, плохого настроения и т.п.» [3]. Шичко был уверен, что гортоновические методы обеспечат психологическую защиту сознания от ложных представлений и вредоносных факторов.

2. Г.А. Шичко **разработал и сформулировал понимание единственной причины вредных привычек** (проалкогольной, прокурительной, пронаркотической), физических и ментальных потребностей – **психологическую запрограммированность**.

Психологическая проалкогольная запрограммированность формируется из:

– **установки (настроенности)**, формируемой социальной средой в детстве примером родителей, окружения, средств массовой информации и др. агентами. Установка есть отношение (положительное, нейтральное, отрицательное) к употреблению алкоголя, настроенность к совершению определённого действия;

– **программы** (что пить? с кем пить? как? сколько? когда? по какому поводу?).

Программа выступает алгоритмом поведения в конкретной ситуации;

– **убеждения** как уверенности в том, что действие является необходимым, правильным, что все так делают и т.д. Убеждению принадлежит ведущая роль как в психологической запрограммированности, так и жизни.

«Проалкогольная (питейная) запрограммированность – 1) искажённость сознания ложными проалкогольными сведениями, вынуждающая человека, вопреки инстинкту самосохранения, поглощать алкогольную отраву; 2) изуродованность сознания ложными проалкогольными сведениями, включающая в себя настроенность (установку) на употребление спиртного, программу отношения к нему и проалкогольные убеждения» [3]. Программирование может производиться стихийно, сознательно и комбинированно. Психологическое программирование является идеологической формой принуждения людей и более результативной, чем физическое (телесное наказание, тюрьма и т.п.) или экономическое (полное или частичное лишение средств к существованию) принуждение.

Алгоритм социально-психологического программирования представляет собой последовательность взаимосвязанных социальных процессов: запрограммированность (установка, программа, убеждение) – приобщение – привычка – потребность – потребление (реализация привычки или потребности).

3. Разработан метод и методику освобождения (избавления) от алкогольной и табачной зависимостей.

«Для понимания сути нового метода необходимо дать определение понятию «алкоголик». **Алкоголики – питейно запрограммированные люди, имеющие привычку к употреблению спиртного, потребность в нём и поглощающие его. Метод предусматривает угашение психологическим путём потребности и привычки, нейтрализацию идеологическими и педагогическими воздействиями питейной запрограммированности и превращение алкоголика в сознательного трезвенника» [4].**

Методика предполагает порядок действий по самоизбавлению от алкоголизма, состоящий из 18 пунктов [5, с. 116]. Одним из ключевых пунктов является ведение дневника.

Вопросы формулируются таким образом, что ответы на них закладывают в сознание угасание привычки и потребности к употреблению. Написание дневника перед сном позволяет дать мозгу задание на предстоящие сутки, запрограммировав необходимое отношение к алкоголю.

«...Геннадий Андреевич подошёл к планетарному открытию. Он полагал, внушаемость является одним из важнейших показателей индивидуальных особенностей человека, свойство его нервной системы. Ответом на внушения является реализация этих внушений в той или иной степени, а уж степень этих внушений зависит от внушаемости человека.

...Есть механизмы, подключающие в экстремальных условиях резервы головного мозга. Нужно только найти ключи и научиться, когда необходимо, открывать запасники. Вот это и будет психологическая революция, - говорил Геннадий Андреевич, - которая куда поважней технической революции. Она откроет колоссальные потенциальные возможности человека.

Дневник, письмо-просьба, полагал Геннадий Андреевич, и есть тот мощный ключ» [6, с. 27-28].

Дальнейшая практика применения доказала, что разработанные метод и методика применимы для освобождения от любой вредной привычки и потребности.

4. На основе разработанных метода и методики самоизбавления от алкоголизма **Г.А. Шичко внедрил в практику помощь проалкогольно и протабачно зависимым людям.** Самостоятельно проводил для всех желающих практические занятия (индивидуальные и коллективные) по избавлению от алкогольной и табачной зависимостей и этим дал пример практической реализации своих научных исследований.

5. **Сформулированы основные понятия и определения антиалкогольного просвещения и частично трезвенного просвещения, что стало основой терминологического словаря, используемого специалистами в сфере профилактики зависимостей:** психологическая проалкогольная запрограммированность, гортоновика, принцип оптимализма, принцип сингулизма, абсурдизм, абсурдист, проалкогольный абсурдист, противоалкогольный абсурдист, состояние воздержанности (двойственность сознания), воздержанник, прояснённое сознание, трезвость, веритизм, естественный трезвенник, благоразумный трезвенник, сознательный трезвенник и т.д. [7].

6. Составлена классификация и временные периоды трезвенных движений России и СССР: первое трезвенное движение – 1858-1860 гг., второе – 1885-1904 гг., третье – 1914-1925 гг., четвёртое – 1928-1932 гг., пятое – с 1981 г. - по настоящее время [7].

7. Введена научно усовершенствованная методика определения опьянения, основанная на теории психологического программирования. Для успешного проведения психологической отрезвляющей работы используются **шесть степеней опьянения**, исходя не из концентрации этанола в крови (клиническая классификация), а из степени отравленности мозга алкоголем: дурашливость, буйность, параличность, безумность, усыплённость, наркозность [7].

8. Предложена новая система помощи алкоголикам в СССР, которая включает в себя следующие этапы: (1) самоизбавление от алкоголизма; (2) коллективная дезалкоголизация; (3) индивидуальная гортоновическая дезалкоголизация; (4) работа в противоалкогольном клубе; (5) амбулаторное наркологическое лечение, (6) стационарное наркологическое лечение, (7) лечение в лечебно-трудовом профилактории [3].

9. Г.А. Шичко как учёный, стоящий на основах диалектического материализма, применил диалектический метод анализа социальных процессов алкоголизма и формирования трезвости. Выявлены и составлены категориальные пары, характеризующие данные социальные процессы: пьющий – непьющий, алкоголепийца – трезвенник, пьяница – благоразумный трезвенник, алкоголик – сознательный трезвенник, абсурдист – веритист, алкоголизация – дезалкоголизация, алкоголизм – трезвость и т.д.

10. Обозначена проблема наличия абсурдизмов и сформулированы их основные виды. Под абсурдизмом учёным понималось идеологическое направление, выдумывающее и распространяющее всевозможные нелепости. К ним относятся взгляды, убеждения, верования, глупости и пр.

Г.А. Шичко отмечал, что абсурдисты являются людьми с частично или основательно искаженным сознанием и мышлением. Дефективность абсурдистов является не анатомической, а функциональной, поэтому поддаётся устранению. «Все горести земные, кроме стихийных бедствий, с древнейших времени до настоящего времени – результат деяний абсурдистов: они творят войны, обманывают людей, паразитируют на их доверчивости и т.п. Ярким примером политического абсурдизма служит гитлеровская расистская теория военного превосходства... Долг истинных патриотов и настоящих гуманистов состоит в том, чтобы усвоить основные научные знания об алкогольной проблеме и обрести сознательную трезвость, широко распространять приобретенные знания,

систематически и принципиально проводить борьбу с проалкогольными и противоалкогольными абсурдистами» [8].

Г.А. Шичко выделял проалкогольные и антиалкогольные абсурдизмы: религиозные, мистические, политические, учёные (псевдонаучные), реакционные и др. Причём он был убеждён, что противоалкогольные абсурдисты, кто с благими намерениями распространяет в просветительской деятельности всякие нелепости, не подтверждённые научно и практически, также несут большую опасность.

11. Выявлена и описана абсурдность трёх вредных и проалкогольно программирующих теорий, распространяемых устно и в средствах массовой информации: «теория заполнения алкогольного вакуума» (вытеснение казённого алкоголя якобы ведёт к росту суррогатов), «теория культурного (умеренного) питья» (обучение людей «культурному» потреблению алкоголя якобы эффективно в борьбе с пьянством и алкоголизмом), «теория алкогольного скепсиса» (отрицание возможности вытеснения из жизни спиртного, признание сложившейся ситуации безнадёжной) [9, с. 2].

12. Составлена классификация людей в зависимости от их отношения к алкогольным изделиям и психологической проалкогольной запрограммированности.

В зависимости от проалкогольной запрограммированности (ПЗ) и от употребления спиртного (УС) всё человечество разделено Г.А. Шичко на четыре группы («+» имеется, «-» отсутствует): трезвенники (-ПЗ, -УС), воздержанники (+ПЗ, -УС), принужденники (-ПЗ, +УС), алкоголепийцы (+ПЗ, +УС). Трезвенники, воздержанники и алкоголепийцы делятся на четыре подгруппы [3].

В зависимости от трезвенной запрограммированности (ТЗ) и научных противоалкогольных знаний (НЗ) трезвенники делятся на группы: естественные трезвенники (-ТЗ, -НЗ), религиозные трезвенники (+ТЗ, -НЗ), благоразумные трезвенники (+ТЗ, +НЗ), сознательные трезвенники (-ТЗ, +НЗ). Важно пояснить, что если проалкогольно запрограммированный человек не пьёт, то он не трезвенник, а воздержанник.

В зависимости от привычки к употреблению спиртного (ПС) и потребности к алкоголю (ПА) воздержанники делятся на группы: воздержанник-случайник (-ПС, -ПА), воздержанник-этанолопат (-ПС, +ПА), воздержанник-пьяница (+ПС, -ПА), воздержанник-алкоголик (+ПС, +ПА). По тем же признакам алкоголепийцы делятся на группы: случайно пьющие или случайники (-ПС, -ПА), этанолопат (-ПС, +ПА), пьяница (+ПС, -ПА), алкоголик (+ПС, +ПА).

13. **Подготовлено методическое пособие по противоалкогольному и противокурительному воспитанию детей в семье [10].**

14. **Шичко развил учение И.П. Павлова о второй сигнальной системе (речи).** Если Иван Петрович Павлов выделял три группы вторых сигналов (слова произносимые, слова слышимые, слова видимые), то Г.А. Шичко дополнил классификацию словами написанными (изображаемыми, т.е. производимыми с помощью письма) [1, с. 20]. Затем в своей практической деятельности он выделил пятую группу – слова, мысленно производимые.

15. **Наконец, Геннадий Андреевич Шичко сформулировал и обосновал главную цель противоалкогольной работы – трезвость.** Этим самым он заложил основы перехода к новой парадигме трезвеннической просветительской деятельности. Если западная наука до сих пор под трезвостью понимает состояние непрерывного воздержания от употребления алкоголя (Всемирная организация здравоохранения), то научное открытие Шичко психологической запрограммированности позволило расширить определение трезвости [11, с. 74-75]. С 1970-80 гг. в отечественной науке трезвость стала определяться как естественное состояние человека, характеризующееся не только (а) полным и осознанным отказом (воздержанием) от самоотравления табачными, алкогольными, наркотическими изделиями, но и (б) ясным сознанием, свободным от запрограммированности на самоотравление веществами наркотического действия, а сегодня можно добавить и (в) здоровьесберегающей моделью поведения [12, с. 199]. Нейтрализованная проалкогольная запрограммированность замещается отрицательной установкой к самоотравлению алкогольным ядом, программой трезвого стереотипа поведения и устойчивыми, активными трезвыми убеждениями. А под **сознательной трезвостью** можно понимать ясное сознание человека, информационное и нравственное состояние семьи и общества, свободные от запрограммированности на самоотравление алкогольными, табачными, наркотическими ядами или иными химическими интоксикантами и неискажённые никакими предрассудками, ложью, психологическими зависимостями и страстями [13, с. 19]. В таком научном понимании становится ясным широкий смысл исторического определения трезвости в России: трезвый — тот, кто отличается здравой рассудительностью, свободен от иллюзий, самообмана.

Г.А. Шичко в научном плане зафиксировал переход от антиалкогольного просвещения и пропаганды к трезвенному просвещению, формированию трезвых убеждений, трезвого мышления, трезвого мировоззрения, формированию и утверждению

сознательного трезвого состояния. Глубокий смысл такого подхода раскрывается в работе с личностью и расширяется на общественно-государственную деятельность: теперь антиалкогольная фразеология с элементами запугивания граждан отрицательными последствиями самоотравления алкогольными, табачными, наркотическими и другими интоксикантами замещается, в основном, трезвенным просвещением и терминами и понятиями, проясняющими сознание и формирующими язык сознательной трезвости. Нейтрализуются ложные проалкогольные предрассудки и абсурдизмы в сознании человека на основе объективной научной правды. Формируются трезвые убеждения, положительные образы, стереотипы поведения и ценности личности. Отсюда меняется подход к просветительской работе от борьбы против алкоголя к движению за трезвость, где об алкоголе и его действии говорится объективная научная правда в соответствии с возрастной психологией, а основной акцент делается на необходимости трезвости как основе жизни, нравственных ценностях и устойчивом развитии личности и общества. Это и есть та идеологическая, научная и практическая основа современного трезвенного движения, которую дал Г.А. Шичко своей научно-общественной деятельностью.

Основная цель трезвенного просвещения – прервать передачу разрушительных запрограммированностей, в первую очередь проалкогольной, прокурительной, пронаркотической и других, действующих на основе нейротропных ядов, из поколения в поколение и в поколении – от старших к младшим. Сформировать культуру устойчивой преемственности трезвых здравосозидательных убеждений, мышления, стереотипов поведения и мировоззрения на уровне личности, семьи, коллектива, общества и государства.

Шичко вёл активную и довольно насыщенную общественную деятельность. Помимо проведения занятий по освобождению от зависимостей он публиковал статьи в разных газетах, выступал с лекциями на всевозможных площадках, готовил предложения в ЦК КПСС по мерам искоренения пьянства и формирования трезвости и многое другое. О напряжённости его труда может свидетельствовать один пример: во время командировки в г. Гродно от Ленинградского отделения общества «Знание» РСФСР за период с 23 по 27 марта 1981 года он прочёл 16 лекций с общим охватом в 1750 человек. Благодаря разработанного методу гортоновической дезалкоголизации, в народе получившему название «метод Шичко», в СССР и России от алкогольной, табачной, наркотической зависимостей были освобождены десятки и сотни тысяч граждан.

Мало кто знает, что именно Г.А. Шичко стоял у истоков антиалкогольной кампании 1985-1987 гг. и создания Всесоюзного добровольного общества борьбы за трезвость

(ВДОБТ): его аналитические записки и активная общественная работа совместно с академиком Ф.Г. Угловым и другими соратниками склонили ответственных лиц в советской партии к решительным действиям. Несмотря на жёсткую критику антиалкогольной кампании и её абсурдизацию (мифологизацию) со стороны ряда проалкогольно настроенных лоббистских групп, она спасла сотни тысяч жизней от смертей и позволила родиться на свет сотням тысяч новых здоровых граждан. А жизнь, как сказал Л.Н. Толстой, есть благо, выше которого нет никакого. При этом антиалкогольная деятельность 70-80-х гг. XX века была бы куда более эффективной, если бы к ней были допущены ведущие деятели культуры, науки, гражданского общества, в числе которых была фамилия Шичко.

Надо отметить, что актуальность сделанного Г.А. Шичко с течением времени только возрастает. Реальная жизнь общества остро ставит вопрос дальнейшего научного развития теории и практики формирования трезвости человека, семьи, общества и устойчивого развития трезвенного движения. Исторический, системно-эволюционный подход в науке является ключевым для понимания закономерностей текущего состояния и дальнейшего развития. Любая наука, в том числе и разрабатываемая наука трезвости, должна развиваться, не вытесняя предыдущие этапы развития, а дополняя и совершенствуя их.

Социально-психологическая запрограммированность человека на то или иное действие, которую он получает в процессе социализации, даёт понимание природы любых привычек и потребностей, как отрицательных (вредных), так и положительных (полезных). Отрицательные (вредные) привычки являются следствием искаженности сознания и ложного стереотипа поведения, а положительные (полезные) являются следствием правдивых нравственных убеждений и ясного здравосозидательного сознания. В реальном поведении человека имеет огромное значение спектр привычек и потребностей, как отрицательных, так и положительных.

Г.А. Шичко писал: «Возможности нашей психики огромны, используем мы их слабо, что эксплуатируют всевозможные ловкие сектанты, целители, экстрасенсы и др.

Имеются всевозможные абсурдистские общества и секты, которые искажают сознание людей, уродуют их жизнь.

Самое ценное, что приобретает человек и что его делает таковым, – сознание. Оно формируется и развивается на основе достоверных, научных знаний; его сковывает и затуманивает ложное, абсурдное. Важнейшая обязанность граждан и истинных патриотов состоит в том, чтобы не абсурдизировать сознание других, особенно молодёжи, содействовать его прояснению и развитию. Все плохое, совершаемое человеком, следствие

недопонимания, недостаточной сознательности. Еще Демокрит правильно сказал: «Причина ошибки – незнание лучшего».

Человек по своей природе отнюдь не склонен к плохому, каждый хочет добра и, если причиняет себе вред, то вследствие неведения или искаженности сознания.

В наш век научно-технической революции, нарушающегося экологического равновесия, высоких темпов и напряженности жизни, роста психотравмирующих факторов нагрузка на человека, на его высшую нервную деятельность (в.н.д.) все увеличивается, в связи с чем растет распространенность заболеваний, особенно нервных и психических.

Психологическими воздействиями можно изменять отношение человека к учебе, к труду, к семье, к спорту, к природе и т.д.; можно проводить профилактику пьянства, алкоголизма, курения, наркомании, неврозов и т.п., а также избавление от них; можно устанавливать совместимость между людьми, в том числе супругами, повышать успеваемость, производительность труда, интерес к полезным занятиям; можно содействовать мобилизации сил организма на скорейшее выздоровление и т.д. Оптимальный учет психологического фактора и умелое использование его сделает жизнь людей интереснее, содержательнее, счастливее» [3]. В данном предвидении Геннадий Андреевич Шичко выступил революционером науки.

Освоение практических навыков нейтрализации психологического программирования даёт возможность человеку эффективно угашать разрушительные воздействия агрессивной социальной среды, в первую очередь, средств массовой информации. Сначала сознательно контролировать свои мысли, слова и действия, затем нейтрализовывать программирование синхронно и автоматически в режиме реального времени, на сознательном и подсознательном уровнях психики человека. Подход Г.А. Шичко настолько универсален, что подходит для использования при самоизбавлении от большинства социальных зависимостей. Здоровый и трезвый человек выступает основой устойчивого развития человечества.

Литература

1. Шичко Г.А. Вторая сигнальная система и её физиологические механизмы: (Вторая сигнальная система и рефлекторная деятельность). Академия медицинских наук СССР. – Ленинград: Медицина. Ленинградское отделение, 1969. – 222 с.
2. Состояние потребления табака, алкоголя и наркотиков в России и перспективные подходы их профилактики: экспертный доклад институтов гражданского общества о причинах, последствиях, потенциале для защиты здоровья личности, общества,

- государства / Головин А. А., Аршин К. В., Карпачёв А. А. и др. – Москва, 2017. – 152 с.
3. Шичко Г.А. Разработка индивидуального психофизиологического подхода к избавлению от алкоголизма (заключительный отчет) / Научно-исследовательский институт экспериментальной медицины АМН СССР. – Ленинград. – 1981.
 4. Шичко Г.А. Алкогольная проблема в свете теории психологического программирования // Профилактика.онлайн. URL: <https://профилактика.онлайн/texts/87-alkogolnaja-problema-v-svete-teorii-psihologicheskogo-programmirovaniija.html> (дата обращения: 12.12.2020).
 5. Дроздов И.В. Геннадий Шичко и его метод. – Ленинград: Журн. "Ленингр. панорама": ЛКК "Редактор", 1991. – 158 с.
 6. Шичко-Дроздова Л.П. Он пришёл дать нам веру: (Из личной жизни Геннадия Шичко). – Абакан, 1993. – 30 с.
 7. Шичко Г.А. Маленький словарь трезвенника // Профилактика.онлайн. URL: <https://профилактика.онлайн/texts/98-malenkii-slovar-trezvennika.html> (дата обращения: 12.12.2020).
 8. Шичко Г.А. Против абсурдизма в антиалкогольной пропаганде // Профилактика.онлайн. URL: <https://профилактика.онлайн/texts/106-protiv-absurdizma-v-antialkogolnoi-propagande.htm> (дата обращения: 12.12.2020).
 9. Шичко Г.А. Критика сивушных теорий // Высокогорский горняк. – 1978. – 20 июля (№52) – С. 2.
 10. Шичко Г.А. Противоалкогольное и противотрудовое воспитание детей в семье (методические рекомендации) – Ленинград: Общество «Знание» РСФСР. Ленинградская организация, 1981. – 20 с.
 11. Словарь терминов, относящихся к алкоголю, наркотикам и другим пси-хоактивным веществам. – Женева: Всемирная организация здравоохранения, 1994 г.
 12. Трезвость – КУРС России: материалы XVI Международной научно-практической конференции ОД «Союз УСТ «Трезвый Урал» / отв. ред. Р. В. Распопов. – Тюмень: Трезвая Тюмень, 2018. – 335 с.
 13. Карпачёв А.А., Карпачёва Е.И., Карпачёв Д.А. Формирование трезвого здорового образа жизни на основе психолого-педагогического метода Г.А. Шичко. Методическое пособие. – М.: Википринт (ИП Журавлёв Д.Ю.), 2017. – 168 с.