
СВОБОДНАЯ ЗОНА

В.А. Колесникова

IN VINO VERITAS?

V.A. Kolesnikova. In Vino Veritas?

The article is dedicated to the issue of alcohol abuse among people practicing archaeology. It is a short version of a master's thesis, which was written at the School of Social Work at the National University «Kyiv Mohyla Academy» in 2001. A sociological research was conducted with the help of quantitative methods, such as screening questionnaire, and qualitative methods, such as unstructured interview. The research demonstrated that 71% of respondents could face alcohol abuse. The paper also describes reasons behind this problem, and the way the traditions of alcohol taking are handed over. The author determined peculiarities of this abuse development. Here is also a description of specific features of each stage of the disease. Annexed to the article is the questionnaire used for the research.

Много ли пьют археологи? Существует ли в археологической среде проблема с употреблением алкоголя? Может ли нам грозить алкоголизм, или это «всего лишь» безобидное «бытовое пьянство»? Что мы знаем об этой проблеме, и стоит ли о ней знать?

Предлагаемая статья представляет собой краткий вариант магистерской работы, выполненной в Школе социальной работы Национального университета «Киево-Могилянская Академия» в 2001 году.

К проведению исследования были привлечены представители нескольких учреждений.¹ Общее число принявших участие в исследовании составило 132 человека. Главным критерием отбора в исследуемые группы была профессиональная работа в археологии (научно-исследовательская и/или преподавательская) или обучение в ВУЗе по специальности «археология». При этом следует подчеркнуть, что предварительное представление о возможном наличии проблем с алкоголем не было критерием для отбора респондентов.

Методы, избранные для проведения исследования, были как количественными, так и качественными, поскольку сегодня социология все чаще использует такое сочетание, в осо-

бенности (как в нашем случае), когда целью исследования является выявление социальной проблемы и ее формулирование (Ядов 1995). Методами, использованными в работе, были:

- включенное наблюдение за поведением людей в естественной обстановке;
- анкетный опрос;
- полуструктурированное интервью;
- анализ документов.

С наблюдения в широком его смысле начинается любое научное знание. В социологии под наблюдением понимают прямую регистрацию событий очевидцем (Ядов 1995). Нецеленаправленное наблюдение проводилось в течение 25 лет работы в археологии, целенаправленное – в течение года.

В качестве опросника был избран скрининговый опросник AUDIT, разработанный Всемирной Организацией Здравоохранения (ВОЗ) для выявления лиц на ранних этапах возникновения алкогольных проблем. Скрининговые тесты не имеют диагностического характера. Они призваны *определить лиц с возможным наличием проблемы* (текст опросника дан в приложении). На вопросы ответило 132 респондента.

Примерный перечень вопросов к интервью был разработан автором (полуструктурированное интервью не предполагает жесткой схемы, и к предварительному перечню вопросов могут добавляться дополнительные). Интервью проводилось с 15-ю респондентами.

¹ С целью соблюдения этических норм названия учреждений, а также социо-демографические характеристики респондентов мною приведены не будут.

Такое сочетание анкетного опроса и интервью считается целесообразным, поскольку первое дает массовую представительную картину, а второе – более глубокую и развернутую панораму субъективного мира опрошиваемых.

Документом, привлеченным к анализу, было методическое пособие для студентов-музеевдов, посвященное изучению песенного фольклора археологических экспедиций (Далекое 2000). Смысл использования этого метода состоял в выявлении отображения алкогольных привычек в такой показательной сфере, как фольклор.

В силу специфичности некоторых терминов, употребляющихся в работе, предварительно следует определиться с их значением:

Культура употребления алкоголя – устоявшаяся система обычаев, традиций, норм употребления алкоголя и связанного с этим поведения, которая предполагает умеренное употребление качественных алкогольных напитков в ситуации, когда потребление алкоголя само по себе не является целью.

Традиции – концентрирующие примеры, стереотипы деятельности, которые путем передачи во времени обеспечивают воспроизведение в жизни человеческих сообществ, в деятельности новых поколений аккумулированного социального опыта. Традиции формируют направленность поведения.

Ритуалы, обычаи, обряды – стереотипизированные формы человеческой деятельности, являющиеся включенными в традицию, которые дают детальные предписания о деятельности в рамках традиции.

Умеренное употребление алкоголя – такое употребление, когда спиртные напитки употребляются редко, не более 1-2 раз в месяц, на общепринятых праздниках, в основном в виде небольшого количества слабоалкогольных или небольших доз крепких спиртных напитков, без внешних признаков опьянения, поведение при этом находится в рамках общепринятых норм.

Злоупотребление алкоголем – определяется как неадекватное употребление, которое характеризуется продолжением употребления, несмотря на осознание того, что это обуславливает постоянные или временные социальные, производственные, психологические или физические проблемы.

Зависимость – синдром зависимости – соединение физиологических, поведенческих и когнитивных (познавательных) явлений, при которых употребление вещества (в нашем случае алкоголя) начинает занимать первое место в системе ценностей индивида. Основной характеристикой синдрома зависимости является

потребность (часто сильная, иногда непреодолимая) принять алкоголь.

«Доброкачественный алкоголизм» – атипичный вариант алкоголизма. Является доброкачественным лишь по сравнению с типичной картиной алкоголизма. Для него характерно замедленное формирование клинических проявлений болезни, отсутствуют ярко выраженная алкогольная деградация личности и социально-психологические последствия алкоголизма. Это скрытый, социально компенсированный вариант заболевания.

«Относительно безопасные дозы употребления алкоголя» – количество юнитов (стандартных доз) чистого алкоголя (15 мл), которые, по определению ВОЗ, являются условно безопасными для здоровья. Они составляют до 9 доз в неделю для женщин и до 14 доз – для мужчин. При этом следует стараться не употреблять более 5 стандартных доз алкоголя за один прием и не употреблять алкоголь хотя бы три дня в неделю.

Количество юнитов (U) алкоголя в различных напитках составляет:

1 бутылка легкого пива	1,0 U
1 бутылка обычного пива	2,0 U
1 бутылка крепкого пива	3,0 U
1 бутылка столового вина	6,0 U
1 бутылка десертного вина	8,0 U
1 бутылка водки/коньяка	20,0 U

Толерантность – это способность человека переносить определенные дозы спиртного. Физиологическая толерантность индивидуальна для каждого человека и зависит от возраста, пола, массы тела и т. д. Развитие алкогольной зависимости характеризуется увеличением толерантности в 3-5 раз по сравнению с начальной.

Алкогольная политика на рабочем месте – комплекс мероприятий, который осуществляется на конкретном предприятии (организации), направленный на уменьшение уровня употребления среди проблемно пьющих работников, их лечение и снижение общего уровня употребления алкоголя сотрудниками.

Следует отметить, что при исследовании проблемы злоупотребления алкоголем в археологической среде не ставилась задача найти главную или, быть может, единственную причину, провоцирующую подобную проблему, поскольку здесь, как и в любом другом случае, действует комплекс причин, вызывающих злоупотребление. Современные представления о причинах алкогольной зависимости можно условно разделить на две большие группы: индивидуальные факторы и социально-культурные.

Индивидуальные факторы включают:

1. **Факторы биологические**, т.е. наследственную генетическую склонность к злоупотреблению алкоголем. К этой же группе факторов принадлежат индивидуальные физиологические особенности, особенности обмена веществ, которые могут повышать риск. Но исследование в этом направлении еще требует дальнейших доказательств (Берг, Бувальда 1997; Гельдер и др. 1997)

2. **Факторы психологические** – одна из наиболее значимых групп факторов. Не вызывает сомнений, что алкоголь никогда бы не смог стать таким привлекательным и широко используемым веществом, если бы не имел привлекающих человека свойств. В понимании обычного человека алкоголь – это прежде всего универсальный способ «решения» и «разрешения» целого ряда чисто человеческих проблем, способ легко достижимый, с простой и столетиями испробованной методикой использования. К этим свойствам алкоголя относятся: улучшение интерперсональных взаимоотношений, коррекция своего состояния (в зависимости от дозы алкоголь может иметь эйфоризирующий, седативный (расслабляющий) или снотворный эффект, быть способом улучшения аппетита и т. п.), снятие эмоционального и психического напряжения и т. п. (Андерсон 1995; Еникеева 1997а; Еникеева 1998). Существует также весьма убедительная, на мой взгляд, точка зрения, что одновременно с индивидуальными психическими качествами имеет место общий фактор, который подталкивает людей к употреблению алкоголя – желание изменить состояние своего сознания (Ступени 1995).

3. **Психические расстройства**. Эта причина не выступает как распространенная и рассматривается лишь в специальных исследованиях по наркологии и психиатрии (Гельдер и др. 1997; Бабаян, Гонопольский 1997).

Социально-культурные факторы риска включают:

1. **Опыт семейного воспитания**. Безусловно, что родители оказывают наибольшее влияние на детей, поэтому риск возникновения зависимости может повышаться, если у детей нет возможности научиться безопасному употреблению алкоголя. Причем такой риск существует как для детей из семей алкоголиков, так и для детей, в семьях которых алкоголь вообще не употреблялся. Немалое значение имеет культура употребления алкоголя в семье. Риск может повышаться также из-за неудовлетворительных взаимоотношений в семье, из-за травмирующих ребенка переживаний, эмоционального, физического, сексуального насилия

и т. п. (Дунаевский, Стяжкин 1990; Берг, Бувальда 1997; Еникеева 1997б; Америкенген 1998; Гельдер и др. 1997).

2. **Травмирующие жизненные события** также могут выступать как деструктивный механизм формирования патологической потребности. Стресс вызывает негативное эмоциональное состояние, разрушение иерархии потребностей. На таком фоне употребление алкоголя может превалировать над всем остальным и быстро стать доминирующей потребностью. Таким травмирующим фактором может стать разрыв отношений, смерть близкого человека, потеря работы и т. п. Нельзя не учитывать здесь также ежедневные травмирующие стрессовые ситуации, связанные с родом занятий, профессией, условиями жизни, материальным положением и т. п. Нельзя не отметить и такой фактор, как общая нестабильность в странах, находящихся в т.н. переходном периоде (Берг, Бувальда 1997; Еникеева 1997а; Анонимные 1989).

3. **Культура, законы, нормы употребления алкоголя**. Эта причина очень объемна. В ней можно выделить как макросоциальный, так и микросоциальный уровни.

Прежде всего следует отметить, что употребление алкоголя тесно связано с национальной культурой застолья. Культуральное отношение к употреблению алкоголя может в значительной степени влиять на риск возникновения зависимости (Алкогольная 1998; Здоровье 1998; Европейский 1999; Балакирева, Яременко 1998; Henderson 1996). На уровень употребления алкоголя существенное влияние оказывают также политика и законы государства по отношению к алкоголю. (Алкогольная 1998; Европейский 1999).

Отдавая должное макросоциальным факторам, нельзя не обратить внимание на микросоциальные. Среди них едва ли не важнейшим является влияние окружения. Названный фактор особенно опасен в подростковом возрасте, но играет значительную роль на протяжении всей жизни. Это связано прежде всего с тем, что распитие спиртных напитков представляет собой чаще всего коллективное и развлекательное мероприятие. Тут может быстро возникнуть связь между употреблением спиртного и общением и сформироваться т.н. эволюционный механизм формирования патологической потребности (Берг, Бувальда 1997; Андерсон 1995; Еникеева 1997б). Другой объемной причиной на микросоциальном уровне выступают бытовые и субкультуральные алкогольные традиции. (Еникеева 1997а; Америкенген 1998).

Даже такой краткий обзор причин, вызывающих злоупотребление алкоголем, показывает, что существует немало современной литературы, посвященной данной проблеме. И признанным (хотя и печальным) фактом считается, что злоупотребляют алкоголем не только люди с низким социальным и интеллектуальным статусом, а и представители всех слоев населения, в том числе и те, которые заняты интеллектуальным трудом (Еникеева 1997а).

Какой же в действительности оказалась ситуация в нашей, без сомнения интеллектуальной, археологической среде?

Результаты анкетирования показали, что риск существования алкогольных проблем есть у 71% опрошенных. Следует отметить также, что во время обработки анкет были выявлены различного вида несоответствия в ответах, которые свидетельствовали о намерении снизить конечное количество баллов. К тому же анкетирование предполагало субъективную оценку, и это, безусловно, также повлияло на получение реального результата. Поэтому, скорее всего, действительная картина еще более настоятельная, чем та, что выявилась.

Употребление алкоголя в среде археологов является принятым и приемлемым. Именно поэтому оно не очень-то вызывает беспокойство. Большинство респондентов, с которыми проводилось интервью, признавало, что, на их взгляд, употребление алкоголя не находится в пределах допустимого, но в то же время мало кто мог, хотя бы теоретически, представить себе археологическую среду вообще непьющей. Употребление алкоголя (как, очевидно, не по слухам известно уважаемому читателю) принято как в поле, во время экспедиционных исследований, так и в городе. Не новостью является и то, что в полевых условиях обычно пьют не только больше, но и более регулярно. Свежий воздух, более быстрый вывод алкоголя из организма позволяют выпить значительно больше, чем в городе. Один из респондентов признался: «В городе я бы от таких доз умер». Вероятнее всего, такой ритм употребления со временем влияет на увеличение количества алкоголя, необходимого для опьянения (алкогольной толерантности). Перечень событий, сопровождающихся употреблением алкоголя, велик и всем известен. Отмечу лишь, что, наряду с поводами, являющимися общепринятыми, в археологической среде, как и в любой субкультурной среде, есть свои специфические поводы – привал, отвал, «день археолога» и т. п.

Очень трудно сделать однозначный вывод по поводу культуры употребления алкоголя в археологической среде. Очевидно, наиболее

адекватно отражает картину точка зрения одного из респондентов, что культура употребления спиртного может быть сколь угодно разной и колебаться в пределах крайностей – от рюмки дорогого коньяка под чашку кофе и интеллектуальную беседу до бутылки плохой водки «из горла» «в антисанитарных условиях». При этом обе крайности могут быть характерны для одной и той же группы людей. Очевидно, что такое «разнообразие» говорит скорее об отсутствии устоявшейся традиции культуры употребления алкоголя, чем о ее наличии.

Основными алкогольными напитками, которые предпочитают употреблять в среде археологов, однозначно были названы крепкие напитки, прежде всего водка. К тому же почти все респонденты отмечали, что употреблять крепкие спиртные напитки они начали именно в экспедиции.

Часть респондентов акцентировала внимание на том, что на возможность злоупотребления спиртным может влиять неструктурированность рабочего времени, поскольку чаще всего производство главного результата работы – интеллектуального продукта – не привязано к четким ежедневным временным рамкам и работа не имеет четко структурированного рабочего графика. Но в то же время практически все респонденты считают, что в конечном счете алкоголь и работа – вещи несовместимые, что продуктивно работать после выпивки невозможно, что алкоголь негативно отражается на творческом потенциале, убивает ученого.

С другой стороны, довольно мало желающих не пить вовсе. Практически все респонденты высказались за умеренное употребление и того же хотели бы ждать от своих коллег – большинство хотело бы работать не с трезвенниками, а с умеренно пьющими людьми.

Что же такое умеренно и неумеренно пьющие люди? Хотя большинство людей считает, что им известно, что такое алкоголизм и какие проявления он имеет, в действительности это оказывается далеко не так. Чаще всего человек, больной алкоголизмом, представляется как социально исключенный, неопрятный человек, бомж. В действительности же такому стереотипному образу выброшенного на улицу алкоголика соответствует не более 3 % общего числа больных алкоголизмом (Берг, Бувальда 1997). Столь же невысоким является уровень знаний о влиянии алкоголя на организм, стадиях развития и течении алкогольной болезни, «условно безопасных» дозах употребления алкоголя. Практически никто из опрошенных не интересовался литературой по проблеме алкоголизма (про насморк знают явно больше!). Складывается впечатление

чатление, что, как и большинство людей, представители нашей профессиональной среды полагают, что алкогольные проблемы могут касаться кого-то другого, но только не их.

Отдельной непростой проблемой является проблема употребления алкоголя на рабочем месте. Подобная практика является принятой и широко распространенной (безусловно, это касается не только археологической среды). Зарубежные издания (Henderson 1996; Health 1993; Войдыло-Осятынска 1998) уделяют достаточно много внимания этой теме, поскольку справедливо считается, что целенаправленная и эффективная алкогольная политика, которой придерживаются на предприятии, имеет существенное значение для профилактики употребления алкоголя и решения проблем пьющих людей. Подобная политика должна разрабатываться совместно с коллективом, учитывать специфические условия работы, сочетать систему запретов с системой поощрений, быть последовательной и распространяющейся на всех и т. п. У нас же понятие «алкогольная политика на рабочем месте» если и вызывает какие-нибудь ассоциации, то они связаны лишь с действиями запретительного характера. Поэтому большинство респондентов считает, что избежать употребления алкоголя на рабочем месте можно лишь благодаря силовым административным мерам. Но в то же время вызывает сомнение конечный результат подобных мер. Я в них тоже сомневаюсь, ибо не считаю эффективными по ряду причин:

– Через определенное время, когда «волна спадет», о таком запрете начнут забывать и администрация, и сотрудники. Понемногу все станет, как и прежде.

– Такой запрет может первой нарушить сама же администрация – в случае необходимости приема уважаемых гостей, фуршета по поводу юбилея и т. п.

– Такая политика не будет учитывать т. н. «нормальной принятой практики» на рабочем месте (т.е. сложившихся норм, традиций), которая играет главную роль в сохранении традиции употребления алкоголя.

– Практика простого запрета будет замалчивать существующие алкогольные проблемы отдельных людей, и они, соответственно, не будут находить решения.

– Такая политика не будет согласована с коллективом и поэтому будет воспринята негативно.

О том, насколько алкоголь на рабочем месте вжился в нашу жизнь, говорит тот факт, что основная часть респондентов не только не возражает против употребления алкоголя на рабо-

те, но и мало кто хотел бы работать в организации, где алкоголь на работе не употреблялся бы ни в коем случае. Правда, также мало кто приветствует обильные ежедневные возлияния, но в то же время почти все могут себе позволить появиться на рабочем месте в нетрезвом виде или с похмелья.

Кроме того, как уже отмечалось, наличие алкогольных проблем в археологической среде мало осознается как администрацией, так и самими сотрудниками. Существующая ситуация считается нормальной именно потому, что «так было всегда». Всегда пили, всегда работали, всегда «как-то было». И почему, собственно, нужно задумываться над подобной проблемой? Что, более серьезных и существенных нет? Кроме того, наверное, не так-то это и просто – признать, что проблема существует. Лучше и «безопаснее» ее не замечать.

В то время как мы не замечаем или не придаем серьезного значения этому явлению, оно развивается по своим законам. Сложилось, поддерживаются, сохраняются и передаются определенные традиции субкультуры, среди которых алкоголь занимает не последнее место. Определенные специфические черты, характеризующие тип отношений с окружающим миром, деятельность членов, совместные интересы и привязанности, характерны для любой субкультуры. Археологическая среда здесь не является исключением. Тем более в силу специфики сочетания кабинетной и полевой работы. Как справедливо отмечают авторы работы о песенном фольклоре (Далекое 2000), в археологии именно экспедиция, несмотря на то, что длится она, как правило, не более трех месяцев, является средой, которая определяет специфику субкультуры в целом. (С этой точки зрения неудивительно, что практически все респонденты называют именно первую экспедицию временем начала профессиональной работы в археологии).

Следуя точке зрения тех же авторов (Далекое 2000), упрощенная, линейная схема передачи традиции выглядит таким образом:

– **осуществление – восприятие – запоминание – дальнейшая передача.**

О передаче археологических традиций как таковых можно, скорее всего, говорить лишь начиная с послевоенных времен. В это время возрастает и число профессионалов, и число энтузиастов-непрофессионалов, которые по несколько лет подряд выезжают в поле. Регулярными становятся и выезды в поле студентов. Это приводит к возникновению в экспедициях критической массы заинтересованных, творчески активных людей, которые готовы (всегда

готовы!) к поддержанию традиции. Опять-таки не буду перечислять эти традиции, в которых алкоголь есть неизменная часть ритуала, ибо они в археологии общеизвестны, универсальны и широко распространены. Нюансы могут касаться лишь местных особенностей или традиций конкретных экспедиций. Трудно сказать, что первично в этих традициях: вначале было само событие, а позднее к нему присоединился алкоголь, возникли ли они одновременно, или потребность в лишнем поводе выпить требовала поиска такого обоснованного повода. Скорее всего, это вопрос о том, «что было раньше – курица или яйцо». Но в любом случае большинство респондентов называют как общественные, так и профессиональные традиции одним из главных факторов, обуславливающих употребление алкоголя вообще и в поле в частности.

Алкогольные традиции тесно связаны с песенным фольклором. Песни, как и алкоголь, – это необходимая составляющая ритуала. Поэтому неудивительно, что тема алкоголя и его употребления является в песнях достаточно актуальной. Из проанализированных 27 песен (Далекое 2000) полностью посвящено алкогольной тематике 11. Во всех текстах алкоголь, его употребление и последствия представляются лишь в позитивном смысле, с бравадой. Употребление алкоголя определяется как одобренное, привлекательное действие. Песен, в которых алкоголь и его употребление упоминается (и тоже лишь в позитивном смысле), также 11. И лишь в 5-ти песнях сборника тема алкоголя не упоминается вовсе.

Авторы сборника отмечают и такой существенный момент: в песнях 60-х годов (а это чаще всего студенческие песни), времен «оттепели», привнесения в археологию туристских традиций, тема винопития преобладает как тема радости и веселья. Позднее – в 70-80 годы – она превращается в тему воинственного пьянства: главное, чтобы было много, а веселье – вопрос десятый.

Естественно, существует достаточно большой перечень причин, провоцирующих употребление алкоголя в поле. Более того, довольно часто это причины вполне оправданные. И абсолютно трезвую экспедицию найти трудно. Тем более удивительным было утверждение почти половины респондентов, что они в состоянии представить себе трезвую экспедицию (правда, один из них добавил – «в страшном сне»). Скорее всего, подобное возможно лишь в случае особых условий работы (к примеру, подводные исследования). К преимуществам трезвой экспедиции относятся два: отсутствие травматизма, связанного с употреблением алкоголя, и

уменьшение потерь рабочего времени. А вот недостатков было перечислено намного больше: проблемы взаимоотношений между членами экспедиции, психологическое напряжение, холод, проблемы контакта с местным населением и т. д.

Среди причин, определяющих употребление алкоголя в поле, были названы следующие:

– Потребность в релаксации. В полевых условиях алкоголь выступает как наиболее доступный, быстро действующий, испытанный и приемлемый релаксант.

– Вышеупомянутые общественные и профессиональные традиции.

– Иные, чем в городе, условия жизни: ослабление контроля со стороны семьи, отсутствие необходимости после щедрых возлияний возвращаться домой с угрозой быть где-то задержанным, и т. п.

– Структурирование свободного времени, в случае неумения его использовать, неумения отдыхать (что, на мой взгляд, к сожалению, характерно для большинства студентов нынешнего поколения).

– Улучшение общения между членами экспедиции (коммуникативное действие алкоголя). В литературе по проблемам, связанным с алкоголем, он иногда называется «смазкой для социальных контактов».

– Проблема наведения контактов с местным населением, которые, в силу общественных традиций, немислимы без бутылки.

Наверняка этот список можно продолжить. Вопрос не в том, насколько он длинен, а в том, что все перечисленные факторы – реально существующие и что это нельзя не учитывать.

Есть причины, есть традиции, есть люди, которые эти традиции передают, и есть те, кто эти традиции воспринимает (вспомним схему: осуществление – восприятие – запоминание – дальнейшая передача). Как же и почему это происходит?

Археология, вне всякого сомнения, – профессия творческая, и люди, которые в ней работают, – это преимущественно яркие личности, имеющие широкое мировоззрение и немалый интеллектуальный потенциал. И именно они создают определенную субкультуру археологической среды. И когда в эту среду попадает новый молодой человек, то он воспринимает весь комплекс этой субкультуры. Особую роль тут, как уже подчеркивалось, играет экспедиция, и именно первые экспедиции называются началом профессиональной работы.

Идентификация (отождествление, намерение быть похожим на кого-то) с микросоциальной средой, коллективом, где употребление ал-

коголя не только не осуждается, а напротив, приветствуется и считается нормальным явлением, является одним из мотивов традиционного употребления спиртного.

В каком-то смысле экспедиция для молодого человека (школьника, студента) выступает как временная семья, имеющая свои правила, распорядок, требования. Тут происходит процесс обучения – как обучения основам профессии, так и обучения традициям субкультуры, в том числе алкогольной культуры. Молодые, еще формирующиеся люди очень подвержены влиянию руководства экспедиции, авторитетных ее членов. Осознает это руководство экспедиции или нет, но оно воспитывает молодежь. И здесь, очевидно, обе крайности – как «пьяные» экспедиции, так и абсолютно трезвые – не дадут положительно конечного результата.

Сложно надеяться, что все молодые люди, попадающие в экспедицию, не будут иметь своего опыта употребления алкоголя и своего понимания того, как, в каких ситуациях и сколько необходимо употреблять. Поэтому пить они, безусловно, будут. И более разумным и безопасным было бы проведение определенной комплексной политики, «руководство» процессом, обучение традициям умеренного употребления. Те же существующие субкультурные традиции, связанные с употреблением алкоголя, также могут быть использованы для обучения моделям позитивного поведения. Поскольку основное значение состоит в том, каким содержанием наполняются эти традиции. Смысл употребления – очень важный акцент. Если смысл – общение, веселье, – то не так важно, что именно пить у костра: водку, чай или родниковую воду. Отдельные авторы утверждают, что основной смысл алкоголя именно в том и состоит, что он имеет символическое значение, является частью определенных ритуалов (Фекьякер 1994). Интересно, что мнения респондентов по поводу того, нужно ли проводить подобную работу со студентами, разделились. Более старшие по возрасту считают, что обучать молодежь культуре употребления алкоголя незачем, что это пустая трата времени и личное дело каждого, а более молодые – придают этому вопросу немалое значение. По мнению этих респондентов, когда главный акцент в профессии делается на работе, а досуг организуется определенным образом и под соответствующими лозунгами, когда есть достойная подражания культура употребления спиртного, когда есть конкретный личный пример – именно тогда можно ожидать позитивного результата.

Таким образом, результаты исследования позволяют сделать вывод, что в механизме

возникновения зависимости основной путь пролегает через традиции субкультуры, которые передаются следующим поколениям профессионалов, главным образом в экспедиции. О существовании «традиционного» варианта злоупотребления алкоголем известно очень давно. Об этом писали еще в исследованиях начала XX в. (Первушин 1911; Дмитриев 1911). Как видим, это актуально и сегодня.

Скорее всего, в нашей среде существует и развивается так называемый «доброкачественный вариант» развития алкоголизма (Еникеева 1998). Хочу подчеркнуть, что речь идет опять-таки не о диагнозе, а о процессе развития проблемы. Алкоголизм, как и любое другое заболевание (а давно доказано, что это именно заболевание), имеет свои причины, стадии развития, клинические симптомы. И одна из его основных особенностей в том, что развитие этого заболевания растянуто на годы, а иногда на десятилетия. Поэтому-то особое значение приобретает раннее распознавание и осознание проблемы. Итак, речь идет о формировании преимущественно «доброкачественного» варианта алкоголизма (повторим – название условное, ибо доброкачественным он является лишь по сравнению с «классическим» вариантом), который имеет ряд особенностей. Одной из главных особенностей является замедленное формирование клинических проявлений. Другой особенностью является то, что довольно часто, несмотря на существования заболевания, больного не считают алкоголиком, т.е. этот вариант является скрытым, социально компенсированным вариантом заболевания. Здесь человек не превращается в социально опустившегося, не становится бомжом. У такого человека отсутствует выраженная алкогольная деградация личности и бросающиеся в глаза социально-психологические последствия заболевания. Напротив, присутствует высокая значимость социальных и психологических факторов, имеющих сдерживающее влияние на интенсивность употребления спиртного и на развитие заболевания в целом. Довольно часто при изменении ситуации, увеличении влияния сдерживающих факторов употребление алкоголя может резко уменьшиться и, наоборот, может увеличиваться, когда таких факторов нет. Это приводит к тому, что очень часто такие люди не пьют ежедневно, а интенсивность употребления алкоголя у них имеет волнообразный характер – с периодами полного воздержания от спиртного в случае необходимости и возобновления употребления при изменении ситуации. Анозогнозия (отрицание болезни) при этом варианте алкоголизма чаще всего частична: иногда боль-

ной признает не болезнь в целом, а лишь некоторое превышение допустимой дозы употребления спиртного, другие признают наличие некоторых проявлений, но не считают, что алкоголизм у них уже сформировался, и уверены, что в любой момент могут остановить злоупотребление алкоголем.

Как уже отмечалось, алкоголизм возникает не сразу, а формируется постепенно, на протяжении многих лет, и злоупотребление (то, что мы, собственно, привыкли называть бытовым пьянством, часто противопоставляя его алкоголизму) может перейти в алкогольную зависимость незаметно для самого человека.

Ниже приведены признаки, характерные для стадий развития алкогольной болезни, которые являются, так сказать, «классическими». В реальности картина может быть более размытой: какие-то признаки могут проявляться, каких-то может не быть, – но наличие даже части из ниже перечисленного является поводом для серьезных размышлений.

Ранние симптомы алкоголизма:

– Постепенно формирующаяся патологическая тяга к спиртному.

– Синдром потери количественного контроля. (Количественный контроль в широком смысле – это представления человека о том, какие предельно допустимые дозы спиртного он себе может позволить).

– Потеря защитного рвотного рефлекса.

– Алкогольная анозогнозия (отрицание болезни).

Наркология насчитывает три стадии развития алкоголизма.

Первая стадия алкоголизма

Выпивки становятся более частыми, употребление алкоголя становится систематическим. Увеличивается количество выпитого (алкогольной толерантности) в 3-5 раз. Отсутствует рвотный рефлекс. Изменяется картина опьянения – исчезает седативный (расслабляющий) эффект. Появляются нарушения памяти после выпивки. Появляется синдром психологической зависимости, т.е. появление психической тяги к алкоголю и способности чувствовать психический комфорт лишь в состоянии опьянения.

Вторая стадия алкоголизма

Возникает непреодолимая (компульсивная) тяга к алкоголю. Алкоголь на этой стадии имеет стимулирующее действие. Большинство больных не осознает степени опьянения даже после большого количества выпитого. На этой стадии возникает похмельный синдром (алкогольная абстиненция). Абстинентный синдром является наиболее рельефным проявлением физической

зависимости. (Физическая зависимость – зависимость физического состояния от наличия или отсутствия алкоголя в организме). Для этой же стадии характерно возникновение запоев – многодневное пьянство, когда утрачивается не только количественный, но и ситуативный контроль. Как следствие может возникать алкогольный делирий (белая горячка) – острый алкогольный психоз, который характеризуется затуманиванием сознания, нарушениями ориентации в месте и времени, зрительными галлюцинациями, страхом, возбуждением. Появляются заметные изменения характера личности, которые называют алкогольным изменением личности. Одним из проявлений изменения личности является уже упомянутая выше алкогольная анозогнозия (отрицание болезни).

Третья стадия алкоголизма

Ее называют конечной, или энцефалопатической, поскольку на этой стадии усиливаются признаки алкогольной энцефалопатии – органического поражения головного мозга, которое характеризуется дистрофическими изменениями и стойкими психическими нарушениями. Началом этой стадии является снижение алкогольной толерантности (к опьянению приводят уже незначительные дозы алкоголя). Присутствует полная утрата ситуативного контроля, прогрессирующая деградация личности. Форма употребления алкоголя – все чаще запойная. Намного более тяжелый похмельный синдром. Утрачивается профессиональная квалификация. Прогноз неутешительный. Смертность на 3-й стадии очень велика.

Безусловно, что надеяться на поголовное «перевоспитание» археологов по прочтении моей статьи и на превращение трезвости в норму нашей жизни бессмысленно. Человечество употребляет алкоголь тысячелетиями (кому, как не археологам, это знать!), и маловероятно, чтобы перестало этим заниматься. Практика введения «сухих законов» в ряде стран доказала полную бесперспективность подобной политики. Алкоголь, безусловно, вещь опасная, обладающая негативными последствиями, возможно, даже смертельная. Но цианид тоже смертелен, однако никто не бежит в аптеку за цианидом. Т.к. смерть от цианида моментальная, а от алкоголя можно умирать всю жизнь, испытывая при этом на себе целый ряд его положительных свойств. Более того, такая серьезная организация, как ВОЗ, в своих документах, посвященных действиям по борьбе с алкоголем, признает сегодня и наличие позитивных его свойств. Правда, лишь в одном случае. Исследованиями доказано, что ежедневное употребление крепких спиртных напитков в дозах, не превы-

шающих 50 г, снижает риск коронарных заболеваний у мужчин среднего возраста (Европейский 1999). *Подчеркиваю – до 50 г для мужчин среднего возраста.*

Поэтому я не призываю Вас, глубокоуважаемые коллеги, немедленно бросить пить. Я предлагаю Вам задуматься над тем, какое место алкоголь занимает в Вашей жизни, и решить:

может ли это являться для Вас проблемой, и хочется ли Вам, чтобы Ваш пример наследовали другие? Есть много тестов и методик определения уровня проблемы. Один из них я приведу ниже.

Но есть один очень простой вопрос, на который нельзя не ответить честно: «Вам хотелось бы, чтобы Ваши дети пили так же, как Вы?»

AUDIT

(Дано по Берг, Бувальда 1997)

Скрининговый опросник на выявление нарушений, связанных с употреблением алкоголя

Обозначьте вариант ответа и суммируйте общее количество баллов по всему опроснику (баллы приведены в скобках)

1. Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?

- (0) никогда
- (1) 1 раз в месяц
- (2) 2-4 раза в месяц
- (3) 2-3 раза в неделю
- (4) 4 и более раз в неделю

2. Какова Ваша обычная доза алкогольных напитков в день выпивки?

	Стандартная порция	Водка (мл) 41 об %	Крепленое вино (мл) 17-20 об %	Сухое вино (мл) 11-13 об %	Пиво (бут.) 5 об %
0	1 или 2	30-60	75-150	75-150	250 мл. – 1 бут.
-1	3 или 4	90-120	225-300	300-400	1,5-2 бут.
-2	5 или 6	150-180	375-450	500-600	2,5-3 бут..
-3	7 или 8	210-240	525-600	700-800	3,5-4 бут.
-4	10 и более	300 и более	750 и более	1000 и более	5 бут.. и более

3. Как часто Вы выпиваете более 180 мл водки (450 мл вина) в течение одной выпивки?

- (0) никогда
- (1) менее чем 1 раз в месяц
- (2) 1 раз в месяц
- (3) 1 раз в неделю
- (4) ежедневно или почти ежедневно

4. Как часто за последний год Вы замечали, что не в состоянии остановиться, начав пить?

- (0) никогда
- (1) менее одного раза в месяц
- (2) 1 раз в месяц
- (3) 1 раз в неделю
- (4) ежедневно или почти ежедневно.

5. Как часто за последний год Вы из-за выпивки не сделали того, чего от Вас обычно ожидают?

- (0) никогда
- (1) менее одного раза в месяц
- (2) 1 раз в месяц
- (3) 1 раз в неделю
- (4) ежедневно или почти ежедневно

6. Как часто за последний год Вам необходимо было выпивать, чтобы прийти в норму после предыдущей тяжелой выпивки (опохмеляться)?

- (0) никогда

- (1) менее одного раза в месяц
- (2) 1 раз в месяц
- (3) 1 раз в неделю
- (4) ежедневно или почти ежедневно

7. Как часто за последний год у Вас было чувство вины и (или) раскаяния после выпивки?

- (0) никогда
- (1) менее одного раза в месяц
- (2) 1 раз в месяц
- (3) 1 раз в неделю
- (4) ежедневно или почти ежедневно

8. Как часто за последний год Вы не могли вспомнить, что было накануне из-за того, что выпивали?

- (0) никогда
- (1) менее одного раза в месяц
- (2) 1 раз в месяц
- (3) 1 раз в неделю
- (4) ежедневно или почти ежедневно

9. Были ли Ваши выпивки когда-либо причиной телесных повреждений у Вас или у других людей?

- (0) никогда
- (1) да, но это было более года тому назад
- (2) да, в течение этого года

10. Случалось ли так, что Ваш родственник или знакомый, или врач, или другой медицинский работник проявлял обеспокоенность по поводу Вашего употребления алкоголя или предлагал прекратить употребление?

- (0) никогда
- (1) да, но это было более года тому назад
- (2) да, в течение этого года

Подсчитайте и запишите полученную сумму баллов.² _____

ЛИТЕРАТУРА

- Алкогольная политика и общественное благо. 1998. Копенгаген: ВОЗ.
- Амеронген. 1998. Алкоголь. Інформація про вживання та зловживання. Київ.
- Андерсон П. 1995. Пути решения проблем, связанных с употреблением алкоголя. – СПб.
- Анонимные алкоголики. 1989. Нью-Йорк.
- Бабаян Э.А., Гонопольский М.Х. 1997. Наркология. Москва.
- Балакірева О.М., Яременко О.О. 1998. Рівень розповсюдження та структура вживання алкоголю та інших наркотичних речовин серед підлітків в Україні: соціологічний вимір. Київ.
- Берг К., Бувальда В. 1997. Учебное пособие по наркологии для врачей-стажеров. – Минск.
- Войдыло-Осятынская Е. 1998. Употребление алкоголя как проблема трудоспособности. – Варшава.
- Гельдер М., Гэт Д., Мейо Р. 1997. Оксфордское руководство по психиатрии.
- Дальнее прошлое Пушкиногорья. Вып.6. Песенный фольклор археологических экспедиций. – СПб., 2000.
- Дмитриев В. 1911. Критические исследования о потреблении алкоголя в России. Москва.
- Дунаевский В., Стяжкин В. 1990. Наркомания и токсикомания. Москва.
- Европейский план действий по борьбе с потреблением алкоголя на 2000-2005 гг. Копенгаген: ВОЗ, 1999.
- Еникеева Д. 1997а. Как и почему пьют политики, бизнесмены, «новые русские». Донецк.
- Еникеева Д. 1997б. Популярны основы психиатрии. Донецк.
- Еникеева Д. 1998. Книга для пьющего человека. Донецк.
- Здоровье и здравоохранение в Нидерландах. Киев, 1998.
- Первушин С. 1911. Очерки по теории массового алкоголизма. Москва.
- Ступени к трезвости. Одесса, 1995.
- Фекьякер Х.О. 1994. Алкоголь и иные наркотики: магические или химические вещества? Киев.
- Ядов В.А. 1995. Социологическое исследование. Самара.
- Health promotion in the workplace: Alcohol and drug abuse. – Geneva:WHO, 1993.
- Henderson M. et al. 1996. Alcohol and the workplace. – Copenhagen: WHO.

Статья поступила в номер 1 февраля 2007 г.

² Для большей объективности оценки ключ помещен в конце статьи.

Ключ: Общая сумма баллов, составляющая 8 и более, свидетельствует о вероятности существования алкогольных проблем.