

ПУТЬ К СВОБОДЕ

Выпускается с 1998

пенитенциарная газета



Анонс номера

Колонка прокурора

Соблюдение прав подозреваемых и обвиняемых в следственных изоляторах уголовно-исполнительной системы РФ

Юридическая консультация

Судимость. Понятие, последствия, порядок погашения

Законы и проекты

Сядут мягче

Арестанты смогут напрямую просить суд о поощрениях режима

Алкогольное опьянение станет отягчающим обстоятельством для преступников
В Совете Федерации предложили ужесточить наказание для тех, кто совершает преступления под воздействием алкоголя.

Вести из колоний

Новости учреждений УИС Приморского края

Страничка психолога

Зачем нам хобби?

Принят Федеральный закон Российской Федерации от 1 декабря 2012 г. N 208-ФЗ "О внесении изменений в статьи 78 и 175 Уголовно-исполнительного кодекса Российской Федерации и статью 399 Уголовно-процессуального кодекса Российской Федерации"

Законодательно закреплено право осужденного обращаться в суд с ходатайством о замене неотбытой части наказания более мягким видом наказания

В настоящее время в отношении положительно характеризующегося осужденного, которому неотбытая часть наказания может

быть заменена более мягким видом наказания, учреждение или орган, исполняющие наказание, вправе внести в суд представление о замене неотбытой части наказания более мягким видом наказания. Право осужденного непосредственно самостоятельно обращаться в суд по данному вопросу законодательством не предусмотрено.

Принятым Федеральным законом установлено, в частности, что осужденный, которому может быть изменен вид исправительного учреждения, а также его адвокат (законный представитель) вправе самостоятельно обратиться в суд с ходатайством об изменении вида исправительного учреждения.

Осужденный, которому неотбытая часть наказания может быть заменена более мягким видом наказания, а также его адвокат (законный представитель) вправе обратиться в суд с ходатайством о замене неотбытой части наказания более мягким видом наказания. Такое ходатайство осужденный подает через администрацию учреждения или органа, исполняющего наказание.

Ранее право осужденного на обращение в суд с ходатайством об изменении вида исправительного учреждения, о замене неотбытой части наказания более мягким видом наказания и обязанность суда рассмотреть такое ходатайство по существу было предусмотрено в Определениях Конституционного Суда РФ от 18.11.2004 N 363-О и от 20.10.2005 N 388-О.

Комментарии «Российской газеты» к Федеральному закону РФ N 208-ФЗ - на с.4



Соблюдение прав подозреваемых и обвиняемых в следственных изоляторах уголовно-исполнительной системы РФ

Содержание под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений осуществляется в целях, предусмотренных уголовно-процессуальным законодательством РФ.

Основными направлениями при осуществлении прокурорского надзора за соблюдением прав подозреваемых и обвиняемых в СИЗО являются:

1) законность нахождения лиц в местах содержания под стражей;

2) соблюдение установленных законодательством РФ прав и обязанностей задержанных, заключенных под стражу, порядка и условий их содержания.

Лица, заключенные под стражу, осужденные могут находиться в условиях следственного изолятора только на законных основаниях. Порядок задержания и заключения под стражу регулируется нормами уголовно-процессуального законодательства. Основанием содержания под стражей лиц, задержанных по подозрению в совершении преступлений, является протокол задержания, составленный в порядке, установленном УПК РФ. Основанием содержания под стражей подозреваемых и обвиняемых, в отношении которых в качестве меры пресечения избрано заключение под стражу, является судебное решение.

Подозреваемые и обвиняемые пользуются правами, свободами и несут обязанности, установленные для граждан РФ, с ограничениями, предусмотренными федеральными законами.

Права подозреваемых и обвиняемых, в отношении которых избрана мера пресечения в виде заключения под стражу, отражены в ст. 17 Федерального закона «О содержании под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений». Так, подозреваемые и обвиняемые имеют право: получать информацию о своих правах и обязанностях, режиме содержания под стражей, порядке подачи предложений, заявлений и жалоб; на личную безопасность в местах содержания под стражей; обращаться с просьбой о личном приеме к начальнику места содержания под стражей и лицам, контролирующим деятельность места содержания под стражей, во время нахождения указанных лиц на его территории; на свидания с защитником; на свидания с родственниками; хранить при себе документы и записи, относящиеся к уголовному делу либо касающиеся вопросов реализации своих прав и законных интересов, за исключением тех документов и записей, которые могут быть использованы в противоправных целях или которые содержат сведения, составляющие государственную или иную охраняемую законом тайну; обращаться с предложениями, заявлениями и жалобами, в том числе в суд, по вопросу о законности и обоснованности их содержания под стражей и нарушения их законных прав и интересов; вести переписку и пользоваться письменными принадлежностями; получать бесплатное питание, материально-бытовое и медико-санитарное обеспечение, в том числе в период участия их в следственных действиях и судебных заседаниях. Подозреваемые и обвиняемые, находящиеся под

стражей, имеют право на восьмичасовой сон в ночное время, в течение которого запрещается их привлечение к участию в процессуальных и иных действиях (за исключением случаев, предусмотренных законодательством); пользоваться ежедневной прогулкой продолжительностью не менее одного часа; пользоваться собственными постельными принадлежностями, а также другими вещами и предметами; пользоваться литературой и изданиями периодической печати из библиотеки места содержания под стражей либо приобретенными через администрацию места содержания под стражей в торговой сети, а также настольными играми; отправлять религиозные обряды в помещениях места содержания под стражей подозреваемых и обвиняемых, иметь при себе религиозную литературу, предметы религиозного культа (для нательного или карманного ношения); заниматься самообразованием и пользоваться для этого специальной литературой; получать посылки, передачи; на вежливое обращение со стороны сотрудников мест содержания под стражей; участвовать в гражданско-правовых сделках. Подозреваемые и обвиняемые имеют также право на получение и отправление денежных переводов; заключение и расторжение брака, участие в иных семейно-правовых отношениях. Они могут приобретать продукты питания и предметы первой необходимости в магазине (ларьке) следственного изолятора (тюрьмы) либо через администрацию места содержания под стражей в торговой сети; подписываться на газеты и журналы и получать их; получать от администрации при необходимости одежду по сезону, разрешенную к ношению в местах содержания под стражей; имеют право на платные телефонные разговоры при наличии технических возможностей и под контролем администрации с разрешения лица или органа, в производстве которого находится уголовное дело, либо суда. Подозреваемым и обвиняемым, содержащимся под стражей, при наличии соответствующих условий предоставляется возможность трудиться.

Соблюдение прав данной категории граждан, неразрывно связано с необходимостью осуществления надзора за соблюдением ими обязанностей, установленных в ст. 36 указанного выше Федерального закона. Так, подозреваемые и обвиняемые обязаны: соблюдать порядок содержания под стражей, установленный настоящим Федеральным законом и Правилами внутреннего распорядка; выполнять законные требования администрации мест содержания под стражей; соблюдать требования гигиены, санитарии, правила пожарной безопасности; бережно относиться к имуществу мест содержания под стражей; проводить уборку камер и других помещений в порядке очередности; не совершать действий, унижающих достоинство сотрудников мест содержания под стражей, подозреваемых и обвиняемых, а также других лиц; не препятствовать сотрудникам мест содержания под стражей, а также иным лицам, обеспечивающим порядок содержания под стражей, в выполнении ими служебных обязанностей; не совершать умышлен-

ных действий, угрожающих собственной жизни и здоровью, а также жизни и здоровью других лиц. Подозреваемым и обвиняемым запрещается иметь при себе предметы, вещества и продукты питания, запрещенные к хранению и использованию в СИЗО.

В целях неукоснительного соблюдения законности в местах содержания под стражей, повышения эффективности и результативности надзора за исполнением законов при исполнении уголовных наказаний и содержании под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений Генеральной прокуратурой РФ был издан приказ от 30.01.2007 N 19 "Об организации надзора за исполнением законов администрациями органов и учреждений, исполняющих уголовные наказания,

следственных изоляторов при содержании под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений". В соответствии с данным приказом прокуроры рассматривают надзор за исполнением законов администрациями следственных изоляторов как одну из составных частей функции защиты конституционных прав и законных интересов граждан, находящихся в исправительных учреждениях и местах содержания под стражей.

**Заместитель прокурора
Кизнерского района
советник юстиции А.С. Лузин
Источник - сеть Интернет**

юридическая консультация

Судимость. Понятие, последствия, порядок погашения

О человеке, совершившем преступление и отбывающем или уже отбывшем наказание, говорят: «он имеет судимость». Правильно ли данное высказывание и что такое судимость мы и поговорим в этой статье.

Как много раз на политическом «олимпе» вспыхивали скандалы о судимости, тех или иных политических деятелей, об их криминальном прошлом. Простой гражданин верил, что так оно и есть, не вникая в законодательство и само понятие судимости, но достаточно заглянуть в Уголовный Кодекс РФ и все становится на свои места.



Понятие судимости описано в статье 86 Уголовного кодекса РФ, так же в данной статье содержатся сроки погашения судимости, возникшей в связи с определенными преступлениями.

Судимость является юридическим фактом и наступает со дня вынесения обвинительного приговора суда, при этом, не являясь дополнительным наказанием. Началом судимости считается день вынесения обвинительного приговора, а окончанием – момент погашения или снятия судимости. То есть осужденный является судимым в период отбывания наказания и в период после отбывания наказания, который определен законом.

Несудимым признается человек, которому не назначалось уголовное наказание или судимость с него снята актом о помиловании и амнистии или погашена сроком давности. Уголовное наказание в виде штрафа считается, погашенным после уплаты такого штрафа. Срок по наказаниям сопряжен-

ным с исправительными работами может быть продлен в связи с прогулами или перерывами в работе осужденного и будет считаться отбытым после отработки соответствующего количества рабочих дней, назначенных приговором.

Наличие судимости в дальнейшем при рассмотрении другого преступления совершенного лицом, имеющим судимость, может негативно сказаться на вынесении приговора, а именно будет признано рецидивом преступления и может привести к назначению максимального наказания. Признание лица судимым

влечет для него последствия общеправового и уголовно-правового характера, а именно, влияет на возможность владеть оружием, стать усыновителем, занимать некоторые должности, быть избранным и др.

Общеправовой характер последствий в основном касается трудового права. Согласно нескольким правовым актам лица, имеющие судимость не могут занимать должности судей, адвокатов, прокуроров, сотрудников органов внутренних дел и других правоохранительных органов. Лицо, имеющее судимость за корыстные преступления не может занимать государственные структурные должности, которые связаны с распоряжением материальными ценностями. В связи с невозможностью судимого лица хранить и пользоваться оружием, такие лица не призываются в армию. Не могут заниматься педагогической деятельностью или являться усыновителями лица, имеющие не погашенную судимость за преступления против здоровья

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

и жизни, свободы, чести и достоинства, общественной безопасности, половой свободы и половой неприкосновенности, общественного порядка и нравственности, а также связанных с обращением наркотических средств и психотропных веществ их аналогов или прекурсоров.

Многие страны не выдают даже туристическую визу для экскурсионной поездки лицам, у которых есть судимость.

Помимо этого судимость влияет на квалификацию преступления и на определение вида колонии отбывания наказания – это уже последствия уголовно-правового характера. Также она ограничивает возможность освобождения от уголовной ответственности и наказания, усиливает требования при условно-досрочном освобождении.

У лица, осужденного по совокупности преступлений, погашение судимости будет касаться каждой статьи индивидуально. То есть по каждому преступлению судимость считается отдельно и не может быть сложена вместе. В отличие от предыдущего УК РСФСР, Уголовный Кодекс РФ не предусматривает прерывания срока погашения судимости совершением нового преступления.

В судебной практике оперируют такими понятиями, как: погашение и снятие судимости.

Погашение судимости наступает:

- по истечению испытательного срока – для лиц осужденных условно;
- по прошествии одного года после исполнения или отбытия наказания – для лиц, осужденных к более мягким видам наказания, нежели лишение свободы;
- по истечению трех лет после отбытия наказания – для лиц, осужденных к лишению свободы, за преступления малой и средней тяжести;
- по истечению шести лет после отбытия наказания – для лиц, осужденных за тяжкие преступления;
- по истечению восьми лет после отбытия нака-

зания – для лиц, осужденных за особо тяжкие преступления.

Судимость погашается автоматически и не нуждается в специальных решениях суда или других документах, подтверждающих этот факт.

Согласно ст. 86 п. 5 Уголовного кодекса РФ осужденный, желающий досрочно снять с себя судимость, может обратиться с ходатайством в суд. Если суд признает безупречность поведения осужденного лица, то может принять решение о досрочном погашении судимости.

В случае когда, осужденный согласно законодательству был досрочно освобожден или же мера наказания была изменена на более мягкую, срок судимости будет исчисляться исходя из фактически отбытого срока заключения.

Снятая или погашенная судимость возвращает все права бывшему осужденному.

В порядке, предусмотренном законом и статьями 84-85 УК РФ, судимость может быть снята актом об амнистии или помиловании. Акт об амнистии выносится Государственной Думой Федерального Собрания Российской Федерации, а акт о помиловании – Президентом РФ. На практике амнистия, исключая редкие случаи, не предусматривает снятия судимости с осужденных. Чаще всего к ним применяются другие виды смягчения участи. А вот в актах о помиловании бывает указание на снятие судимости освобождаемых или уже освобожденных от наказания осужденных. Законодательством не регламентированы нормы применения амнистии и помилования к осужденным гражданам, что не мешает на практике применять данную возможность, как и снятие судимости к лицам, отбывшим половину или более срока наказания.

Автор: адвокат Виктория Державина
Источник - сайт www.bloglaw.ru

ЗАКОНЫ И ПРОЕКТЫ

Сядут мягче

Арестанты смогут напрямую просить суд о поправках режима

Принят Федеральный закон Российской Федерации от 1 декабря 2012 г. N 208-ФЗ "О внесении изменений в статьи 78 и 175 Уголовно-исполнительного кодекса Российской Федерации и статью 399 Уголовно-процессуального кодекса Российской Федерации"

Закон позволяет осужденным напрямую просить суд о смягчении наказания. Гражданин начальник уже не является фильтром, который может пропустить прошение арестанта, а может и завернуть: мол, робой не вышел.

Специальные поправки вносятся в Уголовно-процессуальный и Уголовно-исполнительный кодексы. Теперь арестант может не ждать милости от администрации, а сам подать документы в суд, чтобы улучшить свои условия. Например, переселиться из обычной колонии в колонию-поселение, где нет ни вышек, ни часовых.

Закон разрешает постепенно смягчать режим

арестанту за хорошее поведение. Более того, необязательно и весь срок сидеть: кто осознал и раскался, может выйти пораньше, получив условно-досрочное освобождение. Однако кому выходить, кому смягчать условия, а кому надо сидеть до последнего без поправок, - слишком деликатный вопрос. Его должен решать только суд.

Между тем, по словам правозащитников, де-факто администрация казенных домов имела слишком много власти в этом вопросе. Вроде бы логично: кому, как не надзирателю знать всю подноготную арестанта. С другой стороны, у иного гражданина начальника возникал сильный соблазн

конвертировать власть в деньги. Заплатишь - твое ходатайство пропустят и даже нужные характеристики приложат. Не заплатишь - прошение будет лежать в канцелярии до окончания времени. Свобода бесценна и потому не каждому по карману.

Иногда дело было вовсе не в деньгах, и даже не в их количестве. Просто, между человеком в робе и человеком в форме пробежала какая-то кошка. Бывает и такое, и тогда ничего не поделаешь. Поэтому нужна сторонняя и объективная инстанция: суд. Закон разрешил арестантам обращаться напрямую в суд: администрация будет не вправе задерживать у себя ходатайства.

"Федеральным законом предусматривается наделение осужденного, а также его адвоката (законного представителя) правом обратиться в суд с ходатайством об изменении вида исправительного учреждения или о замене неотбытой части наказания более мягким видом наказания", - говорится в справке к закону. За администрацией учреждения также сохраняется право вносить в суд представление об изменении вида учреждения в отношении осужденного с положительными характеристиками. Или о замене ему неотбытой части наказания более мягким видом наказания. Допустим, человек хорошо сидит, но сам попросить о пощаде как-то стесняется. Гражданин начальник сам подготавливает все бумаги - в качестве поощрения.

В любом случае, к ходатайству осужденного администрация должна приложить характеристику на человека. Право обращаться в суд напрямую не

означает, что мнение администрации больше не интересно. Нет, суд должен заслушать все стороны.



Также к делу нужно будет прикрепить справку, возместил ли он причиненный ущерб. А к бумагам педофила подошьют заключение врача и сведения о принудительных мерах медицинского характера, о его отношении к лечению.

Кстати, в рамках тюремной реформы, которая началась несколько лет назад, появилась и так называемая система "социальных лифтов". Ее суть в том, что осужденный дол-

жен иметь стимулы, чтобы исправляться. И наоборот: за плохое поведение человека могут перевести в более жесткие условия. У сотрудников, работающих, что называется, «на земле», было немало критических замечаний по поводу этой системы. Тем не менее, процесс идет, "социальные лифты" не забыты со сменой руководства Федеральной службы исполнения наказаний.

Вот свежая новость: в исправительной колонии N 1 общего режима УФСИН России по Кабардино-Балкарской Республике состоялось очередное заседание комиссии по оценке поведения осужденных в рамках системы "социальных лифтов". Важно, что в аттестационные комиссии входят не только сотрудники тюремного ведомства, но и представители общественности. На комиссию было приглашено 30 осужденных, по всем приняты положительные решения.

**"Российская газета"
Владислав Куликов**

Алкогольное опьянение станет отягчающим обстоятельством для преступников

В Совете Федерации предложили ужесточить наказание для тех, кто совершает преступления под воздействием алкоголя.

Как сообщает ИТАР-ТАСС, на рассмотрение в Госдуму внесен соответствующий проект закона, подписанный группой сенаторов. Документом предлагается внести необходимое дополнение в статью Уголовного кодекса, где указываются обстоятельства, отягчающие наказание. Сенаторы считают, что "нейтральный характер оценки состояния опьянения виновного лица не является оправданным".

Сейчас факт алкогольного или наркотического опьянения не является ни смягчающим, ни отягчающим фактором при вынесении приговора за преступления. Между тем, по статистике, в России треть преступлений совершается лицами, находящимися в пьяном состоянии.

"Российская газета" - www.rg.ru

Фигурантам уголовных дел могут снизить выплаты

Кабмин предложил сократить выплаты обвиняемым в уголовных преступлениях

Правительство России внесло в Госдуму законопроект, который сокращает выплаты обвиняемым, отстраненным от должности на время суда и следствия. Вместо пяти минимальных окладов людям в таком случае предложат прожиточный минимум.

В Уголовно-процессуальном кодексе среди процессуальных издержек прописано в том числе ежемесячное государственное пособие в размере пяти минимальных размеров оплаты труда. Оно выплачивается обвиняемому, временно отстраненному от должности. Некоторое время считалось, что назначать пособие надо исходя из базовой ставки МРОТ в 100 рублей. Такой размер предусмотрен для установления стипендий, пособий и других обязательных социальных выплат, величина которых определяется в зависимости от МРОТ. Иными словами, обвиняемым набегало 500 рублей в месяц.

Однако Верховный суд России пересмотрел практику. Досконально изучив букву закона, высшая судебная инстанция пришла к выводу, что брать надо от обычной ставки МРОТ, которая намного больше. Подобная позиция была изложена в обзоре судебной практики и доведена с подробными пояснениями до всех судей. В результате, по данным авторов законопроекта, пособие для обвиняемых стало даже выше средней зарплаты по стране.

"По информации Судебного департамента при Верховном суде Российской Федерации, анализ вынесенных судами общей юрисдикции в 2011 и 2012 годах постановлений показывает, что практически во всех случаях при определении размера ежемесячного государственного пособия, выплачиваемого обвиняемому, временно отстраненному от должности, судебные органы руководствуются статьей 1 Федерального закона, в соответствии с которой МРОТ с 1 июня 2011г. установлен в сумме 4611 рублей в месяц, - говорится в пояснительной записке к закону. - Таким образом, ежемесячное государственное пособие, выплачиваемое обвиняемому, временно отстраненному от должности, исходя из пятикратного размера МРОТ, составляет 23055 рублей, что зачастую превышает размер его заработной платы (по данным Росстата средняя заработная плата гражданского служащего в федеральном

государственном органе в I квартале 2012 г. составила 22300 рублей в месяц)".

Поэтому законопроект предлагает определять размер ежемесячного государственного пособия,

выплачиваемого обвиняемому, временно отстраненному от должности, исходя из величины прожиточного минимума в целом по Российской Федерации для трудоспособного населения. Он устанавливается правительством страны, на один квартал 2012 года прожиточный минимум составляет 6827 рублей. А максимальная величина пособия по безработице на 2012 год установлена в размере 4900 рублей. Но это к слову.

Кроме того, законопроект предлагает ликвидировать небольшой пробел в законодательстве. Сейчас Уголовно-процессуальный кодекс относит

к процессуальным издержкам суммы, израсходованные на хранение и пересылку вещественных доказательств. Потраченные деньги могут быть взысканы с осужденных.

При этом пересылка вещдоков не всегда возможна, иногда требуется их транспортировка. С точки зрения закона разница существенная. Например, действующая формулировка не позволила взыскать с граждан, осужденных за пиратское нападение в открытом море на судно "Арктик Си", существенные расходы, понесенные Министерством обороны России на доставку вещественных доказательств в нашу страну, а также буксировку освобожденного судна до места передачи владельцу. Потому что буксировка и пересылка разные вещи. В противном случае, пиратам мог быть выставлен гораздо более значительный счет. Правда, по приговору суда они и так должны выплатить в целом свыше 400 миллионов рублей.



**"Российская газета"
Владислав Куликов**

День матери отметили в Находкинской воспитательной колонии

В школе воспитательной колонии уже стало доброй традицией отмечать праздник, который несовершеннолетние осужденные посвящают своим любимым и единственным мамам. В этот день мамы спешат в колонию, чтобы увидеть своих сыновей, поддержать их, пожалеть и снова наставить на правильный путь. А как ждут их мальчишки: волнуются, переживают, предвкушая минуты встречи. Большая подготовительная работа была про-

была названа литературно-музыкальная композиция, подготовленная ребятами: они читали стихи и



ведена накануне мероприятия: ребята своими руками мастерили поделки, рисовали открытки и настенные газеты, посвящали свои нескладные, но от души написанные стихи. Мальчишки приложили максимум усилий для того, чтобы создать атмосферу праздника, ведь им очень хотелось порадовать своих мам. Помогали им в этом учителя школы. «О той, кто дарует нам жизнь и тепло» - так

пели песни о маме.

– Такие мероприятия очень важны для несовершеннолетних осужденных, они способствуют повышению и развитию у ребят семейных ценностей, чувства родительского долга. Почти у всех мальчишек дома остались мамы. Они - самые лучшие. Каждый из них вспомнил свой родной дом и единственный и неповторимый образ своей мамы. Благодаря таким встречам сердца ребят наполняются любовью и надеждой, у них появляется вера в будущее, - рассказала директор школы Скокова Ольга Михайловна.

Пресс-служба ГУФСИН России по ПК

Декада «Мир без наркотиков» в ФКУ ИК-10

В нашей колонии прошла антинаркотическая декада под названием «Мир без наркотиков».

В рамках проведения декады были подготовлены и проведены мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни и борьбу с наркотической зависимостью.

На конкурс плакатов каждый отряд представил по одной работе. По итогам конкурса, призовые места распределились следующим образом:

- 1 место присудили отряду № 3;
- 2 место - отряду № 7;
- 3 место разделили отряды № 1 и № 8.

В еженедельной телевизионной программе «Зеркало» были записаны и транслированы лекции психолога, разъяснения медицинских работников о вреде наркотиков. По кабельному телевидению транслировались фильмы, пропагандирующие здоровый образ жизни и отказ от наркоти-

ков.

Все отряды подготовили тематические вечера, в которых было много полезной информации о том, как наркомания меняет жизнь наркоманов и их близких. Наркотическая зависимость – «больная» тема для многих, ведь треть осужденных, отбывающих наказание в колонии, были наркозависимыми людьми.

Осужденные отрядов № 1, 3, 6, 7 смогли очень наглядно и доступно донести информацию, изобразив «суд над наркоманией», повествуя истории наркоманов и их падение в бездну зависимости.

Завершающим этапом декады стала сценическая постановка «театра теней».

Благодарим начальников отрядов за помощь в проведении тематических мероприятий!

**Ос. Захарова П.
ФКУ ИК-10**



Зачем нам хобби?

"Не важно, чем вы увлекаетесь: рыбной ловлей, наблюдением за птицами, разведением роз или такими рискованными вещами, как спуски на горных лыжах по целине. Любое хобби вносит в жизнь элемент игры, усиливает творческую активность, позволяет скорректировать взгляды на жизнь и профессиональные подходы"

"Уравнение счастья"

Кетс де Врис

Феномен **хобби** серьезно изучается психологами, которые, считая, что хобби помогает человеку раскрыться наиболее полно, ввели термин "арт-терапия" - вид психологической помощи, использующей разнообразные виды ремесел и искусства.

Чем же оно так полезно?

Оказывается, занимаясь делом, которое приносит нам моральное удовлетворение, люди не отключаются от своих проблем, как многие считают, и не убегают от реальности, а просто переключают мышление в другое направление. Это дает поразительные результаты. Многие, казалось бы, неразрешимые насущные проблемы предстают перед нами в другом свете, с совершенно с другой точки зрения. А соответственно, и пути решения для них находятся необычные.

Психологи убеждены, что творчество необходимо каждому человеку, вне зависимости от его социального статуса или возраста. Ведь занимаясь повседневной и рутинной работой, человек замыкается, закичивается и со временем начинает понимать, что ему чего-то в этой жизни не хватает...

Как только человек находит себе занятие, которое приносит моральное удовлетворение, и достигает определенных вершин, он проецирует успехи и на свою обычную работу. А значит люди, имеющие хобби, более успешны и удачливы, чем те, кто отрицает такое времяпрепровождение.

Специалисты также считают, что увлечение человека не должно быть связано с его профессиональной деятельностью. Это позволяет задействовать те способности, которые не используются во время работы.

Теперь предлагаю задаться вопросом, *каким же может быть хобби?*

Ответов на этот вопрос столько же, сколько людей и вкусов. Хобби - это просто дело, которым бы хотелось заниматься в свободное время. Чтобы

было проще выбрать, задайте себе вопрос: "Чем бы я хотел заниматься, если бы мне предоставили возможность просто валять дурака?".

Хобби имели практически все харизматичные и известные личности нашего мира, вне зависимости от времени.

Например, ярчайшая историческая личность - Петр I - был ярким нумизматом, готовым следовать за очередным экспонатом на край света. Кстати, тем же занимался и прославленный итальянский поэт-лирик Франческо Петрарка. Бессмертный в своих произведениях Герберт Уэллс собирал оловянных солдатиков, а одними из величайших филателистов мира были президент США

Франклин Рузвельт и первый премьер-министр независимой Индии Джавахарлал Неру.

Но эти увлечения достаточно распространенные, а есть и гораздо более необычные. Интересный факт: автор периодической системы элементов Дмитрий Менделеев считался лучшим в России чемоданным мастером, у которого делали заказы самые знатные и знаменитые люди того времени. А Иоганн Вольфганг Гете, гуляя по окрестностям своего родного Веймара, повсюду разбрасывал семена фиалок. Благодаря ему на полях над речкой Ильм до сих пор полно этих милых цветов, называемых горожанами "фиалки Гете".

На свете множество разнообразных "безумств", и каждое из них можно превратить в свое увлечение. Любимое занятие даст море положительных эмоций, и завтра, когда опять придется идти на работу или заниматься рутинными делами по дому, вам будет сделать это намного проще, чем тем, у кого нет интересного и захватывающего хобби.



Максим Афонин
Источник - © Твой Мир

