

## Часы работы ПЦПИ:

понедельник-воскресенье

с 10.00 до 17.00

выходной день — суббота

## Наш адрес:

п. Сокольское,  
ул. Дзержинского, д. 1

тел. 2-03-49

адрес электронной почты:

[pzpi.sokol@rambler.ru](mailto:pzpi.sokol@rambler.ru)

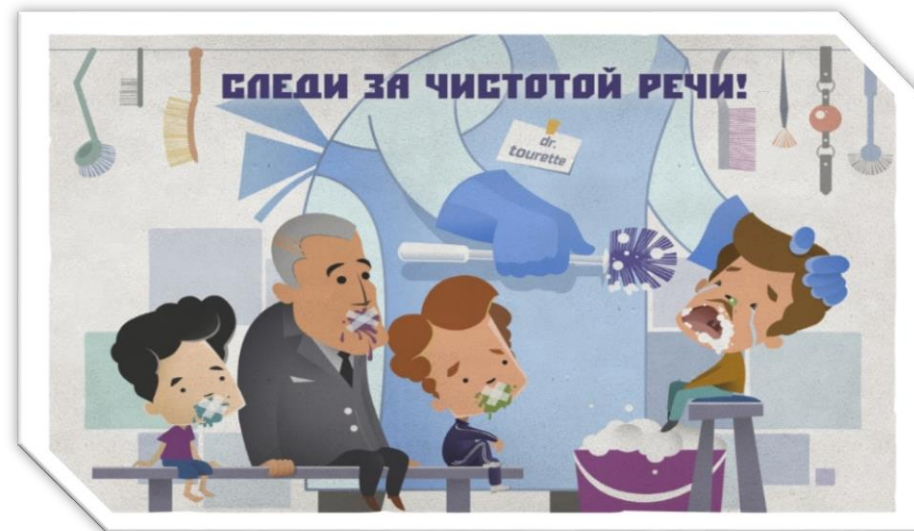
## сайт

[www.bibliosokol.ru](http://www.bibliosokol.ru)

Муниципальное казенное учреждение культуры  
городского округа Сокольский  
Нижегородской области  
«Межпоселенческая централизованная библиотечная система»  
Центральная районная  
библиотека им А.С. Пушкина

Публичный центр правовой информации

## О вреде сквернословия



*«С языком, с человеческим словом, с речью  
безнаказанно шутить нельзя; словесная речь  
человека – это видимая, осязаемая связь, союзное  
звено между телом и духом».*

*Владимир Даль*

Сокольское, 2023 г.

Издавна нецензурное слово в русском народе именуется сквернословием, от слова «скверна». В словаре В. И. Даля, который является результатом глубокого изучения живого русского языка, сказано: «Скверна – мерзость, гадость, пакость, всё гнусное, противное, отвратительное, непотребное, что мерзит плотски и духовно; грязь и гниль, тление, нравственное растление, все богопротивное».

Сегодня, к сожалению, ненормативную лексику (или мат) в своей речи используют многие люди, но не многие знают, что сквернословие наносит вред не только духовному, но и физическому здоровью человека.

Самым важным и научно подтверждённым является то, что матерные слова опасны для здоровья, они не только способствуют снижению интеллекта, провоцируют преступления, обворовывают людей духовно, унижают и оскорбляют, но и, впитывая в себя словесную грязь, калечат людские судьбы, приводят к раннему старению и преждевременной смерти.

Группа учёных под руководством доктора биологических наук И.Б. Белявского 17 лет занималась проблемой сквернословия. Они доказали, что заядлые сквернословы живут намного меньше, чем те, кто не сквернословит. В их клетках очень быстро наступают возрастные изменения и проявляются различные болезни. Более того, сквернословие негативно влияет не только на здоровье тех, кто ругается, но и на тех, кто вынужден слушать ругательства.

Человек, привыкший сквернословить, находится уже в зависимости от своей вредной привычки. Часто брань применяют, что называется, для связки слов. К этому люди так привыкают, что не могут без нее обойтись. Можно ли достучаться до такого человека, как показать ему красоту и

выразительность русского языка? Можно, но при этом учиться хорошей, спокойной, грамотной речи придется долго — прислушиваясь, запоминая, замечая, читая и изучая. Хотя это и трудно, но делать нужно.

### ***Рекомендации по профилактике сквернословия***

- Не употреблять в собственной речи нецензурных выражений.
- Осознавать, ценить и беречь свой авторитет, поддерживать имидж достойного и уважаемого человека.
- Уметь культурно отдыхать, владеть приёмами снятия психологического напряжения.
- Не бояться противостоять среде, противодействовать употреблению нецензурных выражений в своём присутствии.
- Тренироваться в вежливой и красивой речи - подобрать для себя литературные выражения для использования в критических ситуациях.
- Постоянно заниматься самосовершенствованием - читать хорошую литературу. посещать культурно - досуговые учреждения.
- Быть разборчивым в выборе друзей и искренне любить людей и бояться их обидеть

***Берегите себя от скверности. Путь, ведущий к здоровью каждого человека – это изменение отношения человека к самому себе. У того, кто сквернословит, есть 2 пути:***

***первый – зная, что это плохо, продолжать нецензурно выражаться, тем самым включить программу самоуничтожения;***

***второй путь – путь духовного роста, самосовершенствования, путь красоты.***