

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ—  
филиал Сибирского федерального университета

Кафедра психологии развития личности

Утверждаю

Заведующий кафедрой

Ласер Н.В. Басалаева

подпись      инициалы, фамилия

« 04 »      06 2021г.

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА**

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

код-наименование направления

**ДИАГНОСТИКА И ПРОФИЛАКТИКА ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ У  
ПОДРОСТКОВ**

Руководитель

Ласер  
подпись, дата

зав. каф., канд. психол. наук  
должность, ученая степень

Н.В. Басалаева  
инициалы, фамилия

Выпускник

Поп  
подпись, дата

С.В. Попова  
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2021

Продолжение титульного листа БР по теме: «Диагностика и профилактика  
виктимного поведения у подростков».

Консультанты  
по разделам:

\_\_\_\_\_  
Наименование раздела

\_\_\_\_\_  
подпись, дата

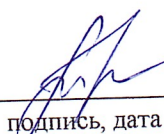
\_\_\_\_\_  
инициалы, фамилия

\_\_\_\_\_  
Наименование раздела

\_\_\_\_\_  
подпись, дата

\_\_\_\_\_  
инициалы, фамилия

Нормоконтролер

  
\_\_\_\_\_  
подпись, дата

Т.В. Казакова  
инициалы, фамилия

## РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Диагностика и профилактика виктимного поведения подростков» содержит 87 страниц текстового документа, 41 использованный источник, 15 рисунков, 3 приложения.

**ВИКТИМНОСТЬ, ВИКТИМНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, ПОДРОСТКИ, ПРОФИЛАКТИКА.**

Ежегодно проводится множество исследований, посвященных проблеме виктимного поведения у подростков. В подростковом возрасте повышенный уровень виктимности определяется такими психофизическими качествами, как: любопытство, жажда приключений, повышенная внушаемость, доверчивость, неумение выходить из конфликтной ситуации и т.д., а также социальными ролями, положением в семье и в системе отношений в социуме.

Цель работы: изучение виктимного поведения подростков и его профилактики.

Обобщая результаты исследования виктимного поведения подростков, мы пришли к выводу, что у 6 (37,5 %) испытуемых выявлен высокий уровень виктимного поведения. Мы выявили, что для подростков с высоким уровнем виктимного поведения характерна тревожность, склонность к депрессии, импульсивность, общительность. У таких подростков преобладает чувство страха, а также присутствует склонность к избеганию ответственности за происходящее.

На основе полученных результатов нами разработана и реализована система занятий, направленная на профилактику виктимного поведения подростков, которая может служить ориентиром для педагога-психолога при организации сопровождения данной категории детей

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1 Теоретические аспекты изучения и профилактики виктимного поведения у подростков.....	9
1.1 Виктимное поведение: понятие, характеристика.....	9
1.2 Проявление виктимного поведения у подростков.....	13
1.3 Направления профилактики виктимного поведения у подростков.....	18
2 Экспериментальное изучение и профилактика виктимного поведения у подростков.....	25
2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики.....	25
2.2 Описание системы занятий, направленных на профилактику виктимного поведения у подростков.....	31
2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики.....	38
Заключение.....	49
Список использованных источников.....	52
Приложение А Результаты первичной диагностики виктимного поведения подростков. ....	58
Приложение Б Система занятий, направленная на профилактику виктимного поведения подростков .....	60
Приложение В Результаты повторной диагностики виктимного поведения подростков .....	86

## ВВЕДЕНИЕ

Несовершеннолетние граждане, несмотря на предпринимаемые государством меры по защите несовершеннолетних граждан, нередко становятся жертвами различных форм насилия: сексуального, физического, психического, психологического и эмоционального. Испытанная ребёнком жестокость, приводит к серьезным последствиям, начиная с антиобщественного поведения и заканчивая суицидальными наклонностями. «В основе проявления всех форм асоциального поведения детей лежит насилие, необязательно физическое, но обязательно психологическое» [11, с. 29].

В настоящее время проблема изучения виктимного поведения подростков, их личностных характеристик и особенностей, определяющих данное поведение, становится все более насущной и сложно решаемой задачей. Комплексу виктимности, как отмечает К. Д. Сычев, «значительнее подвержены подростки. Незрелая личность чаще взрослых становится жертвой негативных обстоятельств, людей и каких-либо явлений. Все чаще происходят несчастные и имеющие летальный исход случаи гибели, факты получения подростками телесных и психических травм, они зачастую остаются изгоями в обществе» [35, с. 293].

Стоит отметить, что наиболее значимым в работах педагогов и психологов в настоящий момент является поиск, а также активная разработка средств и способов профилактики виктимизации подростков.

Цель исследования: изучение и профилактика виктимного поведения у подростков.

Объект исследования: виктимное поведение как психологический феномен.

Предмет исследования: профилактика виктимного поведения у подростков.

Задачи исследования:

1. Раскрыть сущность понятия «виктимное поведение» в психологической литературе.
2. Охарактеризовать проявление виктимного поведения у подростков.
3. Описать направления профилактики виктимного поведения у подростков.
4. Провести экспериментальное исследование, направленное на выявление склонности к виктимному поведению у подростков.
5. Описать систему занятий педагога-психолога, направленную на профилактику виктимного поведения у подростков, определить ее эффективность.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования.
2. Эмпирические методы: тестирование (методика «Склонность к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова); методика «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко).
3. Методы качественной и количественной обработки полученных результатов.

Методологической основой нашего исследования выступили труды отечественных исследователей виктимного поведения (Дубницкой А. В. [11], Клюкиной А. А. [16], Сычева К. Д. [35]), а также труды, раскрывающие причины и сущность виктимного поведения в подростковом возрасте (Кузнецова Л. Э. [19], Ривман В. Д. [33]), работы исследователей, описывающих особенности профилактики виктимного поведения (Левина Н. А. [21]).

Экспериментальная база исследования представлена МБОУ Верхнепашинская СОШ № 2. Выборка представлена учащимися 9 класса.

Возраст испытуемых 15-16 лет. Количество подростков, принявших участие в исследовании, 16 человек.

Этапы исследования:

1 этап (январь 2021 г.) – изучение теоретических аспектов проблемы виктимного поведения подростков, определение категориального аппарата, определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики склонности к виктимному поведению подростков.

2 этап (февраль – апрель 2021 г.) – организация системы профилактической работы виктимного поведения у подростков.

3 этап (май 2021 г.) – проведение повторной диагностики виктимного поведения подростков, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности профилактической работы с подростками, склонными к виктимному поведению, формулирование выводов, оформление ВКР.

Результаты исследования были представлены на III Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития человека в современном обществе» (Лесосибирск, 2020 г.). По теме ВКР опубликована 1 статья.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы заключается в том, что в работе проанализирован и систематизирован материал по проблеме профилактики виктимного поведения у подростков. Полученные в ходе исследования данные можно применять психологам, социальным педагогам в практической работе с подростками, склонными к виктимному поведению, а также представленный нами материал могут использовать студенты при подготовке к занятиям, при написании рефератов, курсовых и дипломных работ.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 41 источник, и 3

приложения. В работе содержится 1 таблица и 15 рисунков. Общий объем работы составляет 87 страниц.



# Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

## 1.1 Виктимное поведение: понятие, характеристика

В настоящее время довольно часто мы сталкиваемся с такой проблемой как виктимность. Люди становятся жертвами по разным обстоятельствам, как правило, не по своей воле, но существуют и исключения в данном аспекте социальной жизни. «Феномен жертвы зачастую выгоден человеку: желание одобрения, жалости, сострадания, понимания, утешения – возможно это и есть главная мотивация людей, для того чтобы стать потенциальной жертвой» [20, с. 49].

Понятие «виктимное поведение» берет свое начало с криминалистики. В данном аспекте значение термина определяется, как «учение о жертве». Еще в XX веке данное научное направление начало свое существование. Целью виктимологии является изучение жертв преступления. Через определенный период времени представление о данном явлении изменилось, и «виктимность», «виктимное поведение» становятся предметом довольно важного внимания криминологии, а также социологии, социальной психологии, психологии личности, а также психопатологии [30].

Согласно теории Л. В. Франкла, «виктимность» - это «предрасположенность людей, точнее их умение при неких обстоятельствах стать потенциальной жертвой преступления или, другими словами, отсутствие человека попасть в опасную ситуацию там, где её можно было избежать» [38, с. 54].

По определению Т. Е. Яценко, виктимность является «социально-психологическим свойством личности, воплощающимся в исполнении индивидами роли реальной/мнимой жертвы, для которой характерно неэффективное сопротивление нарушению границ своего психологического

пространства и уклонение от позиции субъекта жизнедеятельности, обуславливающее их психологическую виктимизацию или ревиктимизацию в межличностном взаимодействии» [41, с. 41]. Далее автор отмечает, что «человек с ролевым виктимным поведением не проявляет в межличностном взаимодействии личностные качества (ответственность, инициативность, самостоятельность и др.), испытывает трудности в демонстрации отношения к другим участникам взаимодействия как к потенциально/реально суверенным личностям, не принимает позицию субъекта жизнедеятельности, делегирует функцию управления своим психологическим пространством другим индивидам: для него характерны слабые контроль и регуляция, размытость, низкие структурированность и степень осознанности» [41, с. 56].

Согласно М. А. Одинцовой, виктимность является «устойчивой личностной особенностью, обусловленной совокупностью индивидуально-типологических, характерологических детерминант, взаимодействующих с внешними факторами, не всегда связанными с ситуациями насилия, но способствующими виктимной активности, находящей воплощение в игровой или социальной ролях жертвы» [29, с.79].

С точки зрения А. А. Клюкина, «виктимность – это комплекс качеств, явлений, психологических особенностей, в том числе и характеристик личности ребенка, способствующий виктимизации. Виктимность – это комплекс черт и признаков приобретенного характера, которые могут повлечь за собой формирование склонности быть жертвой» [16, с. 74].

С психологической точки зрения, виктимность – это «устойчивое личностное качество, выраженное в способности индивида становиться жертвой внешних обстоятельств и активности социального окружения. Это понятие предполагает предрасположенность личности становиться жертвой в нейтральных для других условиях взаимодействия» [10, с. 89].

Потенциальная виктимность, как указывает Д. С. Меньщикова,

«существует у любого индивида, так как каждый может оказаться в роли жертвы преступника, попадая в определенную жизненную ситуацию, то есть виктимность не приобретается, а человек просто не может быть не виктимным. В том числе, вероятность того, что данные качества будут реализованы, в большинстве зависит от наличия конкретной ситуации. Тем самым, совокупность качеств личности, составляющая её виктимный потенциал, относительна, и объективизируется она лишь в виде элементов системы «человек – среда» в контексте адаптационной реакции. Выделяют следующие условия, делающие личность уязвимой и ставящих ее в позицию жертвы:

- социально-демографические характеристики, включающие факторы пола, возраста, национальности, места происшествия (особую роль играют пол и возраст);

- особенности поведения до момента, когда возникло чрезвычайное происшествие;

- особенности восприятия ситуации, которая привела к происшествию;

- отношения, которыми связаны объект (субъект) и потерпевший» [25, с. 94].

Согласно классификации, П. И. Юнацкевич, виктимность подразделяется по следующим основаниям:

- «- по проявлениям в различных жизненных ситуациях;

- по доминирующим психологическим механизмам;

- по числу участвующих лиц;

- в зависимости от отношения к профессиональной деятельности по обеспечению безопасности;

- по психологическому уровню виктимности» [40, с. 34].

С точки зрения И. Д. Сычева, виктимное поведение – это «предрасположенность личности попадать в ситуации, связанные с опасностью для ее жизни и здоровья, в том числе, действия и поступки человека,

провоцирующие на него агрессию со стороны других людей, желание на него напасть» [35, с. 294].

Ю. В. Фалалеева отмечает, что «обычно под виктимным поведением понимают, легкомысленное, вызывающее, безнравственное и иное поведение, не подпадающее под социальные нормы, общепринятые рамки и стандарты общества, лица, ставшего объектом преступного посягательства. Важным моментом при этом является то, что в результате ряда таких действий само лицо способно вызвать совершение преступления. А вследствие этого, называют виктимной и саму личность, считая, что в силу своих психологических и социальных свойств она может стать жертвой преступления» [37, с. 250].

Виктимное поведение определяют, как «предрасположенность человека попадать в такие ситуации, которые могут быть связаны с опасностью для его здоровья и жизни, в том числе это поступки и действия индивида, провоцирующие желание напасть на него» [9, с. 129].

Виктимное поведение, как считает О. А. Анисимова, – это «провоцирующее, неосторожное, неправильное поведение, реализующееся в совокупности социально одобряемых и неодобряемых условий» [3, с. 21].

По мнению Н. Р. Гречанина и его коллег, на каждом возрастном этапе существуют опасности, столкновение с которыми может привести к тому, что человек становится жертвой неблагоприятных условий социализации:

- в младшем школьном возрасте (6-10 лет): аморальность или пьянство родителей, отчим или мачеха, нищета семьи; негативное отношение учителя или сверстников; отрицательное влияние сверстников или старших ребят (привлечение к курению, к выпивке, воровству); растление; угнетение; физические травмы; изнасилование;

- в подростковом возрасте (11-14 лет): пьянство, алкоголизм, аморальность родителей; курение, токсикомания; изнасилование, растление; одиночество;

физические травмы; травля сверстников; вовлечение в антисоциальные и преступные группы; частые переезды семьи;

- в ранней юности (15-17 лет): антисоциальная семья, нищета семьи; пьянство, наркомания, проституция; вовлечение в преступные группы; изнасилование; физические травмы; потеря перспективы, непонимание окружающими, одиночество; травля сверстников, романтические неудачи; суицидальные устремления [8].

Таким образом, на разных возрастных этапах существуют опасные обстоятельства, столкновение с которыми приводит к тому, что человек может стать жертвой неблагоприятных условий социализации. Следовательно это еще раз подтверждает тот факт, что помимо индивидуально-психологических качеств немаловажную роль в становлении виктимности играют внешние условия, такие как: пьянство или аморальное поведение родителей; плохое материальное положение семьи; частые переезды; неприятие сверстниками; травля; негативное отношение учителей; отрицательное влияние (привлечение к курению, наркомании, проституции, воровству); наличие физических дефектов или отставание в развитии; физическое насилие и т.д.

Таким образом, вслед за А. А. Клюкиной, в рамках нашей работы под виктимностью понимаем совокупность относительно стабильно постоянных особенностей личности и поведения человека, которая определяет его возможность стать жертвой насилия. Индивидуальная виктимность есть совокупность личностного и ситуационного компонентов, которая усиливается за счёт включения социальных, ролевых, гендерных характеристик жертвы на виктимные свойства личности.

## **1.2 Проявление виктимного поведения у подростков**

Изучение проблемы виктимности особую актуальность приобретает при

обучении и воспитании подростков, по причине того, что этот этап представляет собой особую ступень в жизни ребёнка, на которой нередко могут возникать конфликты, которые приводят к различным поведенческим отклонениям.

По мнению К. Д. Сычева, данный этап следует считать наиболее интенсивным как в психологическом, так и физиологическом аспекте, поскольку происходит обильная физиологическая перестройка всего организма человека. Кроме того, иногда подросток испытывает негативные психологические состояния, например, агрессию, раздраженность, депрессию, сниженную концентрацию внимания и т. д., что приводит к проблемному поведению, которое выражается в конфликтах с взрослыми людьми или сверстниками. Чрезмерная агрессия является защитным механизмом и одновременно приемом самоутверждения. Подростковый возраст наполнен противоречиями, основное из которых заключается в методах демонстрации равного статуса со взрослыми и в самостоятельности. Тем не менее, в сложных ситуациях многие подростки предпочитают снять с себя ответственность, передавая ее взрослым или сверстникам [35].

Е. В. Змановская утверждает, что возможными психофизическими особенностями пубертатного периода, которые приводят учащегося к роли жертвы, выступают такие аспекты как: желание познать новое, стремление к приключениям, наивность, восприимчивость, неумение приспособиться к различным условиям, неумение справиться с конфликтными ситуациями в жизни, а зачастую и просто физическая слабость. Все перечисленные выше аспекты определяют высокую виктимность данной возрастной группы [15].

А. В. Мудрик отмечает, что у подростков появляются много проблемных ситуаций в жизни, часто с которыми они не могут справиться самостоятельно, особенно при вступлении в самостоятельную жизнь [27].

Т. Н. Матанцева выделяет классификацию внутренних факторов, которые могут способствовать виктимному поведению подростков:

- потребность в престиже, а также в самоуважении;
- потребность в риске;
- эмоциональная неустойчивость;
- агрессивность;
- наличие акцентуации характера;
- отклонения в психическом развитии;
- низкий уровень самоуважения;
- неадекватная самооценка подростка [24].

Обычно виктимогенные факторы могут представлять собой такие обстоятельства социальной жизни, которые влияют на развитие криминального сценария для жертв преступления [7; 26].

Следует отметить, что виктимность способна проявиться в особенном поведении индивида, который, в свою очередь, намеренно провоцирует других людей, склонных к агрессивному поведению, другими словами, специально вызывать по отношению к себе грубость, злость, насилие, что делает индивида легкой добычей [4].

По мнению О. В. Токарь, существуют следующие компоненты, детерминирующие образование виктимного поведения:

- ситуативные провоцирующие причины, одной из которых становится конфликт;
- индивидуально-психологические особенности личности, в частности, агрессивность, отсутствие уверенности, нежелание принимать чужую точку зрения;
- особые психоэмоциональные состояния, в частности, агрессивность, раздражительность, конфликтность;
- виктимогенное поведение, основной целью которого является инициирование конфликтов, физического воздействия, либо, наоборот, нежелание общения или проявления инициативы [36].

Для подростков появление виктимности – сложная проблема, с которой они зачастую не могут справиться самостоятельно. По мнению А. А. Клюкиной, следует акцентировать внимание на индивидуально-психологических и внешних провоцирующих причинах. Они воздействуют на подростка вне зависимости от его местонахождения, рода занятий, стремлений. В результате воздействия указанных причин резко повышается конфликтность и агрессивность личности. Автор указывает на первостепенную важность индивидуально-психологических характеристик, детерминирующих процесс виктимизации. К ним относятся:

- негативные, не принимаемые социумом качества, в частности, чрезмерная агрессия, провоцирование конфликтов, наглость и др.;
- «нейтральные», общественно одобряемые личностные свойства: скромность, неконфликтность, спокойствие и др.;
- индикаторы, указывающие на формирование комплексов, например, нерешительность, беспокойство и т. д. [16].

Ряд специалистов выделяют особый вид виктимности – имиджевый. Он проявляется в неспецифической одежде, дорогих или уникальных вещах (аксессуарах). Имидж у подростков состоит из нескольких элементов, в том числе поведенческой модели, речи, пантомимики и т. д. Зачастую этот имидж настолько агрессивный или непрезентабельный, что он негативно воспринимается социальным окружением [16].

И. Г. Малкина-Пых выделяет следующие особенности подросткового периода, которые можно отнести к группе факторов риска в формировании виктимного поведения:

- повышенный эгоцентризм;
- склонность к сопротивлению, упрямству, протесту, борьбе против авторитетов;
- амбивалентность и парадоксальность характера;



- стремление к неизвестному, рискованному;
- обострённое стремление к взрослению;
- стремление к независимости и отрыву от семьи;
- незрелость нравственных убеждений;
- болезненное реагирование на пубертатные изменения и события, неспособность принять свою формирующуюся сексуальность;
- склонность преувеличивать степень сложности проблем;
- кризис идентичности;
- деперсонализация и дереализация в восприятии себя и окружающего мира;
- негативная или несформированная Я-концепция;
- гипертрофированные поведенческие реакции: эмансипации, группирования, увлечения, сексуальные, детские (отказ от контактов, игр, пищи, имитация, компенсация и гиперкомпенсация);
- низкая переносимость трудностей;
- преобладание пассивных стратегий совладания в преодолении стрессовых ситуаций» [22, с. 34].

Таким образом, у многих подростков имеется потенциальный «психологический комплекс виктимности», у кого-то больше обусловленный личностными особенностями, а у кого-то социальной ситуацией развития современного общества. В любом случае он сказывается на поведении детей и провоцирует агрессивное поведение по отношению к ним. Проявление виктимного поведения в подростковом возрасте неоднозначно и проявляется в разных формах и видах. Подростков с виктимным поведением отличают следующие особенности: эмоциональная незрелость, неадекватная самооценка, неуверенность в себе, отсутствие самоконтроля, тревожность, депрессивность, неотъемлемое для данного периода чувство взрослости, повышенный уровень внушаемости, ведомость.

### 1.3 Направления профилактики виктимного поведения у подростков

В настоящее время важно предупреждать виктимное поведение, так как с каждым годом увеличивается уровень преступности, насилия. Агрессивность и злость являются неотъемлемым атрибутом подросткового возраста. Главной задачей правоохранительных органов, органов опеки и попечительства, учреждений социальной и педагогической направленности, а также медико-психологических служб становится предупреждение противоправных действий со стороны подростков [12, 34].

Профилактика виктимного поведения является «организованной целенаправленной деятельностью специалистов различных профессий (психологов, социальных педагогов и работников социальных служб, юристов и т.д.), которая направлена на выявление и устранение различных виктимологически значимых явлений и процессов в сфере внутрисемейных, общественных, неформальных отношений, обуславливающих виктимизацию личности человека как потенциальной жертвы преступных посягательств конкретного индивида либо конкретных обстоятельств» [28, с. 40].

По мнению Н. О. Зиновьевой, профилактика виктимного поведения у подростков необходима по нескольким причинам, в частности:

- для формирования благоприятных условий, способствующих установлению и ликвидации факторов и феноменов, в результате которых осуществляется преступная деятельность в отношении личности (группы лиц);
- для идентификации людей, у которых наблюдается повышенный уровень виктимности, с целью влияния на них и выработки у них защитных качеств;
- для предоставления требуемого перечня сведений, формирования условий, способствующих выработке виктимных свойств личности в конкретной жизненной ситуации;

- для выработки или модернизации специальных защитных механизмов личности от преступных посягательств и дальнейшей виктимизации [14].

Предупреждение виктимности Н. А. Левиной обозначается как «виктимологическая профилактика» - деятельность, возложенная на систему социальных институтов, ориентированных на обнаружение обстоятельств, формирующих виктимное поведение, и устранение факторов к ним приводящих. Цель такой профилактики - предупреждение и коррекция виктимности. Автор выделяет первичный и вторичный уровни профилактики.

Первичная профилактика подразумевает непосредственную работу с жертвой виктимизации и заключается в предупреждении такого поведения, которое приводит к возникновению провоцирующего поведения.

Н. А. Левина отмечает, что профилактика виктимного поведения носит систематичный характер и реализуется с учетом следующих аспектов:

- ранняя диагностика психологических особенностей жертв виктимизации и склонностей, приводящих к поведению становления жертвой;
- диагностика индивидуальных причин виктимизации, при учете разнообразия видов виктимности;
- индивидуальная и групповая психологическая коррекционная работа с подростками, направленная на изменение виктимогенных личностных свойств и психоэмоциональных состояний;
- коррекция психологических паттернов виктимного поведения подростка (особенности самовосприятия, стабилизация самооценки, изменение шаблонов жертвенного поведения);
- создание условий для формирования навыков социально безопасного поведения (обучение приемам эффективного взаимодействия с потенциальными «правонарушителями», оценки и прогнозирования виктимогенных ситуаций, конструктивного взаимодействия в социальных группах и др.);

– социально-психологическое просвещение педагогов, родителей, подростков по проблеме виктимизации и ее предупреждения [21].

Первичная профилактика подразумевает комплексное воздействие на все факторы виктимности и виктимного поведения (возрастные, личностные, ситуационные, социальные, педагогические и др.) [13].

Стоит отметить, что в структуру первичной профилактики может быть включен медико-психологический аспект, предусматривающий своевременное выявление и оказание медико-психологической помощи (диагностика и коррекция психологических отклонений, нарушений психического и психосексуального развития, психопатоподобных расстройств; профилактика перинатальной патологии) [6].

Вторичная профилактика предполагает оказание медико-психологической помощи подросткам, которые подверглись физическому, психологическому, эмоциональному насилию. Цель профилактики - предупреждение возможных психических расстройств (суицидальный риск и «доступность» жертвы – вторичная виктимизация) [17].

Вторичная профилактика предполагает оказание комплексной, учитывающей все медико-социально-психолого-педагогические факторы, помощи и поддержки виктимных жертв с помощью конкретных программ реабилитации и ресоциализации подростков (психолого-педагогический тренинг, индивидуальные, групповые консультации и др.) [2].

Становясь жертвой виктимизации, подросток сталкивается с нарушением личностных прав и свобод, поэтому в таких случаях необходима и социально-правовая защита ребенка, которую ему могут предоставить правоохранительные органы, а также центры медико-психолого-педагогической помощи [23].

Обозначенные выше уровни «виктимологической профилактики» реализуются посредством применения методов и форм в профилактической работе.

Таким образом, необходимо более детальное рассмотрение методов и форм профилактики виктимного риска.

К профилактическим методам и формам виктимного поведения среди подростков можно отнести:

1. Психологическое изучение «портрета» жертвы. Данный метод предполагает исследование причин, приводящих к виктимному поведению человека. Для этого используют социометрические методы сбора информации, тестирование, наблюдение и др.

2. Вербальный метод (лекция, беседа диспут, индивидуальная и групповая работа). Действенным методом профилактики виктимного поведения может стать беседа – способ индивидуальной или групповой работы, направленный на предупреждение возможности в определенной ситуации стать жертвой.

3. Тренинг. Одним из наиболее эффективных методов в работе с подростками в формировании навыков безопасного поведения в контексте профилактики виктимного поведения является психологический тренинг. Огромным потенциалом обладает метод социально-психологического тренинга, который представляет собой специальную форму обучения знаниям, умениям, навыкам в сферах эффективного, социально приемлемого межличностного общения и взаимодействия. Социально-психологический тренинг решает важные коммуникативные задачи: развитие коммуникативных умений (ведение дискуссий, эффективное разрешение конфликтных ситуаций); проработка и углубление опыта анализа ситуаций группового общения и взаимодействия;

Психолого-педагогический тренинг, чаще применяемый специалистами образовательных организаций, ориентирован, прежде всего, на усвоение эффективных способов предупреждения противоправных деяний, в условиях образовательной среды, проработку и анализ стратегий поведения в ситуациях, которые могут поставить ребенка в роль жертвы и опасны для его жизни.

На тренингах возможно использование ситуационно-ролевых, дидактических, творческих, организационно-деятельностных, игровых, традиционных и нетрадиционных методов работы.

При организации тренинговых занятий с подростками рекомендуется использовать подвижные игры с целью преодоления скованности и напряженности, создания доверительного общения между участниками. Сюжетно-ролевые игры, как правило, становятся инструментом диагностики и самодиагностики, которые способствуют обнаружению затруднений в общении, а также психологических проблем в личностном развитии. Однако, игра всего лишь косвенно влияет на процесс обучения: игровая деятельность способствует развитию новых поведенческих навыков и их закреплению; в ходе игры формируются эффективные коммуникативные умения; сюжетно-ролевая игра способствует приобретению опыта взаимодействия с другими людьми [31].

А. А. Реан рекомендует при организации тренинговой работы с виктимными подростками использовать метод телесно-ориентированной психотерапии. В данной форме выделяют три основные подгруппы приемов: работа над структурой тела, чувственное осознание и нервно-мышечная релаксация [32].

Как отмечает В. Р. Шмидт, для плодотворной реализации тренинга педагогу-психологу необходимо обладать терпением, так как виктимные дети обладают своими специфическими особенностями, в том числе проблемами в коммуникации, неадекватной самооценкой и др. При организации тренинговой работы педагогу-психологу следует принимать креативные решения, он обязан уметь переключаться между поставленными задачами, а также между участниками занятий [39].

Таким образом, тренинговая работа способствует формированию важных психолого-социальных компетенций (эффективное межличностное взаимодействие, навыки сотрудничества и конструктивного решения

конфликтов, эмпатийность и др.), позволяющих предупредить виктимизацию подрастающего поколения, скорректировать их уже имеющееся виктимное поведение, для их успешной социализации или ресоциализации [18]. Кроме того, благодаря тренингу, подростки осваивают навыки рефлексивного поведения, учатся смысловой и оценочной интерпретации происходящих с ними событий и взаимоотношений с другими людьми.

О. О. Андронникова согласна с мнением Д. Кирпатрикова и считает, что для оценки эффективности и результативности тренинга необходимо использовать следующие критерии:

- реакция. Оценивается эмоционально окрашенное отношение всех участников тренинга к обучению, то есть оценивается то, насколько участникам группы понравился сам тренинговый процесс, применяемые способы, содержание, психолог и его личность (как тренера), климат в группе, активность участников в упражнениях;

- поведение. Оценивается степень освоения навыков и знаний пройденного тренингового занятия, то каким образом эти навыки применяются в повседневной жизни;

- обучение. Оценивается уровень освоения пройденного материала тренинга (в совокупность таких характеристик входят: знания, определенные отношения, умения и навыки, способности человека и его установки, способствующие его личностному росту, самоактуализации, социализации);

- результаты. Оценивается конечный результат путем мониторинга поведенческих особенностей всех участников тренинга [1].

Социально-педагогическая профилактика, как одно из важных направлений в предупреждении виктимизации личности, предполагает использование обширного круга мер, необходимых для обеспечения безопасной среды развития и социализации ребенка. Сюда можно отнести такие меры как: восстановление деструктивных семей, профилактика психических заболеваний,

аддиктивного поведения ближайшего окружения подростков с целью предотвращения ими жестоких, насильственных действий по отношению к другим детям и подросткам, а также снижения риска приступной деятельности.

Просветительская работа – значимый компонент профилактики виктимного поведения. Просвещение реализуется в следующих направлениях:

- разъяснительная работа о недопустимости и наказуемости посягательств на жизнь, здоровье и достоинство людей;

- информирование о причинах возникновения виктимного поведения и их предупреждения;

- информирование об эффективных способах и стратегий выхода из данных ситуаций и моментов, связанных с виктимизацией;

- предоставление информации о системах защиты жертв (телефоны доверия, центры медико-психолого-педагогической помощи, психологические кабинеты и др.).

Не менее важной мерой становится полоролевое воспитание подростка. Его необходимо проводить своевременно, поскольку оно дает правильное представление подростку о взаимоотношении полов, формирует нравственные и моральные принципы поведения при установлении межличностных взаимоотношений.

Таким образом, вслед за Н. А. Левиной, под профилактикой виктимного поведения мы понимаем такую деятельность системы социальных институтов, которая ориентирована на обнаружение обстоятельств, формирующих виктимное поведение, и устранение факторов к нему приводящих. Выделяют первичную и вторичную профилактику виктимного поведения, при реализации которых используются такие методы профилактической работы как: психологическое изучение «портрета» жертвы; вербальный метод; тренинговая работа и др.



## Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

### 2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики

Экспериментальное исследование, направленное на изучение и профилактику виктимного поведения подростков, проводилось на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Верхнепашинская средняя общеобразовательная школа № 2». Выборка представлена учащимися 9 класса. Возраст испытуемых 15-16 лет. Количество подростков, принявших участие в исследовании, 16 человек.

Этапы экспериментального исследования:

1 этап (январь 2021 г.) – определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики склонности к виктимному поведению подростков.

2 этап (февраль – апрель 2021 г.) – организация системы профилактической работы виктимного поведения у подростков.

3 этап (май 2021 г.) – проведение повторной диагностики виктимного поведения подростков, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности профилактической работы с подростками, склонными к виктимному поведению, формулирование выводов.

В качестве диагностического инструментария мы использовали следующие методики:

- методика «Склонность к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова);

- методика «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко).

Ниже опишем содержание методик.

1. Методика «Склонность к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова);

Цель - измерение склонности подростков к осуществлению разных форм виктимного поведения.

В методику входят и описываются следующие шкалы:

- 1) Шкала социальной желательности ответов;
- 2) Шкала склонности к агрессивному виктимному поведению (агрессивный тип потерпевшего);
- 3) Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушительному поведению (активный тип потерпевшего);
- 4) Шкала склонности к гиперсоциальному поведению (инициативный тип потерпевшего);
- 5) Шкала склонности к зависимому и беспомощному поведению (пассивный тип потерпевшего);
- 6) Шкала склонности к некритичному поведению (некритичный тип потерпевшего);
- 7) Шкала реализованной виктимности.

2. Методика «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко).

Цель: изучение потенциальной индивидуальной виктимности.

Методика оценивает 3 уровня потенциальной индивидуальной виктимности: низкий, средний и высокий.

Проанализируем результаты экспериментального исследования по выявлению уровня виктимного поведения у подростков.

Результаты первичной диагностики уровня виктимного поведения у подростков по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова) нами представлены в Приложении А (таблица А.1).

Таблица 1 - Результаты первичной диагностики склонности к виктимному поведению у подростков

№п /п	Имя	Шкалы													
		1		2		3		4		5		6		7	
		Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень
1	Алиса	9	В	22	В	12	В	5	Н	16	В	16	В	15	В
2	Андрей	7	В	15	Н	19	В	7	Н	18	В	12	Н	13	В
3	Артём	9	В	21	В	18	В	6	Н	16	В	18	В	16	В
4	Вячеслав	9	В	22	В	13	В	7	Н	14	В	8	Н	14	В
5	Данил В.	9	В	23	В	18	В	5	Н	15	В	8	Н	15	В
6	Данил И.	7	В	20	В	13	В	5	Н	9	Н	16	В	19	В
7	Дарья	2	НН	2	НН	3	НН	3	НН	11	Н	11	Н	3	НН
8	Екатерина	1	НН	1	НН	1	НН	5	Н	6	НН	4	НН	8	Н
9	Злата	2	НН	3	НН	1	НН	6	Н	4	НН	9	Н	9	Н
10	Илья	7	В	22	В	19	В	6	Н	18	В	9	Н	18	В
11	Любовь	1	НН	2	НН	11	Н	2	НН	3	НН	4	НН	8	Н
12	Михаил	2	НН	15	Н	1	НН	2	НН	2	НН	10	Н	2	НН
13	Ринат	2	НН	3	НН	11	Н	2	НН	11	Н	3	НН	9	Н
14	Сергей	7	В	23	В	19	В	7	Н	17	В	9	Н	17	В
15	Степан	9	В	23	В	18	В	7	Н	15	В	11	Н	15	В
16	Ульяна	9	В	19	В	15	В	5	Н	11	Н	11	Н	19	В

Условные обозначения: 1 - шкала «социальная желательность ответов», 2 - шкала «агрессивное поведение», 3 - шкала «склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению», 4 - шкала «склонность к гиперсоциальному поведению», 5 - шкала «склонность к зависимому и беспомощному», 6 - шкала «склонность к некритичному поведению», 7 – шкала «реализованная виктимность»,

НН - ниже нормы, Н- норма, В – выше нормы.

Анализируя результаты, представленные в таблице 1, можно сделать следующие выводы.

Анализируя полученные результаты по шкале «Социальная желательность ответов», установлено, что уровень «ниже нормы» имеют 6 (37,5 %) человек. У 10 (62,5 %) подростков выявлен уровень «выше нормы», следовательно, испытуемые достаточно часто попадают в неприятные или даже опасные для их здоровья и жизни ситуации. Уровень «норма» не выявлен.

По шкале «Агрессивное поведение» уровень «ниже нормы» обнаружен у 5 (31,25 %) испытуемых. Уровень «норма» выявлен у 2 (12,5 %) испытуемых.

Уровень «выше нормы» имеет 9 (56,25 %) подростков, характерным является склонность попадать в ситуации опасные для жизни, посредством провоцирующего поведения таким как: клевета, вербальное и не вербальное оскорбления и т.д. Такие подростки склонны к созданию конфликтов, присутствует антисоциальное поведение, они вспыльчивы, не стабильны.

Проанализировав результаты исследования, полученные по шкале «Склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению», мы отмечаем, что уровень «ниже нормы» выявлен у 4 (25 %) испытуемых. Данный факт свидетельствует о присутствии склонности к самоповреждающему поведению. Кроме того, по данной шкале у 10 (62,5 %) опрошенных обнаружен уровень «выше нормы». Следовательно, у этих подростков присутствует жертвенность, они способны своим поведением или просьбой причинить самому себе вред, склонны намерено провоцировать. Следует отметить, что у остальных 2 (12,5 %) подростков значения по данной шкале в пределах «нормы».

Проанализировав результаты по шкале «Склонность к гиперсоциальному поведению», мы пришли к выводу, что уровень «ниже нормы» выявлен у 4 (25 %) человек. Подростки характеризуются пассивностью, равнодушием ко всему окружающему, чаще всего изолированы, не вовлечены в общественную жизнь. Уровень «норма» выявлен у 12 (75 %) испытуемых, уровень «выше нормы» не обнаружен.

По шкале «Склонность к зависимому и беспомощному поведению» выявлены следующие результаты. Уровень «ниже нормы» обнаружен у 4 (25 %) испытуемых, для них характерным являются независимость и обособленность в поведении, чаще всего выделяются из группы сверстников, конфликтны, авторитарны. При этом они внутренне очень ранимы, поэтому стараются обособиться за счет других. Уровень «выше нормы» характерен для 8 (50 %) опрошенных, уровень «норма» обнаружен у 4 (25%) испытуемых. Это свидетельствует о неумении оказывать сопротивления в силу различных причин.

Кроме того, отсутствует способность и желание действовать без помощи других, чаще всего имеют заниженную самооценку, в окружающих ищут сочувствие и поддержку. Таким людям присущи скромность, робость, высокая внушаемость, отсутствие своей точки зрения, податливы, отходчивы.

Наглядно, на рисунке 1, представлены результаты первичной диагностики склонности к виктимному поведению подростков.

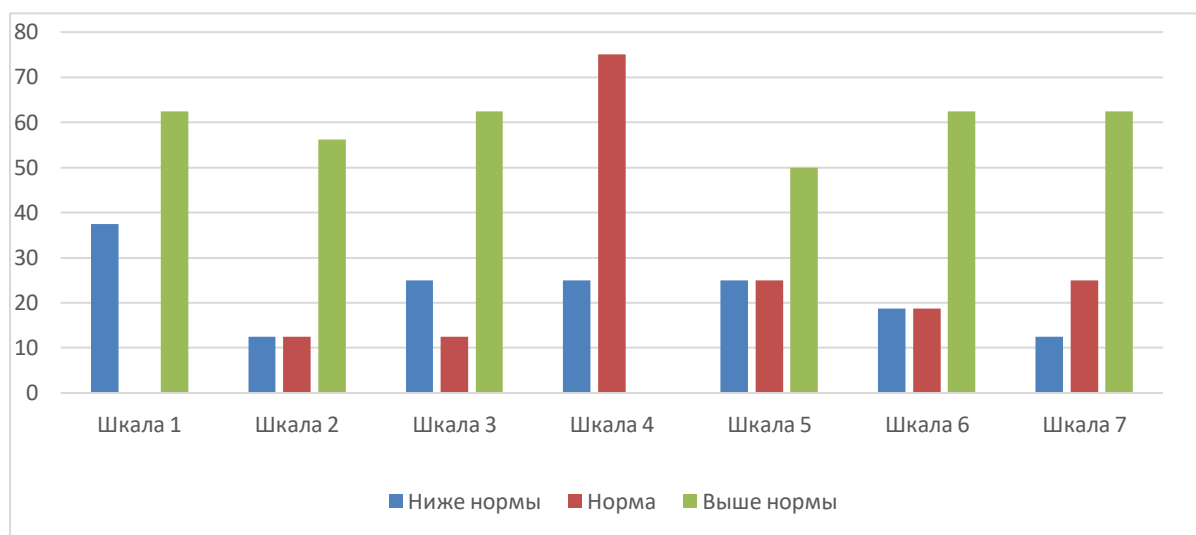


Рисунок 1 - Результаты первичной диагностики склонности к виктимному поведению у подростков

Условные обозначения: шкала 1 - «социальная желательность ответов», шкала 2 - «агрессивное поведение», шкала 3 - «склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению», шкала 4 - «склонность к гиперсоциальному поведению», шкала 5 - «склонность к зависимому и беспомощному», шкала 6 - «склонность к некритичному поведению», шкала 7 - «реализованная виктимность».

По шкале «Склонность к некритичному поведению» зафиксирован уровень «ниже нормы» у 3 (18,75 %) человек, что свидетельствует об особой осторожности, вдумчивости, пассивности подростка. Уровень «выше нормы» выявлен у 3 (18,75 %) человек. Данный факт говорит о том, что они неосмотрительны, отсутствует умение анализировать жизненные ситуации, неосторожны. Кроме того, для 10 (62,5 %) человек характерен уровень «норма».

По шкале «Реализованная виктимность» показатель с уровнем «ниже нормы» обнаружен у 2 (12,5 %) испытуемых. Это говорит о том, что подростки избегают опасных ситуаций, относительно редко попадают в сложные ситуации. Уровень «выше нормы» выявлен у 10 (62,5 %) испытуемых. Это свидетельствует о том, что часто подростки попадают в опасные для жизни ситуации, присутствует агрессивное необдуманное, спонтанное поведение. Уровень «норма» характерен для 4 (25 %) подростков.



Рисунок 2 – Результаты первичной диагностики подростков по методике «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко)

Анализируя результаты, представленные на рисунке 2, нами выявлено, что 3 (18,75 %) школьника имеют высокий уровень потенциальной индивидуальной виктимности. Этот факт свидетельствует о том, что подросток достаточно часто попадает в неприятные или опасные для жизни обстоятельства, но отсутствует осознание этого. Низкий уровень зафиксирован у 6 (37,5 %) человек. Это говорит о том, что вероятность попадания в трудные жизни ситуации малы и осознаны. 7 (43,75 %) подростков имеет средний уровень. Результаты исследования свидетельствуют о необходимости целенаправленной работы педагога-психолога по профилактике склонности к виктимному поведению у подростков.

Обобщая результаты исследования, полученных с помощью методик «Склонность к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова) и «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности»

виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко), мы пришли к выводу, что у 10 подростков (62,5 %) выявлен высокий уровень виктимного поведения, которые и вошли в экспериментальную группу. Для данной группы подростков «группы риска» необходима целенаправленная комплексная работа, направленная на профилактику виктимного поведения.

## **2.2 Описание системы занятий, направленных на профилактику виктимного поведения у подростков**

При организации профилактической работы и составлении системы занятий с подростками группы риска были учтены результаты диагностического обследования. С подростками группы риска, имеющими склонность к виктимному поведению, проведены занятия, разработанные нами.

Целью профилактической работы является создание условий для предупреждения виктимного поведения подростков.

Разработанная система занятий реализуется в групповой форме с элементами социально-психологического тренинга. В систему занятий входит 9 встреч, по продолжительности – 90 минут. Каждое занятие направлено на профилактику одного из видов виктимного поведения. Одно занятие логически вытекает из другого, они завершаются релаксирующими упражнениями или играми на создание позитивного настроения.

Групповая работа с подростками проводилась в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении, в интерьере кабинета преобладали спокойные неяркие цвета. Для обеспечения занятий необходимы: ручки, листочки, подготовленные листочки с ситуациями, мусорное ведро, веревка, небольшой мешок с предметами и т. д.

Занятия основаны на следующих принципах:

1. Гуманизма - установление норм уважения и благожелательного взаимоотношения к любому ребенку, исключение насилия и принуждения над личностью;

2. Конфиденциальности - информация, приобретенная специалистом по психологии в ходе выполнения деятельности, не подлежит осознанному или неожиданному разглашению. Содействие обучающихся, обязано являться осмысленным и добровольным;

3. Компетентности - специалист по психологии отчетливо устанавливает и предусматривает пределы своей компетентности;

4. Ответственности - специалист по психологии беспокоится, в первую очередь в целом, о благосостоянии [5].

При работе со школьниками подросткового возраста были использованы следующие методы и приемы:

- дискуссия;
- моделирование и анализ проблемной ситуации;
- рисуночные методы;
- психологическая игра;
- подвижные игры;
- релаксирующие упражнения;
- аутотренинг и т. д.

Каждое занятие включает в себя групповую рефлексию, приветствие и прощание. Важно обращать внимание на обратную связь, которая является инструментом, дающим представление психологу об уровне достижения поставленной цели, выявление проблемной ситуации. Обратная связь в процессе проведения занятий осуществлялась устно в форме рефлексии.

Тематика занятий:

Занятие 1 «Как не стать жертвой»

Занятие 2 «Как не причинить вреда другому!?»



Занятие 3 «Ценности жизни»

Занятие 4 «Самооценка»

Занятие 5 «Я и конфликты!»

Занятие 6 «Я храбрый»

Занятие 7 «Вернем уверенность!»

Занятие 8 «Скажи насилию - нет»

Занятие 9 «Прощание»

Система занятий, направленных на профилактику виктимного поведения у подростков, представлена в Приложении Б.

Ниже в качестве примера рассмотрим одно из занятий.

Тема занятия: «Как не причинить вреда другому!?».

Цель – обучение подростков способам преодолевать агрессию к другому человеку или предмету.

Задачи:

1. Ознакомить с причинами возникновения агрессивного поведения.
2. Обучать способам конструктивного выражения агрессии.
3. Способствовать формированию чувств эмпатии.

Участники: подростки 15 – 16 лет

Форма работы, численность: групповая, 16 человек

Время: 90 минут

Оборудование: ручки, листочки, мусорное ведро, подготовленные листочки с ситуациями,

Ход работы:

1. Приветствие

Игра «Я сегодня вот такой».

Цель – активизация навыков использования мимики и пантомимики в общении.

Здравствуйтесь, ребята, я предлагаю вам поиграть в одну интересную игру, которая называется «Я сегодня вот такой», сейчас каждый из вас, и я в том числе, представимся друг другу со словами: «Я сегодня вот такой...» и покажем с помощью пантомимики, какие чувства мы испытываем и постараемся их угадать.

Теперь я покажу, какая сегодня я, а вы попробуйте отгадать, какое чувство я показываю

Ребята, как вы считаете, о чем мы сегодня будем говорить? (ответы ребят)

Верно, сегодня мы с вами на занятии поговорим о том, что такое агрессия, откуда же она берется и как с ней бороться. Все же мы испытывали такое чувство, верно? Часто ли вам хотелось усмирить или выбросить данное чувство? (ответы ребят) ведь бывает, что мы реагируем агрессивно на дорогих нам людей (на маму, лучшую подругу/друга). А при попытке совладать с ней, получалось ли это сделать? (ответы ребят).

2. Основной этап:

Упражнение «Я злюсь, когда...».

Цель – выработка предложенного алгоритма совладания с отрицательной эмоцией, снижение эмоционального напряжения.

Я предлагаю с вами попробовать, в прямом смысле выбросить в мусорное ведро наши негативные чувства (злость, агрессию), для этого нам всем нужно записать на листочке ситуации, в которых мы обычно злимся. Напишите, пожалуйста, их, это может быть не одна ситуация или действие, а несколько.

Все справились с заданием? (ответ детей). Тогда давайте перейдем к самому приятному, каждый из нас по желанию резко мнёт лист, одновременно говорит фразу: «Я злюсь, когда...», после чего бросает скомканный лист в мусорное ведро.

Ну как, ребята, вам понравилась выбрасывать свою злость не на человека, а в ведро? (ответы ребят)

Беседа «Что же такое агрессия?».

Упражнение «Портрет агрессивного человека».

Цель – осознание внешнего образа агрессивного человека.

Ребята, как вы думаете, что значит само слово агрессия, какими признаками она определяется? (варианты ребят: у агрессивного человека злобный взгляд, громкий голос, резкие движения и т.д.)

Упражнение «Чудо-ладошка».

Цель – создание условий для формирования позитивного принятия себя и других людей.

Так как нам всем нравится дружелюбное отношение и похвала, то и мы должны подчеркивать в других те качества, которые нам в них нравятся, не правда ли?

Упражнение заключается в следующем: на листах бумаги мы обводим свои ладошки, внутри каждого пальца напишем одно качество, которое в себе ценим. После мы передаем свои ладошки по кругу, каждый участник вписывает в наши ладошки те позитивные качества, которые он разглядел в человеке чья ладошка у него находится. В итоге листы возвращаются на место.

Теперь обсудим. Как вы считаете вы обладаете теми качествами, которые вам адресовали другие ребята? Какие чувства вы испытываете после оценки своих одноклассников? Можете сравнить, что вам больше нравится с агрессией относиться к друзьям или видеть приятную улыбку от того, что вы сказали или сделали? (ответы ребят).

Ну вот мы и разобрались, что гораздо приятней получать в свой адрес теплые и приятные слова.

Ребята, а не могли бы вы мне помочь? Дело в том, что у меня есть проблемные ситуации, которые я бы хотела с вами попробовать решить, можете мне?

Давайте тогда разделимся на 5 групп и попробуем выйти из ситуации не применяя агрессии, попробуем?

Предлагаю вам следующие ситуации:

- кондуктор повысил на вас голос, потому что, по ее словам, у нее нет разменных денег, данных вами за проезд, пятисот рублей. Кондуктор считает, что вы не правы, должны дать меньше.

- вы не уступили место пассажиру старше вас. Он начинает возмущаться и оскорблять вас. Как вы отреагируете на это?

- вы нечаянно толкнули другого пассажира в автобусе. Этот человек начал эмоционально высказываться в вашу сторону. Как вы уладите назревающий конфликт?

- находясь в автобусе, в компании друзей, вы что-то громко обсуждаете, вас попросили вести себя тише. Как на это отреагируете?

- кондуктор в грубой форме упрекнул вас в том, что вы стоите в проходе и мешаете движению пассажиров по автобусу. Как вы поведете себя в этой ситуации?

Вот мы и справились с этим заданием, спасибо ребята, а как вы думаете, как можно ещё преодолеть агрессию в себе? (ответы детей).

Возможные рекомендации:

1. Проговорить проблему в слух;
2. Следует несколько раз глубоко вдохнуть, если почувствовал гнев;
3. Не давать волю рукам, пока неспеша не сосчитаешь до 10;
4. Обдумать, что будет потом, представить последствия своего поведения;
5. Каждое утро обещать себе не вступать в конфликты;
6. Вечером подводить итоги всего прошедшего дня: поощрять себя, когда день прошел спокойно; штрафовать себя за каждый срыв настроения и поведения;

7. Умываться холодной водой, проводить закаливание организма;
8. Тренировать силу воли.
9. «Выпустить пар» - прокричать, побить грушу

### 3. Заключительный этап.

Вот и подошло занятие к концу, будете ли вы применять способы борьбы с агрессией и как? Какой способ больше вам по душе?

Ребята, хотите я расскажу вам необычную притчу?

*«Когда-то очень давно старый индеец рассказал внуку одну жизненную истину.*

*- В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков.*

*Один волк представляет зло – зависть, ревность, грубость, агрессию. Другой волк представляет добро – мир, любовь, верность, отзывчивость.*

*Маленький индеец, тронутый до глубины души словами своего деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил его:*

*- Дедушка, а какой волк в конце побеждает?*

*Старый индеец улыбнулся и ответил:*

*- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».*

*Я желаю, чтобы после нашего занятия, у вас не осталось сомнения в том, какого волка в себе вам нужно накормить!» Помните, что вы сами делаете выбор и несете ответственность, поэтому к этому нужно относиться серьезно.*

После проведения игровых упражнений обязательным являлось обсуждение, подросткам задавались вопросы следующего типа: «В чем возникла трудность?», «Какие чувства испытываете?» и т. д.

При объяснении какого-либо феномена, например, «агрессивность», «виктимность», «самоповреждающее поведение» и др., предоставлялась возможность порассуждать, подискутировать участникам занятия.

В процессе всей работы особое внимание уделялась на подростков, которые по результатам первичной диагностики оказались склонны к виктимному поведению. При проведении рефлексии, выслушивалось мнение каждого участника.

В процессе проведения занятий учитывались личностные особенности обучающихся, а также склонность подростков к определенным видам виктимного поведения.

Таким образом, нами разработана и реализована система занятий с подростками экспериментальной группы, имеющими склонность к виктимному поведению. Ниже проанализируем результаты первичной и повторной диагностики подростков, склонных к виктимному поведению.

### **2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики**

Повторное диагностическое исследование подростков с использованием тех же методик, что и при первичной диагностике: «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова), методика «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко). Результаты представлены в приложении В.

Опишем результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы.

Анализируя данные первичной и повторной диагностики подростков по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова), можем отметить следующее.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы, мы можем утверждать, что после реализации системы занятий количество подростков с показателем «выше нормы» по шкале «Социальная желательность ответов» снизилось с 10 до 6 испытуемых (со 100% до 60 %), следовательно, подростки достаточно часто попадают в неприятные для их здоровья и жизни ситуации. Кроме того, уровень «норма» обнаружен у 4 (40 %) испытуемых.

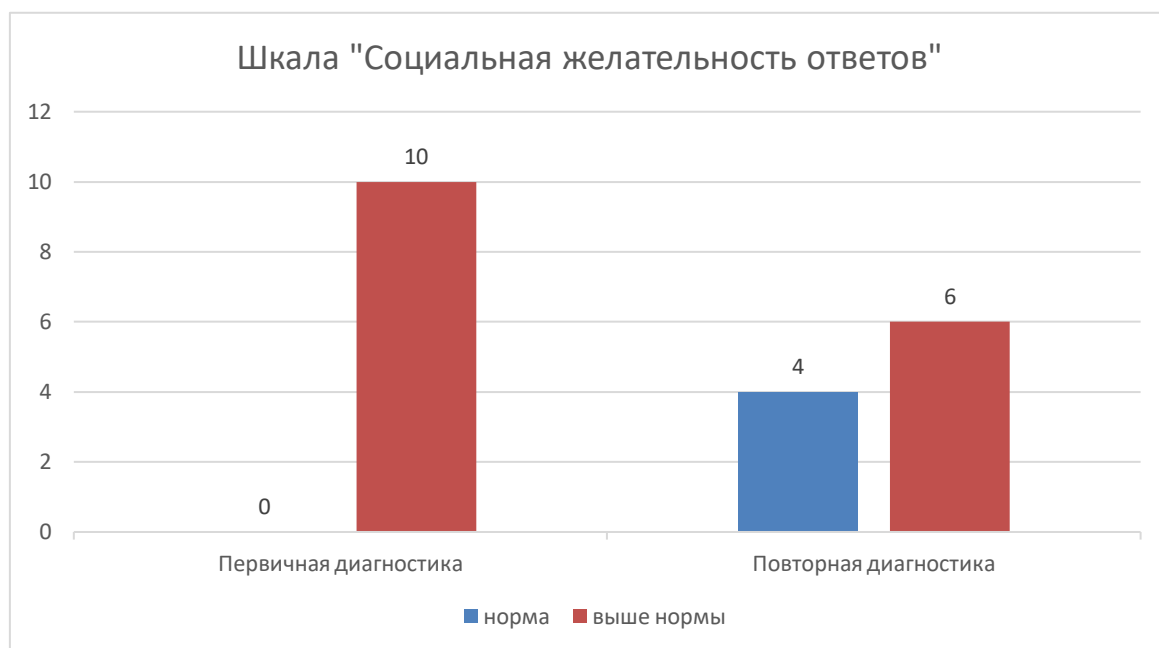


Рисунок 3 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Анализируя результаты первичной диагностики, полученные по шкале «Агрессивное поведение», мы пришли к выводу, что для 9 (90 %) испытуемых характерен уровень «выше нормы». После реализации системы занятий снизилось количество подростков, имеющих уровень «выше нормы» до 6 (60 %) человек. Такие подростки склонны к созданию конфликтов, присутствует антисоциальное поведение, они вспыльчивы, не стабильны. Кроме того, уровень «норма» обнаружен у 2 (20 %) испытуемых. Следует отметить, что у остальных 2 (20 %) подростков значение по данной шкале «ниже нормы». Для подростков

данного типа характерно снижение мотивации достижения, спонтанности.



Рисунок 4 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Проанализировав результаты первичной диагностики, полученные по шкале «Склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению», мы отмечаем, что уровень «выше нормы» выявлен у 10 (100 %) испытуемых, после реализации системы занятий уровень «выше нормы» обнаружен у 6 (60 %) подростков. Следовательно, у этих подростков присутствует жертвенность, они способны своим поведением или просьбой причинить самому себе вред, склонны намеренно провоцировать. Кроме того, по данной шкале у 3 (30 %) опрошенных обнаружен уровень «норма». При повторной диагностике уровень «ниже нормы» имеет 1 (10 %) подросток. Он характеризуется повышенной тревожностью, мнительностью, подвержен страхам.



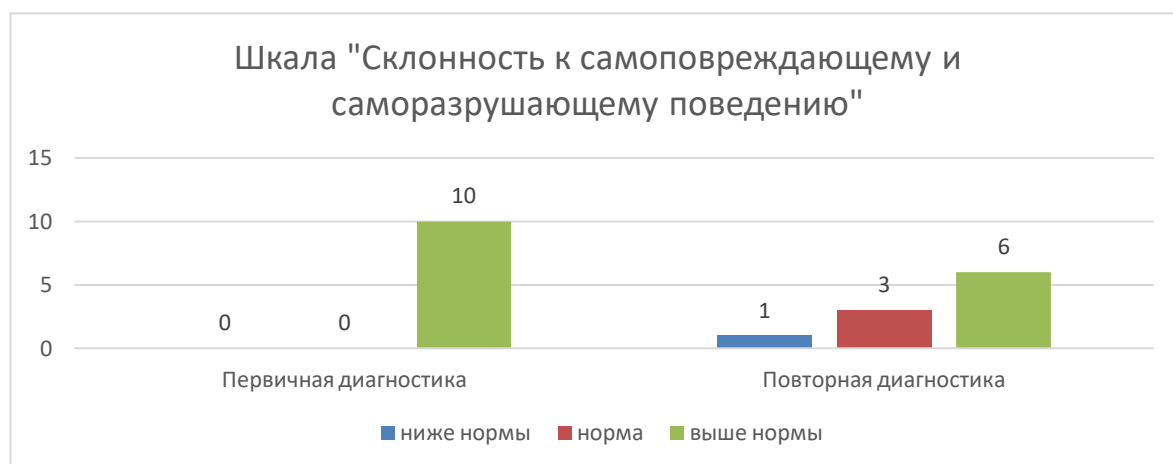


Рисунок 5 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, подростков экспериментальной группы, мы можем утверждать, что уровень «выше нормы» по шкале «Склонность к гиперсоциальному поведению» не выявлен. Мы отмечаем, что после реализации системы занятий количество подростков с уровнем «норма» снизилось 10 до 8 (с 100 % до 80 %). Уровень «ниже нормы» обнаружен у 2 (20 %) человек. Подростки характеризуются пассивностью, равнодушием ко всему окружающему.

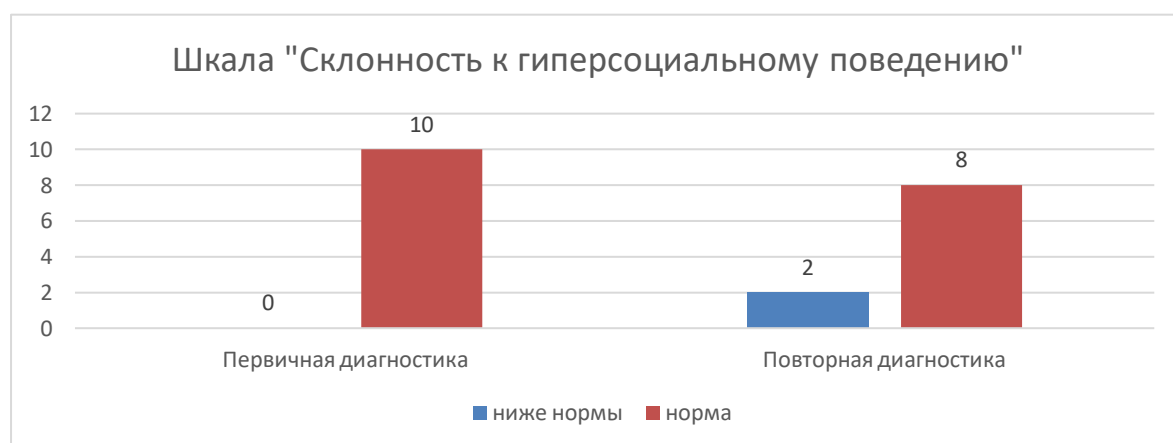


Рисунок 6 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Мы констатируем, что при первичной диагностике 8 подростков (80 %) имели уровень «выше нормы» и у 2 испытуемых (20 %) показал уровень «норма» по шкале «Склонность к зависимому и беспомощному поведению». При повторной диагностике количество подростков, имеющих уровень «выше нормы», снизилось до 6 (60 %) испытуемых. Это свидетельствует о нежелании что-то делать самому, без помощи других. Кроме того, количество испытуемых с показателем «норма» увеличилось до 3 (30 %) подростков. Уровень «ниже нормы» при повторной диагностике обнаружен у 1 (10 %) человека. Данный факт свидетельствует о том, что для данных подростков возможна внутренняя ранимость.

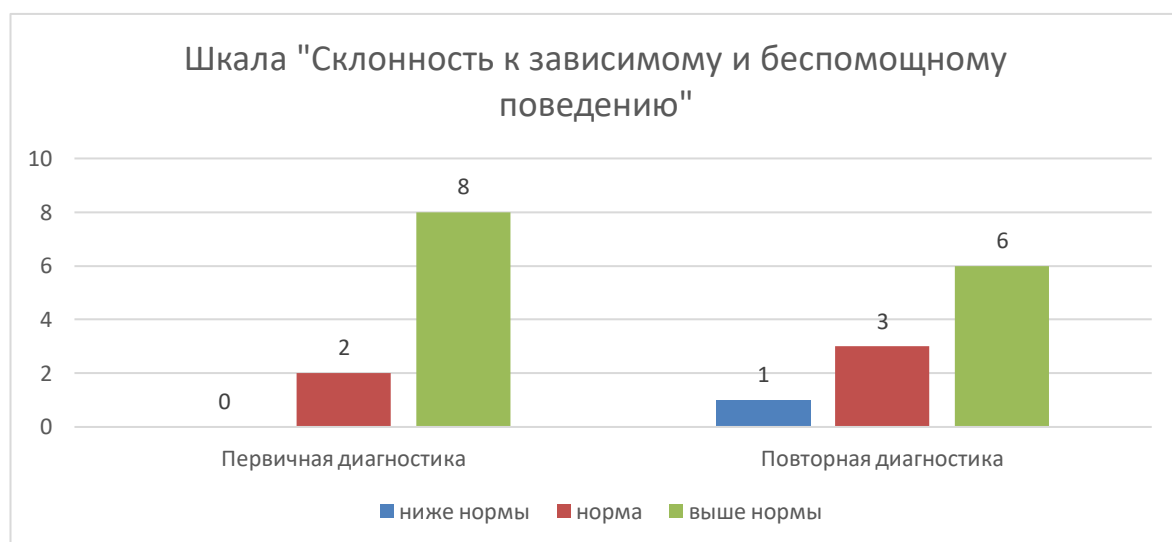


Рисунок 7 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

По шкале «Склонность к некритичному поведению» зафиксирован уровень «выше нормы» у 3 (30 %) человек, после реализации системы занятий количество подростков с уровнем «выше нормы» снизилось до 2 (20 %) человек. При первичной и повторной диагностике уровень «норма» выявлен так же у 7 (70 %) человек. При повторной диагностике уровень «ниже нормы» зафиксирован у 1 (10 %) подростка. Данный факт свидетельствует об

осторожности, стремление предугадывать возможные последствия своих поступков, которые иногда приводят к пассивности подростка, страхам.

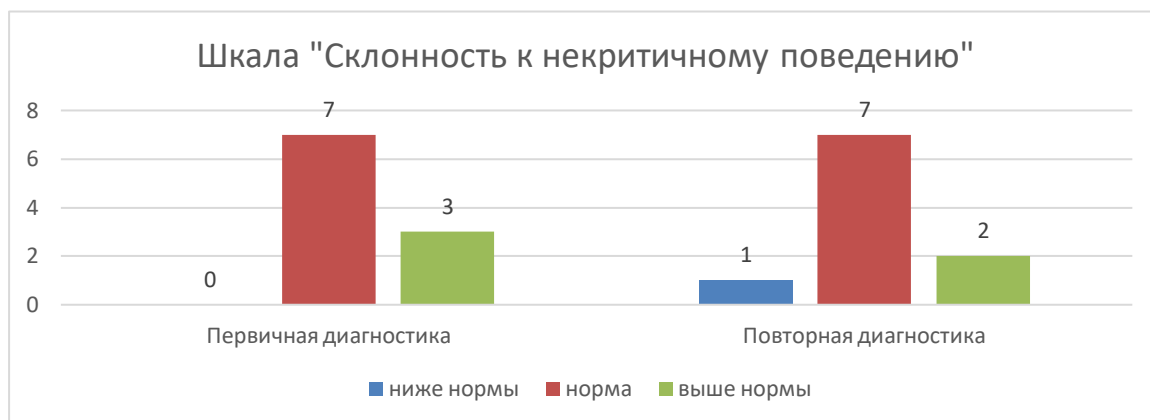


Рисунок 8 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по шкале «Реализованная виктимность», мы пришли к выводу, что после реализации системы занятий количество подростков с уровнем «выше нормы» снизилось с 10 до 6 (100 % до 60 %). Это свидетельствует о том, что часто подростки попадают в опасные для жизни ситуации, присутствует спонтанное поведение. Уровень «норма» выявлен у 3 (30 %) испытуемых. Кроме того, уровень «ниже нормы» обнаружен у 1 (10 %) подростка. Это говорит о том, что подростки избегают опасных ситуаций.



Рисунок 9 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Анализируя результаты первичной и повторной диагностики экспериментальной группы по методике «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко), можем отметить следующее. Анализируя результаты первичной диагностики, мы пришли к выводу, что для 3 подростков (30 %) характерен высокий уровень. После проведения системы занятий показатель снизился до 1 (10 %) подростка. Это свидетельствует о том, что подросток достаточно часто попадает в неприятные или опасные для жизни ситуации. Кроме того, мы можем говорить об уменьшении числа подростков со средним уровнем с 7 до 5 (70 % до 50 %) человек. Низкий уровень зафиксирован у 4 (40 %) испытуемых. Это говорит о том, что вероятность попадания в трудные жизненные ситуации малы и осознанны.



Рисунок 10 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко)

Опишем результаты первичной и повторной диагностики подростков контрольной группы.

Анализируя данные первичной и повторной диагностики подростков по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О. О. Андронникова), можем отметить следующее.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики подростков контрольной группы по шкале «Социальная желательность ответов», мы можем утверждать, что количество подростков с уровнем «ниже нормы» осталось неизменным. Произошли незначительные изменения в количестве баллов.

Анализируя результаты первичной диагностики, полученные по шкале «Агрессивное поведение», мы пришли к выводу, что для 5 (90 %) испытуемых характерен уровень «ниже нормы», при повторной диагностике количество подростков, имеющих уровень «ниже нормы», сохранилось. Для подростков данного типа характерно снижение мотивации достижения, спонтанности. При первичной и повторной диагностике уровень «норма» выявлен у 1 (10 %) подростка.

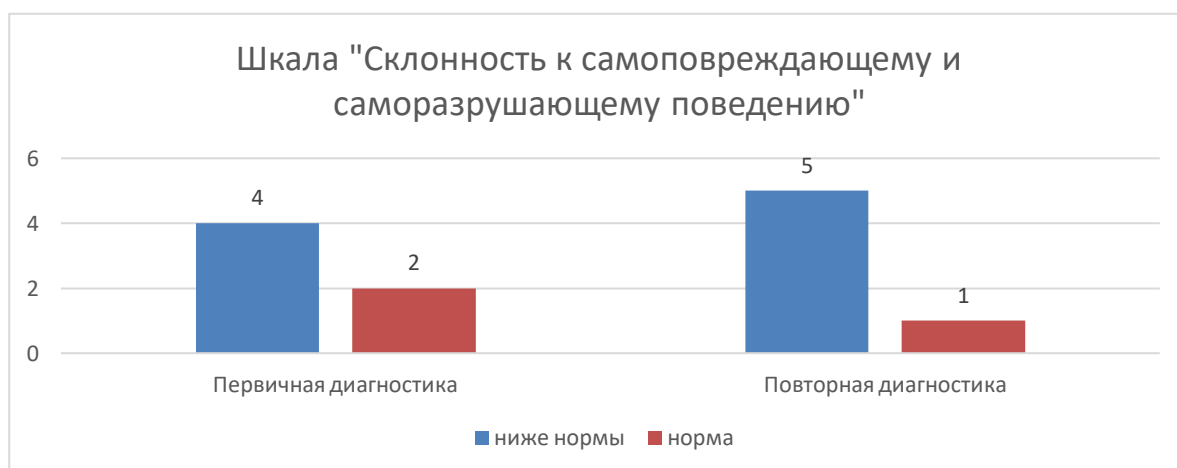


Рисунок 11 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков контрольной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Проанализировав результаты первичной диагностики, полученные по шкале «Склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению», мы отмечаем, что уровень «ниже нормы» выявлен у 4 (66 %) испытуемых, при повторной диагностике уровень «ниже нормы» обнаружен у 5 (83 %) подростков. Подростки характеризуется повышенной тревожностью, мнительностью, подвержен страхам. Кроме того, мы можем говорить об уменьшении числа подростков с уровнем «норма» с 2 до 1 (32 % до 17 %) подростка.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики по шкале «Склонность к гиперсоциальному поведению», мы можем сказать, что количество подростков с уровнем «ниже нормы» увеличилось с 4 до 6 (66 % до 100%) человек. Подростки характеризуются пассивностью, равнодушием ко всему окружающему. При повторной диагностике уровень «норма» не выявлен.



Рисунок 12 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков контрольной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Мы констатируем, что при первичной диагностике 4 подростка (66 %) имели уровень «ниже нормы» и у 2 испытуемых (32 %) показал и уровень «норма» по шкале «Склонность к зависимому и беспомощному поведению». При повторной диагностике количество подростков, имеющих уровень «ниже нормы», увеличился до 5 (83 %) испытуемых. Данный факт свидетельствует о том, что для данных подростков возможна внутренняя ранимость. Кроме того, количество испытуемых с показателем «норма» уменьшилось до 1 (17 %) подростка.



Рисунок 13 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков контрольной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

По шкале «Склонность к некритичному поведению» зафиксирован уровень «ниже нормы» у 3 (50 %) человек, при повторной диагностике количество подростков с уровнем «ниже нормы» увеличилось до 4 (67 %) человек, что свидетельствует об особой осторожности, вдумчивости подростка. При повторной диагностике уровень «норма» зафиксирован у 2 (33 %) подростков.



Рисунок 14 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков контрольной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики подростков контрольной группы по шкале «Реализованная виктимность». Количество подростков с уровнем «ниже нормы» увеличилось с 2 до 5 (33 % до 83 %). Это говорит о том, что подростки избегают опасных ситуаций. Уровень «норма» выявлен у 1 (17 %) подростка.

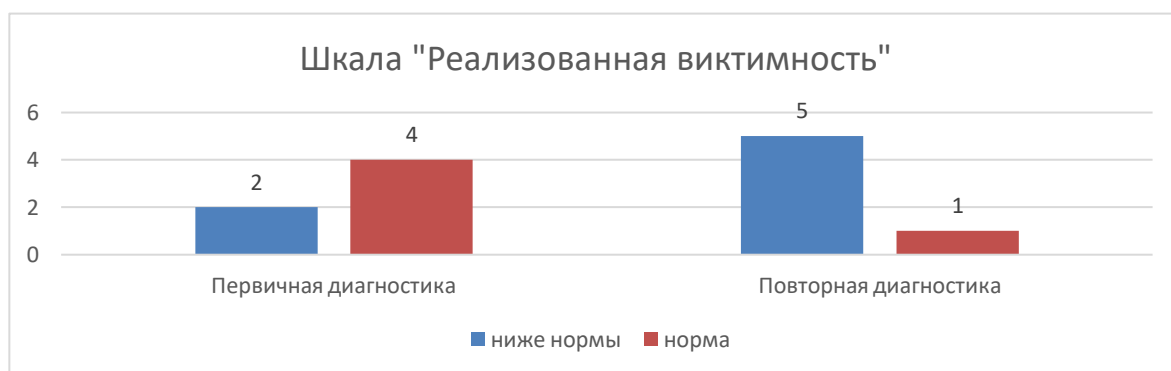


Рисунок 15 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков контрольной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова)

Анализируя результаты первичной и повторной диагностики контрольной группы по методике «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко), можем отметить, что количество подростков с низким уровнем осталось неизменным. Это говорит о том, что вероятность попадания в трудные жизненные ситуации малы и осознанны.

Таким образом, обобщая результаты повторной диагностики по методикам «Склонность к виктимному поведению» (автор - О. О. Андронникова) и «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко), мы пришли к выводу, что у 40 % подростков экспериментальной группы снизился уровень виктимного поведения.

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики. Мы пришли к выводу, что разработанная и реализованная нами система занятий является эффективной и может использоваться в качестве ориентира для профилактики виктимного поведения подростков.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования виктимного поведения, мы пришли к выводу, что виктимное поведение – это провоцирующее, неосторожное, неправильное поведение, реализующееся в совокупности социально одобряемых и неодобряемых условий. Виктимность может подразделяется на следующие виды: личностная, ролевая и социальная. Кроме того, различают такие подструктуры как: свойства личности, опыт, индивидуальное течение психических процессов и биологические свойства личности.

Следует отметить, что виктимность способна проявиться в особенном поведении индивида, который, в свою очередь, намеренно провоцирует других людей, склонных к агрессивному поведению, другими словами, специально вызывать по отношению к себе грубость, злость, насилие, что делает индивида легкой добычей. В поведении жертв существуют различия, которые обусловлены их психологическими особенностями. Подростки с виктимным поведением имеют следующие особенности: эмоциональная незрелость, неадекватная самооценка, неуверенность в себе, отсутствие самоконтроля, тревожность, депрессивность, неотъемлемое для данного периода чувство взрослости, повышенный уровень внушаемости, ведомость.

Проанализировав теоретические аспекты организации профилактической работы, мы выяснили, что профилактика виктимного поведения – это такая деятельность системы социальных институтов, которая ориентирована на обнаружение обстоятельств, формирующих виктимное поведение, и устранение факторов к нему приводящих. Выделяют первичную и вторичную профилактику виктимного поведения, при реализации которых используются такие методы профилактической работы как: психологическое изучение «портрета» жертвы; вербальный метод; тренинговая работа и др.

Нами было проведено экспериментальное исследование, направленное на изучение склонности к виктимному поведению подростков, на базе МБОУ Верхнепашинская СОШ №2. Выборка представлена подростками девятого класса в количестве 16 человек. В качестве диагностического инструментария использованы методики: «Склонность к виктимному поведению» (автор - О. О. Андронникова) и «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко).

На основе результатов первичной диагностики мы определяем в экспериментальную группу 10 подростков исследуемой выборки (что составляет 65,5 %), имеющих высокий и средний уровень виктимного поведения. Это свидетельствует о неосторожности, неумении правильно оценивать жизненные ситуации в результате каких-либо личностных или ситуативных факторов. К данной группе относятся испытуемые, склонные попадать в неприятные и опасные для жизни и здоровья ситуации в результате проявленной ими агрессии в форме нападения или иного провоцирующего поведения. Кроме того, у 6 (37,5 %) подростков выявлен низкий уровень виктимного поведения, которые определены нами в контрольную группу. Это свидетельствует о хорошем самоконтроле, стремлении придерживаться принятых норм и правил. Стабильность в сохранении установок, интересов, целей. Для подростков экспериментальной группы разработана система занятий, направленная на профилактику виктимного поведения.

Таким образом, обобщая результаты повторной диагностики по методикам «Склонность к виктимному поведению» (автор - О. О. Андронникова) и «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко), мы пришли к выводу, что у 40 % подростков экспериментальной группы снизился уровень виктимного поведения.

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики. Мы

пришли к выводу, что разработанная и реализованная нами система занятий является эффективной и может использоваться в качестве ориентира для профилактики виктимного поведения подростков.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андронникова, О. О. Психологические границы виктимной личности / О. О. Андронникова, В. И. Волохова // Сибирский педагогический журнал. – 2018. – № 2. – С. 111–118.
2. Андронникова, О. О. Специфика психолого-педагогического сопровождения виктимных подростков склонных к бродяжничеству / О. О. Андронникова // Вестник НГПУ. – 2019. – № 1. – С. 123–136.
3. Анисимова, О. А. Психологическая детерминация проявления виктимного поведения студентов / О. А. Анисимова // Личность в пространстве и времени. – 2019. – № 8. – С. 19 – 26.
4. Баймешова, А. Б. О профилактике виктимной личности юношеского возраста / А. Б. Баймешова, Н. Н. Биктина // Вестник магистратуры. – 2015. – № 6. – С. 109–113.
5. Белинская, Т. В. Исследование склонности к виктимному поведению подростков с разным отношением родителей / Т. В. Белинская, М. К. Волкова // Прикладная юридическая психология. – 2018. – № 3. – С. 94–102.
6. Бобровская, А. А. Виктимность как форма девиантного поведения : критический подход / А. А. Боровская // Виктимность и виктимологическая профилактика : материалы круглого стола по дисциплине «Психология отклоняющегося поведения». – Тверь : Твер. гос. ун-т, 2019. – С. 7–10.
7. Будкина, И. С. Факторы, влияющие на виктимизацию несовершеннолетних преступлений против жизни и здоровья / И. С. Будкина // Виктимология. – 2020. – № 1 (23). – С. 38–46.
8. Гречанин, Н. Р. Виктимное поведение детей и подростков в экспертной практике / Н. Р. Гречанин, А. Е. Шлапак, Н. А. Житинева //

Достижения сегодня – основа будущих совершенствований : сборник научных работ научно-практической конференции. – 2016. – С. 6–72.

9. Данилова, М. А. Психологические особенности детей-сирот, склонных к виктимному поведению / М. А. Данилова, Т. В. Юдеева // Вестник Тверского государственного университета. Серия : Педагогика и психология. – 2020. – № 1 (50). – С. 128 – 138.

10. Долговых, М. А. Психологическая детерминация проявления виктимного поведения личности подростка / М. П. Долговых. – Горно–Алтайск : ГАГУ, 2011. – 119 с.

11. Дубницкая, А. В. Влияние психического насилия на преступное и виктимное поведение несовершеннолетних как криминологическая проблема / А. В. Дубницкая // Вестник Краснодарского университета МВД России. –2019. – № 3 (45). – С. 29 – 32.

12. Думанская, Е. И. Обусловленность индивидуальной виктимности неосознаваемыми установками [Электронный ресурс] / Е. И. Думанская. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/obuslovlennost-individualnoy-viktimnosti-neosoznavaemyimi-ustanovkami>

13. Жихарева, Л. В. Особенности эмоциональной привязанности у подростков, склонных к девиантной виктимности / Л. В. Жихарева // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2018. – № 4. – С. 96–106.

14. Зиновьева, Н. О. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации / Н. О. Зиновьева, Н. Ф. Михайлова. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. – 248 с.

15. Змановская, Е. В. Девиантология : Психология отклоняющегося поведения / Е. В. Змановская. – Москва : Академия, 2003 – 288 с.

16. Клюкина, А. А. Психологические факторы формирования виктимного поведения подростков / А. А. Клюкина // Психология личности сборник научных трудов. – Магнитогорск, 2020. – С. 72 – 78.

17. Конуркин, И. С. Вторичная и третичная виктимизация несовершеннолетних жертв преступлений в медиа-пространстве : проблемные аспекты / И. С. Конуркин, А. Н. Шибко // Виктимность и виктимологическая профилактика : Материалы круглого стола по дисциплине «Психология отклоняющегося поведения». – Тверь : Твер. гос. ун-т, 2019. – С. 40–44.
18. Кучина, М. С. Значимость виктимологической профилактики в системе мер предупреждения преступлений / М. С. Кучина // Инновационная экономика : перспективы развития и совершенствования. – 2015. – № 3 (8). – С. 89–94.
19. Кузнецова, Л. Э. Психологические особенности проявления виктимного поведения у современной молодежи / Л. Э. Кузнецова, А. Н. Ерошенко // Актуальные вопросы современной психологии : материалы II Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2013 г.). – Челябинск : Два комсомольца, 2013. – С. 73–75.
20. Ларионова, Е. А. Виктимная социализация личности / Е. А. Ларионова, Д. Е. Ткачева // Виктимность и виктимологическая профилактика : Материалы круглого стола по дисциплине «Психология отклоняющегося поведения». – Тверь : Тверской государственный университет, 2019. – С. 49 – 52.
21. Левина, Н. А. Личностный потенциал подростков, склонных к виктимному поведению / Н. А. Левина // Потенциал личности : комплексная проблема : мат-лы XI Междунар. конф. (заоч.). 29 апреля 2012 г. – Тамбов, 2012. – С. 216–223.
22. Малкина-Пых, И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы / И. Г. Малкина-Пых. – Санкт–Петербург : Питер, 2018. – 832 с.
23. Малкина-Пых, И. Г. Психология поведения жертвы / И. Г. Малкина-Пых. – Москва : Изд-во Эксмо, 2006. – 1008 с.

24. Матанцева, Т. Н. Факторы виктимного поведения подростков как социальная проблема психологической науки / Т. В. Матанцева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 8. – С. 74–81.
25. Меньщикова, Д. С. Психологическая защита как фактор, влияющий на виктимное поведение // Д. С. Меньщикова // Научно-практические исследования. – 2020. – № 5-1 (28). – С. 94 – 97.
26. Минская, В. С. Виктимологические факторы и механизмы преступного поведения [Электронный ресурс] / В. С. Минская. – Режим доступа: [https://www.studmed.ru/minskaya-v-s-chechel-g-i-viktimologicheskie-factory-i-mehanizm-prestupnogo-povedeniya\\_d3d45a579ad.html](https://www.studmed.ru/minskaya-v-s-chechel-g-i-viktimologicheskie-factory-i-mehanizm-prestupnogo-povedeniya_d3d45a579ad.html)
27. Мудрик, А. В. Социальная педагогика / А. В. Мудрик. – Москва : Владос, 2013. – 382 с.
28. Мусийчук, М. В. Виктимность как фактор риска аддиктивного поведения подростков на основе выявления предикторов зависимостей / М. В. Мусийчук, Т. В. Яценко // Общество : социология, психология, педагогика. – 2020. – № 1. – С. 44–51.
29. Одинцова, М. А. Психологический анализ факторов виктимизации россиян и белорусов / М. А. Одинцова // Вестник Южно–Уральского государственного университета. – 2012. - № 45. – С. 75 - 80.
30. Особенности личности, склонной к виктимному поведению : теоретический анализ личности, склонной к виктимному поведению [Электронный ресурс] : PSIHLOGN.ORG – Психолог. Нагайбакский район. – Режим доступа: <https://psihologn.org/index.php/psihologam-main3/560-lichnostnye-cherty-podrostkov-s-razlichnym-urovнем-sklonnosti-k-viktimnomu-povedeniyu>
31. Полубинский, В. И. Правовые основы учения о жертве преступления / В. И. Полубинский. – Горький : Горьковская высшая школа МВД СССР, 1979. – 84 с.

32. Реан, А. А. Психология личности / А. А. Реан. – Санкт-Петербург, 2013. – 288 с.
33. Ривман, Д. В. Криминальная виктимология / Д. В. Ривман. – Санкт-Петербург, 2002. – 304 с.
34. Сарсембаева, Г. Ш. Виктимологическая профилактика преступлений в РК и за рубежом / Г. Ш. Сарсембаева, М. М. Тайлакова // Актуальные проблемы права и государства : материалы международной заочной научно-практической конференции. (11 июня 2012 г.). – Новосибирск : Сибир. ассоц. консультантов, 2012. – С. 15–23.
35. Сычев, К. Д. Особенности проявления виктимного поведения у подростков : штрихи к российской практической психологии / К. Д. Сычев // Истоки и пути российской психологии (к 100-летию советской психологии). Материалы Молодежной секции I Международной научно-практической конференции, 2019. – С. 293 – 299.
36. Токарь, О. В. Психопрофилактика и психокоррекция аддиктивного поведения. Разработка коррекционно-профилактических программ / О. В. Токарь, Е. Ю. Шпаковская. – Магнитогорск, 2020. – 40 с.
37. Фалалеева, Ю. В. Девиантное поведение как значимый фактор виктимного поведения / Ю. В. Фалалеева // Научные исследования высшей школы, 2019. – С. 250 – 252.
38. Франкл, Л. В. О виктимологии и виктимности / Л. В. Франкл // Советское государство и право. – 1976. – № 4. – С. 75-79.
39. Шмидт, В. Р. Психологическая помощь родителям и детям : тренинговые программы / В. Р. Шмидт. – Москва : ТЦ Сфера, 2010. – 256 с.
40. Юнацкевич, П. И. Основы организации общественной безопасности / П. И. Юнацкевич. – Москва : Юрист, 2005. – 158 с.
41. Яценко, Т. Е. Характеристики психологического здоровья юношей и девушек, склонных к виктимному поведению / Т. Е. Яценко,



Л. А. Русецкая // Традиционные национально-культурные и духовные ценности как фундамент инновационного развития России. – 2019. – № 2 (16). – С. 62 – 65.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

### Результаты первичной диагностики виктимного поведения подростков

Таблица А.1 - Результаты первичной диагностики подростков по методике  
«Склонность к виктимному поведению (автор – О. О. Андронникова)

№ п/п	Имя	1 шкала	2 шкала	3 шкала	4 шкала	5 шкала	6 шкала	7 шкала
1	Алиса	9	22	12	5	16	16	15
2	Андрей	7	15	19	7	18	12	13
3	Артём	9	21	18	6	16	18	16
4	Вячеслав	9	22	13	7	14	8	14
5	Данил В.	9	23	18	5	15	8	15
6	Данил И.	7	20	13	5	9	16	19
7	Дарья	2	2	3	3	11	11	3
8	Екатерина	1	1	1	5	6	4	8
9	Злата	2	3	1	6	4	9	9
10	Илья	7	22	19	6	18	9	18
11	Любовь	1	2	11	2	3	4	8
12	Михаил	2	15	1	2	2	10	2
13	Ринат	2	3	11	2	11	3	9
14	Сергей	7	23	19	7	17	9	17
15	Степан	9	23	18	7	15	11	15
16	Ульяна	9	19	15	5	11	11	19

Таблица А.2 – Результаты первичной диагностики подростков по методике «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко)

№ п/п	Имя	Уровень	Балл
1	Алиса	Высокий	195
2	Андрей	Средний	134
3	Артём	Средний	150
4	Вячеслав	Высокий	191
5	Данил В.	Средний	144
6	Данил И.	Высокий	190
7	Дарья	Низкий	86
8	Екатерина	Низкий	77
9	Злата	Низкий	75
10	Илья	Средний	138
11	Любовь	Низкий	91
12	Михаил	Низкий	85
13	Ринат	Низкий	77
14	Сергей	Средний	151
15	Степан	Средний	140
16	Ульяна	Средний	148

## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

### Система занятий, направленная на профилактику виктимного поведения подростков

#### ЗАНЯТИЕ 1

*Цель:* расширение знаний и представлений о безопасном поведении, профилактика виктимного поведения.

*Материалы и оборудование:* ручки, листочки, подготовленные листочки с ситуациями.

#### Ход работы:

##### Упражнение «Границы личности».

Цель: создание условий для защиты собственных границ, умение отстаивать собственную позицию.

Выбираем ведущего. Задача водящего подойти к другим участникам игры взять за руку и подойти ближе. Когда это становится неприятно для водящего, он говорит: «стоп», водящий участник определяет, на каком расстоянии близости ему комфортно с этим человеком, возможно, он окажется на довольно далеком расстоянии от водящего. К водящему подходят все ребята.

Обсуждение. На сколько важна дистанция между друг другом? Насколько близко вы можете позволить другому подойти к вам? Как Вы себя чувствуете, когда нарушали Вашу интимную зону?

Хочу познакомить вас с пространственными зонами, выделяют 4.

Дистанции общения:

Доверительная или интимная зона (15 - 50 см). Одна из главных зон человека. Для этой зоны характерны доверительные отношения, негромкий голос, тактильные контакты, а также прикосновения. Обычно в эту зону допускаются родные и близкие.

Личная или персональная зона (0,5 - 1,2 м). Данная дистанция позволяет нам общаться на официальных вечерах, приемах. С друзьями и коллегами при личной дистанции предполагает визуально-зрительный контакт.

Социальная зона (1,2 - 3,7 м). Такая дистанция соблюдается во время деловых встреч, в служебных помещениях, как правило, с теми, кого не знают или плохо знакомыми.

Публичная зона (свыше 3,7 м). Она, как правило, подразумевает общение с большой группой людей, например, в лекционной аудитории или на митинге. Общаясь с большим количеством человек, удобнее передавать, а также воспринимать информацию на таком удаленном друг от друга расстоянии.

Таким образом, как мы можем заметить, чем ближе собеседники находятся друг к другу, тем им труднее сохранять визуальный контакт между собой, тем самым они должны меньше смотреть друг на друга в знак взаимоуважения. Следовательно легче и удобнее смотреть друг на друга на удаленном расстоянии, а также при этом можно использовать различные жесты для сохранения внимания собеседника.

#### Упражнение «Наши барьеры».

Цель: информирование учеников с тем, как может поведение в конфликте сформировать роль жертвы.

Ребята какие вы знаете барьеры в общении? (Ответы учеников).

- Логические
- Стилистические
- Смысловые
- Фонетические
- Неумение слушать
- Грубость в общении
- Отрицательные эмоции и т.д.

Психолог. Конфликты чаще всего возникают именно из-за недопонимания друг друга. Предлагаю вам попробовать разобрать ситуацию с несколькими вариантами ее проигрывания. Для этого нам нужно выбрать три пары.

Ситуация. Школьник заходит в класс после того как долго болел, а его парта уже занята другим одноклассником.

Предлагаются разные варианты выяснения отношения.

Первая пара: - с приказа: «Освободи мою парту сейчас же!».

Вторая пара: - с критики: «Мог бы сначала убедиться, что парта действительно свободна, а потом занять ее!».

Третья пара: - с диалога и общения («До того, как я заболел, эта была моя парта...»).

Обсуждение.

1. Можно ли было не доводить эту ситуацию до конфликта между одноклассниками?

2. Как вы думаете какой из вариантов более достойный, для того чтобы выйти из конфликта?

3. По вашему мнению какая цель преследует конфликт?

(Ответы)

Ребята, а ведь действительно, лучший способ не конфликтовать это прийти к сотрудничеству или найти компромисс.

Упражнение «Как не стать жертвой».

Цель: информирование подростков об особенностях поведения жертвы и их качествах.

Ребята как вы думаете какими качествами обладает жертва? Для того чтобы вам было проще, предлагаю вспомнить сказку «Колобок» и особенности поведения главного героя. Что привело колобка к тому, что он стал жертвой?

- перечисление качеств. (Ответы ребят)

Хорошо, теперь давайте определим какими качествами должен обладать человек, чтобы не оказаться в роли жертвы?

Психолог. Основной признак виктимного поведения – совершение действий или же наоборот бездействий, которые и могут привести в роль жертвы. Психологические качества жертв: неосмотрительность, чрезмерная рискованность, конфликтность, склонность к агрессии, эгоцентризм, неразборчивы в знакомствах, нерешительность, слабовольность, доверчивость. Давайте сформулируем принципы безопасного поведения.

Предложенные и разработанные варианты записываются на доске.

#### Упражнение «В трудной ситуации».

Цель: закрепление знаний о виктимности человека.

Инструкция. Нам нужно выбрать снова 3 пары, которым предлагаются разыграть ситуацию, используя различные поведенческие позиции, прописанные в карточке.

1 пара – позиция «жертвы» - Петр боится и не может отказать Артему, хотя не согласен с его поведением;

2 пара – «активная жизненная позиция» – Петр не согласен с поведением Артема, открыто ему об этом говорит и отказывается;

3 пара – «попустительство» - «делай что хочешь, я покараулю, но, если что, я ничего не видел и не знаю».

Ситуация. Одноклассник Артем неоднократно выручал Петра в сложных ситуациях – защитил перед старшеклассником, не допустив драки, помог найти пропавший телефон. И вот однажды, Артем попросил Петра постоять у дверей класса на карауле, пока он вытаскивал из учительской сумки деньги.

Обсуждение.

1) Какие вы увидели качества Петра, которые привели его в роль жертвы?

2) Как вы чувствовали себя в каждой из выбранных ролей?

3) Как вы думаете какие особенности в личности могут снизить уровень виктимности?

Упражнение «Пожелание».

Цель: формирование позитивного настроения у участников.

Каждому из вас сейчас нужно взять листочек и написать какое-либо доброе пожелание и положить его в центр. Когда каждый из вас закончит, мы по очереди возьмем первый попавшийся листочек и прочтем пожелание.

Таким образом, все участники получают доброе пожелание от одноклассников.

Рефлексия.

Скажите, то вам сегодня понравилось? Узнали ли вы что-то новое? Научились ли вы отказывать?

## **ЗАНЯТИЕ 2**

*Цель:* обучение подростков способам преодолевать агрессию к другому человеку или предмету.

*Материалы и оборудование:* ручки, листочки, мусорное ведро, подготовленные листочки с ситуациями,

### **Ход работы:**

Приветствие

Упражнение «Я сегодня вот такой».

Цель: активизация навыков использования мимики и пантомимики в общении.

Здравствуйте, ребята, я предлагаю вам поиграть в одну интересную игру, которая называется «Я сегодня вот такой», сейчас каждый из вас, и я в том числе, представимся друг другу со словами: «Я сегодня вот такой...» и покажем с помощью пантомимики, какие чувства мы испытываем и постараемся их угадать.



Теперь я покажу, какая сегодня я, а вы попробуйте отгадать, какое чувство я показываю

Ребята, как вы считаете, о чем мы сегодня будем с вами разговаривать?  
(ответы ребят)

Да, сегодня мы с вами на занятии поговорим о том, что такое агрессия, откуда же она берется и как с ней бороться. Все же мы испытывали такое чувство, верно? Часто ли вам хотелось усмирить или выбросить данное чувство? (ответы ребят) ведь бывает, что мы реагируем агрессивно на дорогих нам людей (на маму, лучшую подругу/друга). А при попытке совладать с ней, получалось ли это сделать? (ответы ребят).

#### Упражнение «Я злюсь, когда...».

Цель: выработка предложенного алгоритма совладания с отрицательной эмоцией, снижение эмоционального напряжения.

Я предлагаю с вами попробовать, в прямом смысле выбросить в мусорное ведро наши негативные чувства (злость, агрессию), для этого нам всем нужно записать на листочке ситуации, в которых мы обычно злимся. Напишите, пожалуйста, их, это может быть не одна ситуация или действие, а несколько.

Все справились с заданием? (ответ детей). Тогда давайте перейдем к самому приятному, каждый из нас по желанию резко мнёт лист, одновременно говорит фразу: «Я злюсь, когда...», после чего бросает скомканный лист в мусорное ведро.

Ну как, ребята, вам понравилась выбрасывать свою злость не на человека, а в ведро? (ответы ребят)

Беседа «Что же такое агрессия?».

*Упражнение «Портрет агрессивного человека».*

Цель: осознание внешнего образа агрессивного человека.

Ребята, как вы думаете, что значит само слово агрессия, какими признаками она определяется? (варианты ребят: у агрессивного человека злобный взгляд, громкий голос, резкие движения и т.д.)

### Упражнение «Чудо-ладошка».

Цель: создание условий для формирования позитивного принятия себя и других людей.

Так как нам всем нравится дружелюбное отношение и похвала, то и мы должны подчеркивать в других те качества, которые нам в них нравятся, не правда ли?

Упражнение заключается в следующем: на листах бумаги мы обводим свои ладошки, внутри каждого пальца напишем одно качество, которое в себе ценим. После мы передаем свои ладошки по кругу, каждый участник вписывает в наши ладошки те позитивные качества, которые он разглядел в человеке чья ладошка у него находится. В итоге листы возвращаются на место.

Теперь обсудим. Как вы считаете вы обладаете теми качествами, которые вам адресовали другие ребята? Какие чувства вы испытываете после оценки своих одноклассников? Можете сравнить, что вам больше нравится с агрессией относиться к друзьям или видеть приятную улыбку от того, что вы сказали или сделали? (ответы ребят).

Ну вот мы и разобрались, что гораздо приятней получать в свой адрес теплые и приятные слова.

Ребята, а не могли бы вы мне помочь? Дело в том, что у меня есть проблемные ситуации, которые я бы хотела с вами попробовать решить, можете мне?

Давайте тогда поделимся на 5 групп и попробуем выйти из ситуации не применяя агрессии, попробуем?

Предлагаю вам следующие ситуации:

- кондуктор повысил на вас голос, потому что, по ее словам, у нее нет разменных денег, данных вами за проезд, пятисот рублей. Кондуктор считает, что вы не правы, должны дать меньше.

- вы не уступили место пассажиру старше вас. Он начинает возмущаться и оскорблять вас. Как вы отреагируете на это?

- вы нечаянно толкнули другого пассажира в автобусе. Этот человек начал эмоционально высказываться в вашу сторону. Как вы уладите назревающий конфликт?

- находясь в автобусе, в компании друзей, вы что-то громко обсуждаете, вас попросили вести себя тише. Как на это отреагируете?

- кондуктор в грубой форме упрекнул вас в том, что вы стоите в проходе и мешаете движению пассажиров по автобусу. Как вы поведете себя в этой ситуации?

Вот мы и справились с этим заданием, спасибо ребята, а как вы думаете, как можно ещё преодолеть агрессию в себе? (ответы детей).

Возможные рекомендации:

10. Проговорить проблему в слух;
11. Необходимо несколько раз глубоко вдохнуть, если почувствовал гнев;
12. Не давать волю рукам, пока медленно не сосчитаешь до 10;
13. Подумать, что будет потом, представить последствия своего поведения;
14. Каждое утро давать себе обещание не вступать в конфликты;
15. Вечером подводить итоги прошедшего дня: хвалить себя, если день прошел спокойно; штрафовать себя за каждый срыв настроения и поведения;
16. Проводить закаливание организма, умываться холодной водой;
17. Тренировать волю.
18. «Выпустить пар» - прокричать, побить грушу

Вот и подошло занятие к концу, будете ли вы применять способы борьбы с агрессией и как? Какой способ больше вам по душе?

Ребята, хотите я расскажу вам необычную притчу?

*«Когда-то очень давно старый индеец рассказал внуку одну жизненную истину.*

*- В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков.*

*Один волк представляет зло – зависть, ревность, грубость, агрессию. Другой волк представляет добро – мир, любовь, верность, отзывчивость.*

*Маленький индеец, тронутый до глубины души словами своего деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил его:*

*- Дедушка, а какой волк в конце побеждает?*

*Старый индеец улыбнулся и ответил:*

*- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».*

*Я желаю, чтобы после нашего занятия, у вас не осталось сомнения в том, какого волка в себе вам нужно накормить!» Помните, что вы сами делаете выбор и несете ответственность, поэтому к этому нужно относиться серьезно.*

Рефлексия.

Скажите, то вам сегодня понравилось? Узнали ли вы что-то новое? Научились ли вы отказывать?

### **ЗАНЯТИЕ 3**

*Цель:* профилактика самоповреждающего поведения подростков.

*Материалы и оборудование:* веревка, мешочек с различными вещами, маленькие предметы: зеркальце, степлер, кисточка, пинцет, тетрадь и др. соответствующий числу участников, ватман, музыка.

#### **Ход работы:**

Приветствие.

Разминка.

### Упражнение «Найдено, тронуто».

Цель: создание условий для развития межличностного общения, а также развитие внимания.

Инструкция. Предлагаю хаотично разойтись по кабинету. Вам нужно внимательно слушать. Готовы! Тогда начнем.

Итак, найдите и коснитесь:

- чего-либо синего;
- холодного на ощупь;
- колючего;
- того, что весит примерно килограмм;
- квадратного;
- железного;
- красного;
- прозрачного;
- фиолетового;
- чего-нибудь из серебра;
- футболку;
- ручку;
- числа 18;
- слова «команда».

Молодцы ребята. Скажите, что вам помогло выполнить задание? Какие трудности испытали?

### Упражнение «Скала».

Цель: создание условий для выявления отношений в группе.

Как вы знаете человек, не имея опоры может упасть в любой момент.

На полу выложена из веревки кривая линия. Ваша задача выстроиться в шеренгу по контуру только, с одной стороны. Ребята вы должны встать так, чтобы ваши плечи сталкивались или же вы можете положить друг другу на

плечи ручки или же еще из вариантов сцепиться локтями. Таким образом, вы символизируете скалу – прочную, стойкую, непоколебимую. Запоминайте лишь с одной стороны твердая поверхность, с другой – пропасть.

Инструкция. Каждый по очереди держась за скалу пройдет по краю, так чтобы не заступать за линию пропасти. Дается 3 попытки.

Анализ упражнения:

Что оказалось сложным для вас?

Как трудно было удержаться на скале и почему?

Давайте поаплодируем друг другу, ведь вы молодцы все преодолели испытание. На созданную нами скале можно было удержаться лишь только если крепко схватившись за нее. Бывают разные ситуации, верно? Поэтому ваше умение «держаться» может помочь в преодолении различных трудных ситуаций, которым и будет посвящено наше сегодняшнее занятие.

Мозговой штурм «Что же такое жизнь...».

Цель: развитие осознания ценности жизни, а также развитие умения находить позитивные стороны жизни.

Инструкция. На ваших столах лежат звездочки, пожалуйста, запишите на них ассоциации к слову жизнь, что оно для вас значит. По очереди приклейте на ватман свои звездочки.

Обсуждение.

Скажите, а может ли наша жизнь состоять только лишь из радости или грусти? И почему?

Я подготовила для вас одну очень интересную фразу. Предлагаю вам подумать, что она означает и как же вы ее понимаете. «Оптимист думает, что жизнь – это радость и счастье. Пессимист, напротив, видит трагедию и печаль. Реалист уверен, что жизнь – это и радость, и печаль, и трагедия, и счастье».

(Ответы ребят).

Упражнение «Опускающийся потолок».

Цель: погружение в эмоции кризисной ситуации

Оборудование: веревка, тревожная музыка.

Инструкция. Сейчас мы отправимся в очень необычную комнату. Стены комнаты обозначены веревками. Дверь находится справа от вас. Ваша задача пантомимикой показать, как вы входите в абсолютно пустую комнату через дверь. Вас ничего не беспокоит, и ничего не предвещает беды, но неожиданно для вас потолок в комнате начинает медленно опускаться. Вы бежите к двери, но увы она не открывается. Ваши действия: кричите, стучите, завете на помощь, но никто не приходит. Потолок все ниже, вы в панике!

Ситуация должна быть проиграна в совершенной тишине, ни малейшего звука, кроме музыки. На весь эпизод дается 1 минута. Ребята прожить этот момент и передать все эмоции, которые вы могли бы ощутить в данной ситуации.

Анализ упражнения:

1. Ребята, получилось ли у вас погрузиться в данную ситуацию?
2. Смогли ли вы почувствовать те чувства, которые человек может испытать в такие моменты?
3. Какие чувства у вас после этого упражнения?
4. Чья пантомима вам понравилась больше всего?
5. Если вы окажетесь в сложной ситуации, что нужно сделать, чтобы найти выход из нее?

Выделяем поведенческие стратегии:

- 1) принять ситуацию какая она есть с ее неизбежным концом;
- 2) сопротивляться обстоятельствам, которые сильнее нас;
- 3) искать помощь;
- 4) бороться изо всех сил и найти единственный выход.

Ребята иногда кажется, что из ситуации нет выхода и нет спасения, но если бороться с ней и искать, то выход обязательно найдется.

Теория «Стратегии выхода из кризисной ситуации».

Расскажу вам об основных стратегиях, при помощи которых можно найти выход из любых ситуаций:

1. Преобразование. Принимаем какое-либо решение, ищем выход, ресурсы, не сидим на месте. Преобразование является самым эффективным методом.

2. Приспособление. Принятие ситуация, ожидание, что все изменится само по себе.

3. Поиск защиты. Поиск помощи от других людей. Чаще в данной стратегии человек становится агрессивным, если его не выслушать и не дать понять, что есть поддержка.

4. Саморазрушение. Самая неприемлемая стратегия, в которую входит алкоголизм, наркозависимость, суицид и др.

Поэтому ребята, призываю вас быть сильными и преобразовывать, искать выход и никогда не останавливаться.

Аутотренинг.

Мы подходим к завершению, и хочу поделиться с вами одной техникой. Давайте попробуем погрузиться в себя. Сейчас я включу спокойную музыку. Во время этого упражнения нельзя говорить, попробуйте сосредоточиться, если кому-то не захочется или не понравится упражнения не мешайте остальным просто закройте глазки или посидите в тишине никого не отвлекая. Прошу вас внимательно меня слушать не отвлекаясь.

Итак, сядьте поудобнее, закройте глазки.

Инструкция: ребята, сядьте так, чтобы вам было удобно, закройте глаза, старайтесь дышать ровно. Расслабьтесь! Вы чувствуете приятную тяжесть в своих ногах и руках, ваши веки становятся тяжелыми, дышите ровно и глубоко. Вы чувствуете приятное тепло в вашем теле, вы ощущаете приятную тяжесть в руках, ногах. Ваши веки становятся еще тяжелее... Дышите ровно и глубоко...



Вдох... Выдох... Вдох... Выдох... Вы перестаете ощущать свои ноги и руки, вы как будто парите в воздухе, вы ощущаете невероятную легкость, легкость, что вот-вот полетите... Перед вашими глазами всплывают самые приятные случаи из вашей жизни... Вы вспоминаете и видите перед собой самое приятное, самое хорошее, что случилось с вами за последнее время, вы видите ситуации, с которыми вы когда-то с успехом справились... Зарядитесь от них силой и уверенностью, энергией и бодростью... Почувствуйте уверенность в себе! Найдите место этой силе в вашем теле... Это ваш неисчерпаемый запас! Когда вам будет плохо, вы сможете обратиться к нему, и он вам поможет... Почувствуйте, как вы сильны! Насладитесь этим ощущением... Вы как будто стоите на высокой-высокой скале, и весь мир принадлежит вам! (дайте ребятам секунд 20-30) Это очень приятное ощущение!

Теперь представьте себе по очереди каждого из нас. Вы чувствуете себя полным бодрости и энергии. Сейчас я сочитаю до трех... И как только я произнесу слово «три», вы откроете глаза и будете ощущать себя свежим и бодрым, способным справиться с любыми невзгодами... Раз, два, три...

Анализ упражнения:

1. Какие чувства вы ощущали во время упражнения?
2. Получилось ли следовать за моим голосом?
3. Понравилось ли упражнение или же нет?

Рефлексия.

Скажите, то вам сегодня понравилось? Узнали ли вы что-то новое?  
Научились ли вы отказывать?

#### **ЗАНЯТИЕ 4**

*Цель:* создание условий для развития навыков самоанализа и самооценки.

*Материалы и оборудование:* ручки, листочки.

**Ход работы:**

Разминка

Упражнение «День бывает...».

Цель: активизация позитивного настроения на занятия.

Продолжить фразу:

День бывает...

Длинный, учебный, красочный, удачный, пасмурный, праздничный и т.д.

Упражнение выполняется по кругу (2–3 оборота).

Психолог. Сегодня мы с вами попробуем понять какая у нас у всех самооценка. Предлагаю игру.

Тест - игра «Самооценка».

Цель: выявление уровня самооценки у участников занятия

Изобразите в ряд 8 кружков, а затем быстро, не задумываясь вписать в один из кружков букву «Я». Теперь ребята, обратите внимания в каком из кружков у вас стоит буква. Мы можете никому не показывать свой результат. Чем ближе кружок с буквой расположен к левому краю, тем ниже его самооценка. Получившийся результат не стоит принимать серьезно.

Беседа.

Как вы думаете какая бывает самооценка?

(Ответы ребят)

Различают 3 уровня самооценки:

- самооценка реальная, которая соответствует действительности;
- завышенная самооценка;
- заниженная самооценка.

Скажите, как вы понимаете эти уровни? По мере того как называются эти уровни, учащиеся объясняют.

Как вы думаете от чего зависит ваша самооценка?

(Ответы ребят)

Психолог. Нужно понимать, что здорово если человек оценивает себя реально. Но если же он не верит и недооценивает себя, то как же к нему могут относиться окружающие его люди?

(Ответы ребят)

Дискуссия «Самое – самое».

Предлагаю вам записать на листочках, что для вас является важным и ценным в жизни. По завершению каждый озвучит, что написал.

На продиктованное школьниками задается вопрос.

Например, «Для тебя главным является здоровье, почему? (Ответ ребят).

Выводы.

Думаю, что все согласятся, что каждый человек должен полюбить себя, таким какой он есть на самом деле. Что еще может влиять на самооценку человека? Сможет ли человек искренни любить другого, если не умеет любить себя? Нужно ли гордиться своими поступками? (Ответы ребят)

Упражнение «Безусловное принятие себя».

Цель: формирование позитивного отношения к себе

Сейчас попрошу вас вслух самим себе сказать фразу: «Я принимаю себя таким, как я есть, со всеми достоинствами и недостатками. Я принимаю себя со всеми счастливыми моментами и радостями!»

Какие ощущения вызвали у вас эти слова? Легко ли их произносить? Что мешает принимать себя со своими достоинствами? Что помогает?

Теперь давайте произнесем другую фразу: «Я прощаю себя за... и снимаю условие, которое мешает моей безусловной любви. Теперь я люблю себя и принимаю таким, каков я есть».

Участники обмениваются впечатлениями от упражнения.

Рефлексия.

Что было интересным на сегодняшнем занятии? Сколько уровней самооценки и чем же они характеризуются? (Ответы ребят)

Спасибо за занятие, до свидания!

## ЗАНЯТИЕ 5

*Цель:* создание условий для формирования навыков конструктивного

### **Ход работы:**

#### Упражнение «Конфликт моими глазами».

*Цель:* актуализация информации относительно понятия конфликта.

У вас на столе лежат листочки, нарисуйте на них рисунок на тему «Как я представляю конфликт». После того как все закончат, попрошу рассказать вас о том, что вы нарисовали.

Обсуждение.

- Ребята что вы чувствовали во время работы?

- Ребята понравился ли вам рисунок, который вы нарисовали? а рисунки остальных?

#### Упражнение «Что такое конфликт?».

*Цель:* определение понятия «конфликт».

Ребята скажите, как вы думаете, что такое конфликт?

На доске записываем варианты ответов подростков, молодцы! Теперь скажите мне положительные и отрицательные стороны конфликта.

Подведение итогов. Вслух зачитываем результат написанного.

Информационное сообщение «Конфликт».

Итак, ребята, все вы относительно верно назвали определения. Хочу вам рассказать откуда же произошел данный термин. Конфликт с латинского означает столкновение. Какие могут быть конфликты между людьми? (Ответы подростков). Могут быть противоположные цели, интересы, позиции, что и приводят к конфликту?

Разные причины могут сподвигнуть на конфликтную ситуацию, например, такие причины как: недопонимание, отсутствие терпимости, эгоизм, склонность к сплетням, расхождение мнений и желаний.

### Упражнение «Ящик недоразумений».

Цель: создание условий для формирования навыков успешного выхода из конфликтов.

Я предлагаю вам разделить на группы, у нас есть такой интересный ящичек каждая команда выбирает из него одну ситуацию. Каждая ситуация – зарождение конфликта.

Ваша задача найти выход из ситуации, не доведя ее до конфликта.

1-я ситуация. Один ученик говорит другому: «За одной партой с тобой я никогда не буду сидеть: мне не удобно писать потому что ты ложишься на весь стол как слон!». Другой отвечает ... (допишите, проиграйте).

2-я ситуация. На уроке, все выполняли задания данные учителем, но вдруг один из учеников начинает сильно стучать карандашом по парте. Учительница сделала замечание: «Максим, перестань, не стучи, пожалуйста, и выполняй задания». Максим отвечает: «Да почему же опять я? Снова виноват! Вы видели, что это я?». – Какова будет реакция учительницы на слова Максима? - Как бы вы поступили в данной ситуации?

3-я ситуация. Мама, пришедшая с работы, сказала дочери: «Ну сколько можно тебе повторять? Приберись за собой, раскидала все, словно смерч пронесся! Не девочка, а несчастье какое-то! Говоришь, говоришь, а ей, как будто все равно!».

- Какая реакция будет у девочки?

- Как бы вы поступили на месте мамы?

4-я ситуация. Учитель проверял домашние работы. Подошла очередь Владимира. Учитель, проверяя работу ученика, сказал: «Ну что же это такое? Этот бездарь опять не сделал, как следует, написал в тетради так, что ничего не разберешь!».

- Какая реакция должна быть у ученика?

- Как бы вы сделали на месте учителя?

Таким образом, привычки, которые порождают конфликты: чрезмерная эмоциональность, агрессивность, требовательность, невнимание к нуждам и интересам других, неумение выслушать других.

#### Упражнение «Австралийский дождь».

Цель: создание условий для уменьшения психологической нагрузки участников.

Ребята давайте немного разомнемся, повторяйте за мной:

- в Австралии поднялся сильный ветер (потираем ладони);
- начинает капать дождь (хлопаем ладонями по груди);
- идет настоящий ливень (хлопаем по бедрам)
- а вот и град, настоящая буря (топот ногами);
- капли капаяют на землю (щелчок пальцами);
- тихий шелест листьев (потираем ладоней);
- солнце (поднимаем руки вверх).

#### Рефлексия.

Какими признаками порождается конфликт?

Как избежать конфликт?

### **ЗАНЯТИЕ 6**

*Цель:* развитие волевых качеств у учащихся.

*Материалы и оборудование:* свободная аудитория, аудиозапись, свободное помещение, листы бумаги А4, карандаши.

#### **Ход работы:**

#### Упражнение «Приветствие».

Цель: создание условий для снятия эмоционального напряжения.

Инструкция. Присядьте поудобнее и закройте глаза, представьте, что вы находитесь в таком тихом месте, где течет река и слышно пение птиц, теплый ветер гладит ваше лицо, светит яркое солнце, вам хорошо, как никогда, забудьте все негативные мысли, побудьте в тишине послушайте пение птиц, а теперь откройте глаза.

### Упражнение «Двойник».

Цель: формирование решительности у учащихся.

Инструкция. Предлагаю поиграть, ваша задача состоит в том, чтобы повторять все мои действия за исключением одного. Вместо этого жеста или действия вы должны придумать свой. Тот, кто ошибается, выбывает из игры и помогает мне находить нарушителей. Каждый придумает свое действие, не повторяет за другими.

### Упражнение «Смелость -Нерешительность».

Цель: оказание помощи учащимся в овладении навыками смелости и решительности.

Инструкция. Скажите, вы знаете как ведет себя человек смелый и решительный? А как тогда ведет себя нерешительный и застенчивый человек? А теперь покажите смелого и решительного человека пантомимикой.

### Упражнение «Что я могу».

Цель: создание условий для развития волевых качеств.

Инструкция. На листочках напишите фразу «Я могу...» и продолжите ее, не менее 20 предложений. Подчеркните из этого только то, что можете только вы. Давайте каждый поделится то что написали и подчеркнули.

### Рефлексия.

Скажите пожалуйста, что вам сегодня понравилось? Какое у вас настроение?

## **ЗАНЯТИЕ 7**

*Цель:* формирование позитивного отношения к собственной личности.

*Материалы и оборудование:* белые листы бумаги, разноцветные ручки.

### **Ход работы:**

Ритуал приветствия.

### Игра «Печатная машинка».

Цель: создание благоприятного настроения на работу.

Участники представляют, что они – большая пишущая машинка. Между участниками необходимо распределить буквы алфавита, они будут клавишами. Психолог говорит любое слово, например, «жизнь», задача ребят в порядке букв слова, хлопать в ладоши.

#### Упражнение «Знамение уверенности».

Цель: создание условий для позитивного принятия себя.

Психолог предлагает участникам закрыть глаза и представить любой предмет, растение или животное, который они видят в качестве символа собственной уверенности. Важно мысленно проработать этот образ в деталях, слиться с ним воедино.

Затем ребята рассказывают о своем символе, почему выбрали именно его.

#### Упражнение «В поиске друга».

Цель: создание условий для повышения уверенности в себе.

В течение 5 минут участники должны подготовить объявление в газету в заметки: «Ищу друга». Далее каждый участник презентует его. В итоге выбирается самое интересное объявление.

Обсуждение возникших затруднений.

#### Упражнение «Самоценность».

Цель: формирование позитивного самоотношения.

В центре листа необходимо нарисовать круг, с написанной внутри буквой «Я», а вокруг нарисовать еще кружки, количество по усмотрению. В этих кругах написать имена людей, которые говорили о вашей уникальности, ценности. От каждого имени нарисовать стрелки до своего «Я», рядом со стрелками написать кратко то, что говорили эти люди, можно использовать разноцветные ручки.

#### Упражнение «Я лучезарный».

Цель: повышение уровня самооценки.



Участники по очереди встают на стул, чтобы казаться выше других. Стоящие снизу поднимают руки вверх и как можно радостнее кричат «О, лучезарный!!!». Далее психолог спрашивает у стоящего на стуле, хочет ли он услышать еще что-нибудь о себе. Если участник еще то-то добавит, остальные так же эмоционально должны повторить.

#### Упражнение «Я в лучиках солнца».

Цель: осознание своих достоинств.

Необходимо нарисовать солнце с лучами, в его центре написать свое имя и схематично нарисовать себя. Вдоль лучиков опишите свои хорошие черты, достоинства, достижения.

#### Упражнение «Песня о себе».

Цель: создание условий для позитивного осознания своей личности.

На листе бумаги необходимо написать хвалебную песню о себе в 5-10 предложениях. Главное, хвалить себя, желать успехов, счастья, здоровья, любви.

Часто за какие-то наши поступки нам бывает стыдно, мы карим себя, волнуемся, переживаем. А почему? Потому что мы не умеем себя прощать. Прощение себя – это важный шаг на пути познания своего внутреннего мира. Давайте попробуем сейчас простить себе то, о чем вы переживаете.

#### Рефлексия.

- Чем сегодняшнее занятие было полезным?
- Изменилось ли ваше мнение о себе? Узнали ли что-то новое?
- Какие выводы сделали для себя?

## **ЗАНЯТИЕ 8**

*Цель:* создание условий для формирования умений противостоять давлению окружающих, выражать отказ оптимальными способами.

*Материалы и оборудование:* листочки бумаги с надписями «волк», «коза», «козленок», конверты, фломастеры, маленькие листочки бумаги, карточки с ситуациями.

### **Ход работы:**

#### Упражнение «Лишний тот, кто третий».

Цель: создание условий для снятия эмоционального напряжения у учащихся.

Инструкция. Предлагаю выбрать двоих человек на роль водящих. Первый догоняет, второй беглец. Остальные же участники, должны разбиться по парам, и встают друг за другом. Сформировавшиеся пары создают круг. Водящие бегают за созданным кругом. Если беглец остановился впереди одной из пар, то третий становится беглецом, который убегает от догоняющего. Если же «догоняющий» поймал «беглеца», то они меняются своими ролями.

#### Упражнение «Волк и семеро козлят».

Цель: создание условий для развития навыков противостояния давлению и умение отказывать окружающим.

*Материалы и оборудование:* листочки бумаги с надписями «волк», «коза», «козленок».

Инструкция. Предлагаю вам разделится на три группы, в соответствии с надписями, которые вы получили. Не показывайте карточки никому. Ребята, которые получили карточку «Козлята» идут в свой «дом», тем временем «волки и «козы» (не показывая своих бумажек) по очереди пытаются убедить козлят, что они «козы», которые пришли их накормить. Если же по ошибке в «дом» «козлята» запустили «волка», то он забирает 1-2 «козленка», если же «козу» не пустили, то 1-2 «козленка» «умирают» от голода.

#### Упражнение «Позаботимся о себе»

Цель: создание условий для осознания школьниками необходимости заботы о себе.

Материалы и оборудование: конверты, фломастеры, маленькие листочки бумаги.

Инструкция. На ваших столах лежат листочки, ваша задача написать на них как можно больше способов как можно защитить себя. Далее вам нужно положить листочки в конверт с надписью: «Забота о себе». Предлагаю обсудить то, что вы написали. (Обсуждение с ребятами).

#### Упражнение «Говорим нет».

Цель: формирование умений противостоять давлению группы.

Материалы и оборудование: карточки с ситуациями.

Инструкция. Ребята, у вас бывают такие ситуации, когда вы говорите «да» и делаете тем самым хуже себе, а сказав «нет», то делаете хуже другим? (Ответы ребят). Вы чувствуете себя виноватым, когда отказываете людям? Сейчас предлагаю разыграть ситуации, в которых нужно отказаться. Готовы? (Ответы ребят)

Примечание. Примеры ситуаций.

Ситуация 1. Зайдя в магазин, вы выбрали наушники, они вам очень понравились, продавец-консультант был очень вежлив, но наушники, выбранные вами, оказались дороже чем вы думали, хотя вам хватает денежных средств, но вы все же не уверены стоит ли их покупать. Консультант очень настойчиво предлагает вам их купить. Ваши действия?

Ситуация 2. Идя по улице к вам обращается незнакомый человек, он просит вас объяснить, как пройти до определенного места. Не поняв ваших объяснений просит вас проводить его до этого места; Ваши действия?

Ситуация 3. Ваш одноклассник не понял тему, так как отвлекался весь урок. Теперь он просит вас сделать за него задание. Ваши действия?

Молодцы, ребята, вы достойно справились с заданием, нашли правильные пути решения.

#### Рефлексия.

Скажите, то вам сегодня понравилось? Узнали ли вы что-то новое?  
Научились ли вы отказывать?

## **ЗАНЯТИЕ 9**

*Цель:* активизация навыков адекватного поведения у подростков.

*Материалы и оборудование:* фломастеры, листы бумаги А4, аудиозапись.

### **Ход работы:**

#### Упражнение «Зеркало».

Цель: создание доверительной атмосферы.

Участники делятся на пары, один человек принимает любую позу, второй  
- должен отзеркалить, стараясь понять ощущения другого, говоря о них вслух.

Далее участники делятся своим впечатлением.

#### Упражнение «Чемодан в дорогу».

Цель: актуализация полученных навыков и знаний.

Каждому участнику предлагается «собрать» чемодан в долгий  
жизненный путь. В чемодан складывается все, чему подростки научились на  
занятиях, в этот чемодан нужно сложить все то, что они познали,  
приобрели в ходе встреч. После сбора чемодан сдается психологу на хранение.

#### Упражнение «Эмпатия».

Цель: создание условий для повышения самооценки подростков.

Инструкция. Нам нужен один доброволец, который выйдет за дверь до  
приглашения его обратно. Другие участники стараются охарактеризовать  
вышедшего одноклассника только в положительном аспекте, все мнения ребят  
записываются. После чего приглашается наш доброволец. Его задача  
выслушать мнение о нем, которые дали одноклассники и определить кто же его  
сказал. Каждый попробует себя на месте добровольца.

#### Упражнение «Рисуем музыку».

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Материалы и оборудование: фломастеры, листы бумаги А4, аудиозапись.

Инструкция. Прослушав подобранные заранее музыкальную композицию, вы должны нарисовать те ассоциации, которые у вас возникли при ее прослушивании.

Обсуждение. Какие чувства у вас возникли при выполнении этого задания? Появлялись ли трудности?

#### Упражнение «Наши качества».

Цель: повышение уверенности у учащихся.

Материалы и оборудование: аудиозапись.

Инструкция. Предлагается всем участникам высказать лучшие качества, по его мнению, сидящему слева однокласснику.

«Прощание».

Инструкция. Вот и подошли наши занятия к концу. Очень важно, чтобы каждый из вас сделал выводы из проделанных уроков! Иногда нам приходится решать не простые задачи, возникающие на нашем жизненном пути. Я желаю всем вам быть осознанными при принятии решений и стараться понимать, что за этим решением может стоять. Будьте уверенными в своих силах и не бойтесь трудностей. Рада была с вами познакомиться, желаю успехов, до свидания!

#### Рефлексия.

Скажите, то вам сегодня понравилось? Узнали ли вы что-то новое? Научились ли вы отказывать?

## ПРИЛОЖЕНИЕ В

### Результаты повторной диагностики виктимного поведения подростков

Таблица В.1 - Результаты повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова)

№ п/п	Имя	1 шкала	2 шкала	3 шкала	4 шкала	5 шкала	6 шкала	7 шкала
1	Алиса	9	22	12	5	16	16	15
2	Андрей	3	6	11	4	11	12	11
3	Артём	9	21	18	6	16	18	16
4	Вячеслав	5	15	5	7	9	5	10
5	Данил В.	9	23	18	5	15	8	15
6	Данил И.	3	16	10	2	5	9	7
7	Илья	7	22	19	6	18	9	18
8	Сергей	7	23	19	7	17	9	17
9	Степан	9	23	18	7	15	11	15
10	Ульяна	4	17	9	6	7	11	9

Таблица В.2 – Результаты повторной диагностики подростков экспериментальной группы по методике «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко)

№ п/п	Имя	Уровень	Балл
1	Алиса	Высокий	195
2	Андрей	Низкий	120
3	Артём	Средний	150
4	Вячеслав	Низкий	132
5	Данил В.	Средний	144
6	Данил И.	Низкий	129
7	Илья	Средний	138
8	Сергей	Средний	151
9	Степан	Средний	140
10	Ульяна	Низкий	118

Таблица В.3 - Результаты повторной диагностики подростков контрольной группы по методике «Склонность к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова)

№ п/п	Имя	1 шкала	2 шкала	3 шкала	4 шкала	5 шкала	6 шкала	7 шкала
1	Дарья	2	2	3	3	11	11	3
2	Екатерина	1	1	1	4	6	4	3
3	Злата	2	3	1	1	4	4	4
4	Любовь	1	2	2	2	3	10	2
5	Михаил	2	15	1	2	2	2	2
6	Ринат	2	3	11	2	5	3	9

Таблица В.4 – Результаты повторной диагностики подростков контрольной группы по методике «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (авторы – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко)

№ п/п	Имя	Уровень	Балл
1	Дарья	Низкий	82
2	Екатерина	Низкий	71
3	Злата	Низкий	70
4	Любовь	Низкий	84
5	Михаил	Низкий	76
6	Ринат	Низкий	72