

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Кафедра психологии развития личности

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
Н.В. Басалаева
подпись инициалы, фамилия
« 17 » июня 2020 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
код-наименование направления

ДИАГНОСТИКА И ПРОФИЛАКТИКА ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ПОДРОСТКОВ

Руководитель Н.В. Басалаева зав. каф., канд. психол. наук Н.В. Басалаева
подпись, дата должность, ученая степень инициалы, фамилия

Выпускник М.Р. Губайдуллина М.Р. Губайдуллина
подпись, дата инициалы, фамилия

Лесосибирск 2020

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

Консультанты по
разделам:

_____	_____	_____
наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия
_____	_____	_____
наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия

Нормоконтролер



подпись, дата

Т.В. Шелкунова
инициалы, фамилия

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Диагностика и профилактика виктимного поведения подростков» содержит 53 страницы текстового документа, 48 использованных источников, 1 рисунок, 2 приложения.

ВИКТИМНОСТЬ, ВИКТИМНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, ПОДРОСТКИ.

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 33% испытуемых выявлены признаки виктимного поведения, у 19% школьников имеются тенденции к развитию склонности к виктимному поведению. Для них характерны 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 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 виктимного поведения подростков и его профилактики.....	8
1.1 Виктимное поведение: понятие, характеристика.....	8
1.2 Проявление виктимного поведения подростков.....	13
1.3 Методы профилактики виктимного поведения подростков.....	18
2 Экспериментальное изучение и профилактики виктимного поведения подростков.....	26
2.1 Организация и методы исследования.....	26
2.2 Анализ результатов исследования.....	30
2.3 Описание системы занятий по профилактике виктимного поведения подростков.....	38
Заключение.....	46
Список использованных источников.....	48
Приложение А Результаты диагностики склонности к виктимному поведению и личностных особенностей подростков.....	54
Приложение Б Система занятий, направленная на профилактику виктимного поведения подростков.....	60

ВВЕДЕНИЕ

Проблема диагностики и профилактики виктимности является одной из важнейших и актуальных проблем в настоящее время. Под виктимностью подразумевается склонность индивидуума становиться жертвой различных ситуаций в обыденной жизни. Данная проблема наиболее актуальна в подростковом возрасте в период от 12 до 14 лет.

Известно, что пубертатный период в жизни каждого человека является одним из самых сложных как в биологическом, так и в социальном плане. В биологическом – происходит активное созревание всех систем организма подростка. В социальном смысле – подросток идентифицирует себя со сверстниками, но, тем не менее пытается обособиться, найти в себе те черты, которые будут присущи только ему, делая его уникальным, непохожим на других. Повышенный уровень виктимности подростков определяется, во-первых, психофизическими качествами, такими как любопытство, жажда приключений, повышенная внушаемость, доверчивость, неумение выходить из конфликтной ситуации и т.д., во-вторых, социальными ролями, положением в семье, а также в системе отношений в социуме.

Наибольшее влияние на развитие виктимного поведения в подростковом возрасте оказывают следующие факторы: негативное воздействие взрослых на психику молодого поколения, рекламная пропаганда в СМИ, разные шоу-программы, разглашающие на всеобщее обозрение семейные драмы простых людей, зависимость от группы сверстников, диктующих свои моральные установки и ценности. Такое воздействие на чувствительную личность подростка, может привести к совершению антиобщественных поступков, ставя его в роль жертвы.

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

В связи с актуальностью проблемы цель нашего исследования: изучение виктимного поведения подростков и его профилактики.

Объект исследования: виктимное поведение как вид девиантного поведения.

Предмет исследования: виктимное поведение подростков и его профилактика.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме виктимного поведения подростков и его профилактики.
2. Провести экспериментальное исследование склонности к виктимному поведению у подростков.
3. Разработать и описать систему занятий, направленную на профилактику виктимного поведения у подростков.

Методы исследования:

- 1) анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования;
- 2) эмпирические методы: тестирование («Методика исследования склонности к виктимному поведению» (автор - О.О. Андронникова); «12-ти факторный опросник (для подростков)» (12 PF) (автор - Р.Б. Кеттелл); методика «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (автор - И.А. Дмитриева, И.А. Кибальченко);
- 3) методы качественной и количественной обработки результатов.

Методологической основой исследования выступили труды отечественных психологов по проблеме виктимного поведения (Андронникова О. О, Полубинский В. И.), труды, раскрывающие причины и сущность виктимного поведения в подростковом возрасте (Ерошенко А. Н., Кузнецова Л. Э.), работы исследователей, описывающие особенности профилактической работы с виктивными подростками (Волкова Т. Г., Левина Н. А.).

Экспериментальное исследование проводилось на базе МБОУ «Лицей» г. Лесосибирска. Выборка представлена подростками в возрасте 12 - 13 лет в количестве 21 человека.

Этапы исследования:

1 этап (октябрь - ноябрь 2019 г.) – изучение теоретических аспектов проблемы виктимного поведения подростков, определение категориального аппарата, определение методов и выборки экспериментального исследования.

2 этап (ноябрь – декабрь 2019 г.) – проведение экспериментального исследования склонности к виктимному поведению у подростков, анализ полученных результатов.

3 этап (январь – июнь 2020 г.) – разработка и описание системы занятий, направленных на профилактику виктимного поведения подростков.

Результаты исследования представлены на II Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития человека в современном обществе» (Лесосибирск, 2019). По теме работы опубликована 1 статья.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы состоит в том, что в работе проанализирован и систематизирован материал по проблеме виктимного поведения в подростковом возрасте, описаны особенности виктимного поведения, свойственные подросткам. Полученные в ходе исследования данные, а также предложенная система занятий может быть использована педагогом-психологом, родителями. 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 48 наименований, приложения. В данной работе содержится, 1 рисунок, 2 приложения. Общий объем работы составляет 53 страницы.

Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ И ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ

1.1 Виктимное поведение: понятие, характеристика

В современное 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 [23].

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 [33].

Существует множество вариантов определения понятия «виктимность», так, например, Л. В. Франк под виктимностью понимает «предрасположенность» людей, точнее, их умение при неких обстоятельствах стать потенциальной жертвой преступлений или же, другими словами, отсутствие способности человека попасть в опасную ситуацию там, где её можно было избежать [3]. В. И. Полубинский считает, что индивидуальная виктимность представляет собой свойство человека, которое определено его социальными, психологическими или биофизическими качествами (либо же их совокупностью), которые способствуют в определенных жизненных ситуациях формированию неких условий, из-за которых образуются возможности причинения ему ущерба, урона с помощью противоправных действий. Другими словами, виктимность

определенного индивида – это потенциальная способность индивида оказаться в роли жертвы преступления, в результате отрицательного взаимодействия его личностных качеств с внешними факторами [30; 36].

А. И. Долгова определяет виктимное поведение как набор свойств человека, включающих комплекс социальных, индивидуально-психологических и психофизиологических факторов, способствующих дезадаптивному стилю реагирования субъекта, которые, в свою очередь, приводят к нарушению не только физического, но и психоэмоционального здоровья [11].

О. О. Андронникова дала следующее определение по поводу виктимности. Виктимность определяется набором личностных свойств индивида, которые предопределены совокупностью следующих условий: психологических, общественных, биофизических. Перечисленные выше условия, могут привести человека к дезадаптивному стилю реагирования личности, (нарушение основных правил и норм общества, действующих в определенных условиях, например, на работе, в школе, в общественных местах и т.д.) [41]. В данном случае, отрицательно влияет на физическое и эмоционально-психическое здоровье человека. В конечном итоге, отклонение от принятых в социуме норм поведения, под влиянием психических, и моральных проявлений личности в обществе обозначается виктимностью [1; 48].

Как можно заметить, в определениях, указанных выше, включены следующие свойства личности: экспрессивность (выражается в импульсивности, безрассудстве), социальная дезадаптивность (нарушение взаимодействия индивида с окружающей его социальной средой), конформность, переживание униженности, стремление привлекать к себе внимание, беспечность виктивного поведения человека, которое проявляется в определенных жизненных ситуациях [31]. Так, например, О. О. Андронникова в своих работах выделяет следующие уровни виктимности, которые проявляются в жизни человека, склонного к виктимному поведению:

1. Нормальный уровень виктимности присущ тем личностям, которые характеризуются довольно хорошей адаптацией в обществе;
2. Среднестатистический уровень виктимности зависит от определенных социальных условий, а также утвержденных культурных и общественных норм виктимности;
3. Высокий уровень виктимности связан с нестандартными качествами человека, увеличивающими уровень уязвимости личности, а также уменьшают ее адаптацию в обществе [1].

Безусловно, что виктимность может проявляться в разных видах. В связи с этим, Л. В. Франк выделяет следующие виды виктимности:

1 Личностная виктимность. Данный вид проявляет себя как набор социальных, психологических свойств личности, которые дают возможность человеку стать жертвой определенного преступления.

2 Ролевая (профессиональная) виктимность. Данный вид характеризуется как «безличное» качество, признак, обусловленный реализацией личности неких общественных функций;

3 Социальная виктимность. Этот вид характеризуется присутствием в социуме преступности, которая, безусловно, толкает определенную личность в условие потенциальной жертвы [15].

Представленная выше классификация не является единственной в современной науке. Так, например, П. И. Юнацкевич классифицировал виктимность по следующим основаниям:

1) по проявлениям в различных жизненных ситуациях. Например, криминальная, политическая, экономическая, транспортная, бытовая, военная и др.

2) по доминирующим психологическим механизмам. Например, мотивационная, познавательная, эмоционально-волевая, смешанная.

3) по числу участвующих лиц. Например, индивидуальная, групповая, общественная или массовая.

4) в зависимости от отношения к профессиональной деятельности по обеспечению безопасности. Например, непрофессиональная или общегражданская и профессиональная.

5) по психологическому уровню виктимности. Например, слабовыраженная, средневыраженная и сильновыраженная.

6) по времени протекания выделяет ситуативную и относительно стабильную [46].

Л. В. Франк, помимо видов и типов виктимности и виктимного поведения, выделяет четыре подструктуры, которые взаимосвязаны между собой:

1. Свойства личности, определенные обществом (целенаправленность, мораль). Большое значение имеют те черты личности, которые, в свою очередь, проявляются в характере индивида. Например, по отношению к группе людей, определенному человеку, самому себе, своей работе и ценным вещам.

2. Опыт, приобретенный человеком собственными усилиями. Данный опыт заключен в знаниях, навыках, умениях, привычках, а также в уровне личной культуры. В условиях недостатка собственного жизненного опыта увеличивается уровень виктимности.

3. Индивидуальное течение психических процессов. Оно происходит в результате эмоциональной, а также волевой неустойчивости, стремления к независимости в пубертатном периоде.

4. Биологически обусловленные свойства личности. Включают в себя темперамент, инстинкт, органические патологические изменения [8; 21].

Стоит сказать, что в механизме школьной виктимизации личности подростка, И. Г. Малкина-Пых выделяет четыре компонента:

- ситуативный компонент виктимогенного характера – в качестве примера могут выступать причинение вреда, либо же участие в коллективной школьной драке, ссоры между одноклассниками и т.д.;

- виктимогенные индивидуально-психологические особенности ребенка – на первое место выступают в данном компоненте такие качества

личности как: дерзость, наглость и агрессивность в поведении, конфликтность в различных ситуациях или же повышенный уровень тревожности, преобладает чувство страха, неадекватная самооценка, отсутствие уверенности в себе и др.;

- специфическое психоэмоциональное состояние школьника.

Предопределяется эмоциональной возбужденностью, угнетенностью, а также депрессивным состоянием, при проявлении неврозов, фрустраций и др.;

- виктимогенное поведение. При данном поведении, первостепенным фактором является намеренное провоцирование определенного индивида на конфликт, драку, либо же наоборот, проявляется в демонстрации нерешительности, отсутствии уверенности в собственных силах и поступках [39; 43].

Безусловно, ситуативный компонент, как правило, является первостепенным аспектом в становлении виктимного поведения, а также в возникновении определенных виктимных ситуаций и их развитии [35].

Огромный вклад на протекание виктимизации у школьников подросткового возраста влияют: индивидуальные и психологические особенности, своеобразие в поведенческом и эмоциональном плане, в роли будущей жертвы, без установления которых обстоятельства, причины, а также условия школьной виктимизации не смогут быть полностью раскрыты. Другими словами, помимо ситуационных факторов, есть множество первичных и вторичных признаков личности, влияющих на ее виктимизацию [9; 18].

Таким образом, виктимное поведение – это такой вид отклоняющегося поведения, в процессе которого у индивида возрастает риск стать жертвой преступлений, конфликтных ситуаций или различных негативных обстоятельств. Виктимность 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.

1.2 Проявление виктимного поведения подростков

Чаще всего виктимному поведению подвержены подростки, поскольку наиболее негативными факторами повышенного уровня виктимности в данном возрастном периоде являются: отрицательное влияние взрослых на психику подростка, различные телевизионные программы, зависимость от группы сверстников или неформальных объединений подростков, формирующих антисоциальную установку личности [2; 5; 19]. В результате такого отрицательного влияния школьники прибегают к антисоциальным проступкам, а также ставят себя в положение жертвы [47].

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 [17].

Все это говорит о том, что у подростков появляются много проблемных ситуаций в жизни, часто с которыми они не могут справиться самостоятельно, особенно при вступлении в самостоятельную жизнь [29].

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 [27].

Обычно виктимогенные факторы могут представлять собой такие обстоятельства социальной жизни, которые влияют на развитие криминального сценария для жертв преступления [7; 28].

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; 8].

Безусловно, проявления виктимного поведения довольно разнообразны и особенны. Так, например, подросток, жалующийся учителям на своих сверстников или школьник намеренно идет на конфликт с более старшим и сильным человеком и т. д. Но данных людей нельзя подвести под категорию «глупцов, мазахистов». Дело в том, что такие люди попросту любят жаловаться на свою жизнь, а также привлекать к себе внимание, используя данное поведение. Можно предположить, что другими методами, способами они не в силах привлечь к себе внимания. Проблема в том, что, взяв на вооружение данный способ, человек не всегда вызывает жалость к себе, а из-за систематической виктимности по отношению к нему идет лишь презрение и агрессия [32].

Как правило, поведение жертв очень разнообразно, иногда они зависят от их психологических особенностей личности [40]. В среде подростков, которые предрасположены к виктимному поведению, кроме потенциальных жертв встречаются и потенциальные насильники, в определенной жизненной ситуации с рвением демонстрирующие не только агрессию, но и жестокость. Руководствуясь вышесказанным, М. В. Голубева выделяет следующие типы виктимного поведения: комфортное или соглашательское; эмоционально-

неустойчивое, демонстративное и вызывающее. Рассмотрим более подробно каждое из них.

Комформное или соглашательское – это поведение, при котором люди с полной готовностью принимают на себя роль жертвы, ждут по отношению к себе насилия, оскорблений, обмана, жестокости. Такие молодые люди, подростки обычно обладают робостью, склонностью к подчинению, обожествлением находящегося в окружении с ними насильника. Причиной этому могут стать сильные качества насильника, который может пойти на поступки, чуждые жертве. Для таких «жертв» характерны неадекватная, заниженная самооценка, неуверенность в себе, чувство собственной незначимости [13]. Стоит отметить, что таким индивидам присуще чувство молниеносной обиды на окружающее их общество, им нравится жаловаться, тем самым показывать себя со стороны «жертвы».

Эмоционально-неустойчивое, демонстративное и вызывающее поведение. Данный тип виктимного поведения чаще всего проявляется в агрессивности самой «жертвы», которая провоцирует. Этот тип наиболее характерен для школьников подросткового возраста и для людей, которые страдают инфантилизмом. Люди в социуме с таким вызывающим типом поведения чаще всего сами травят тех, кто слабее, а также часто берут на себя роль насильников и даже преступников. Подростки, имеющие наклонность к жестокому обращению, могут подавлять более слабых. В случае, когда соперник более силен, подростки, склонные к жестокости, берут на себя роль виктима.

Но существуют и исключения, возможно такое, что роль жертвы принимают на себя сильные, непоколебимые, надежные личности. Объяснением этому является то, что бывают обстоятельства, которые складываются так, что данные индивиды осознанно прибегают к жертве, с целью отстоять свои жизненные принципы, защитить близкое окружение и т.д. Но вопреки многим признакам виктимного поведения, жертвенность не будет являться виктимностью, так как чаще всего она оправдана [16].

По степени связи с преступным поведением В. А. Тулековым были описаны две формы проявления виктимности:

- а) эвентуальная виктимность;
- б) децидивная виктимность [21].

Сущностью эвентуальной виктимности является то, что при неоднозначном случае, в определенной ситуации существует вероятность стать жертвой преступления. Данная виктимность включает в себя совокупность причинно-обусловленных и причинно-сообразных девиаций. Чаще всего эвентуальная виктимность, характеризуется свойственными ей закономерностям, а также количеством виктимизации, определенных слоев и групп населения.

Децидивная виктимность включает в себя стадии подготовки, принятия виктимного решения, и виктимную активность. Можно сказать, что децидивная виктимность включает в себя девиации, которые, в свою очередь, выполняют функцию некоего «катализатора» определенных преступлений [25].

Под индивидуальной виктимностью А. В. Мумаев понимает набор взаимосвязанных личностных, а также ситуативных компонентов, которые развиваются из-за функционирования социальных, ролевых, гендерных особенностей определенной жертвы на виктимные свойства личности [30].

В. Е. Христенко раскрывает проблему ролевой виктимности как склонность человека в благополучных условиях проявлять определенный тип поведения жертвы. В основе данного поведения находятся рентные установки. Ролевая виктимность способна проявляться в виде устойчивой позиции, статусе жертвы, в поступках (социальной или игровой роли жертвы). Рентная установка – это состояние готовности личности к неопределенным реакциям извлечения выгоды (материальной, моральной) из неблагоприятной ситуации у человека. Реакция выгоды может возникать в условиях необоснованного, нестандартного внимания или помощи со стороны людей, находившихся рядом с человеком, у которого возникла проблемная ситуация. Все это изменяет в худшую сторону не

только личность человека, но и его поведение в социуме [44]. Особенности проявления рентных установок в поведении личности характеризуются в особом отношении к собственной проблемной ситуации, а также положению, в чрезмерных требованиях компенсаций существующего положения дел, в ощущении себя пострадавшим и беспомощным, в ориентации на страдания и в иждивенческих реакциях, инфантилизме, пассивности и т. п. [30].

Б.С. Лисовенко в своей работе описывает игровую и социальную роль жертвы. Рассмотрим каждую из них.

Игровая роль жертвы – это роль, которую берут на себя субъекты межличностного взаимодействия на основе свободных, ситуативных, взаимовыгодных поведенческих действий, которые, в свою очередь, согласуются с внутриличностными особенностями - признаками виктимности индивида, вписывающимися в определенную проигрываемую ситуацию [24].

Признаками игровой роли жертвы являются: искусство манипулирования, боязнь ответственности, инфантилизм, демонстративность, пластичность, экстернальность. Позиция жертвы заключается в устойчивом образовании, в котором реализована игровая роль жертвы. Данная роль выражается в сочетании укрепившихся в личности рентных установок. По ходу усиления игровой роли, рентные установки шаг за шагом деформируются. Однако признаки, как правило, сохраняются и акцентируются, их проявление носит довольно выраженный характер.

Социальная роль жертвы заключена в любом типе аутсайдерства, на фоне навязанных, но одновременно ситуативных отношений, которые приводят к стигматизации личности, обуславливающей деформацию возможностей построения его жизнедеятельности на разный временной период жизни человека. К личности, живущей с установками, что она является изгоем, окружающие ее люди в разной степени настроены «недружелюбно». При этом индивид зачастую обвиняет в случившемся жизненные обстоятельства, а также занимается обвинением, угнетением самого себя.

Безусловно, статус жертвы является стойким образованием, в котором устанавливается социальная роль жертвы, а также включает набор взаимосвязанных рентных установок. Рентные установки, в зависимости от особенности общественной роли, достаточно сильно влияют на поведение человека, а также ускоряют процесс деформации личности. Социальная роль отличается от игровой слабой выраженности рентных установок, отсутствуют манипулятивные компоненты, но, тем не менее, адаптация личности происходит с трудом, наблюдается конфликтное общение с другими людьми [33].

Таким образом, чаще всего виктимному поведению подвержены подростки. Проявление виктимного поведения в подростковом возрасте неоднозначно и проявляется в разных видах и формах. Существуют различия в поведении жертв, которые обусловлены их психологическими особенностями. Подростки с виктимным поведением отличаются такими характеристиками как: эмоциональная незрелость, неадекватная самооценка, неуверенность в себе, отсутствие самоконтроля, тревожность, депрессивность, неотъемлемое для данного периода чувство взрослости, повышенный уровень внушаемости, ведомость.

1.3 Методы профилактики виктимного поведения 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; 42].

Непосредственно сама психологическая профилактика – это деятельность психолога, направленная на сохранение, укрепление, а также развитие психологического здоровья ребенка на всех этапах возрастного периода [34]. Н. И. Рыжова отмечает, что профилактика – это действия, направленные на сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья ребенка [40]. В социальной педагогике под профилактикой понимается научно обоснованные и своевременно принятые действия, которые направлены на:

- устранение всевозможных отрицательных физических, психологических или же социокультурных ситуаций у детей, не достигших 18 лет;
- сохранение, а также поддержание и защита естественно нормального качества жизни и здоровья обучающегося;
- раскрытие внутреннего потенциала, содействие в достижении социально значимых целей для ребенка [34].

Если делинквентные действия в полной мере зависят от набора их элементов (преступник – жертва – ситуация), то и профилактика должна охватывать каждый ее элемент [38].

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. Соответственно, 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 [24].

Первичная профилактика подразумевает комплексное воздействие на все факторы виктимности и виктимного поведения (возрастные, личностные, ситуационные, социальные, педагогические и др.) [14; 26].

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) [20].

Вторичная профилактика предполагает оказание комплексной, учитывающий 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.) [24].

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 [26].

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, изучение 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.

В 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. Не стоит забывать, что 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 [36].

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 [37].

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 [45].

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 [22]. Кроме того, благодаря тренингу, подростки осваивают навыки рефлексивного поведения, учатся смысловой и оценочной интерпретации происходящих с ними событий и взаимоотношений с другими людьми [8].

Для оценки эффективности и результативности тренинга Д. Кирпатриков приводит 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 [2].

4. Сопровождение, подразумевающее социально-психологическую подготовку общества к различным негативным факторам. При анализе многообразия факторов, приводящих к виктимному поведению особое внимание следует уделить такому методу профилактики данного явления как социально-психологическое сопровождение. Данная форма профилактики виктимного поведения подразумевает собственно просветительскую и воспитательную работу.

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: санация 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 ПОДРОСТКОВ

2.1 Организация и методы исследования

Целью экспериментального исследования является диагностика и профилактика виктимного поведения подростков.

Экспериментальное исследование проводилось на базе МБОУ «Лицей» г. Лесосибирска. Выборка представлена подростками в возрасте 12 - 13 лет в количестве 21 человека.

Этапы экспериментального исследования:

1 этап (ноябрь 2019 г.) – определение методов и выборки экспериментального исследования виктимного поведения подростков.

2 этап (ноябрь – декабрь 2019 г.) – проведение экспериментального исследования склонности к виктимному поведению у подростков, анализ полученных результатов.

3 этап (январь – июнь 2020 г.) – разработка и описание системы занятий, направленных на профилактику виктимного поведения подростков.

В качестве диагностического инструментария нами использовались следующие методики исследования:

1. Методика «Исследования склонности к виктимному поведению» (автор - О. О. Андронникова);

2. Методика «12-ти факторный опросник (для подростков)» (12 PF) (автор - Р. Б. Кеттелл);

3. Методика «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (автор - И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко).

Ниже опишем перечисленные методики.

1. Методика «Методика исследования склонности к виктимному поведению» (автор - О. О. Андронникова).

Цель: измерение склонности подростков к осуществлению разных форм виктимного поведения [10].

Инструкция: «Вам предлагается анкета, состоящая из 86 утверждений, каждое из них касается Вашего характера и личности, поведения и поступков и т. д. Ваша задача указать свое согласие (+) и/или не согласие (-) с утверждениями. Внимательно читайте, необходимо дать ответы на все вопросы. Имейте в виду, что не существует «правильных» и «неправильных» ответов. Постарайтесь давать свои ответы точно и правдиво. Не задумывайтесь над вопросом, постарайтесь как можно быстро решить, что для Вас ближе к истине. Пожалуйста, не делайте никаких замечаний в тексте инструкции».

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.

Обработка. В процессе первичной обработки получаем «сырые» оценки. Для того чтобы получить «сырые» баллы, подсчитываются количество совпавших с «ключом» ответов. Вторым этапом перевод первичных оценок в стандартные оценки с помощью таблицы. Особое внимание следует уделить шкалам № 1, № 7. В зависимости от результатов в данных шкалах будет известно

о достоверности ответов, а также о уровне присутствия определенного вида поведенческих реакций.

2. Методика «12-ти факторный опросник (для подростков)» (12 PF) (автор - Р. Б. Кеттелл).

Цель: оценка индивидуально-психологических особенностей личности.

Инструкция: «Перед вами ряд вопросов в каждом из которых два варианта ответа, но лишь в факторе В – по три варианта ответа. В данном тесте нет «правильных» или «не правильных» ответов. Обратите внимания, что вопросы состоят из двух частей разделенные союзом «или». Вам необходимо выбрать один из предлагаемых вариантов, который наиболее подходит для Вас. Не нужно долго думать над предложенными вопросами».

В структуре методики 12 первичных факторов:

1. Фактор А (замкнутость – общительность);
2. Фактор В (вербальный интеллект);
3. Фактор С (неуверенность в себе – уверенность в себе);
4. Фактор D (сдержанность – возбужденность);
5. Фактор Е (подчиненность – самостоятельность);
6. Фактор F (осторожность – склонность к риску);
7. Фактор G (несобранность – обязательность);
8. Фактор H (социальная робость – социальная смелость);
9. Фактор I (практицизм – чувствительность);
10. Фактор O (спокойствие – тревожность);
11. Фактор Q3 (Низкий самоконтроль – высокий самоконтроль);
12. Фактор Q4 (расслабленность – напряженность).

Обработка. Для подсчета первичных «сырых» баллов необходимо каждый ответ испытуемого соотнести с ключом, при каждом совпадении начисляется 1 балл. Количество баллов с двух частей теста суммируются. Для перевода «сырых» баллов в стандартную шкалу «стен» необходимо соотнести первичные баллы с нормативными данными предложенными в таблице.

Стоит отметить, что важным является и то, насколько сами подростки умеют анализировать свое поведение, а также оценивают уровень своей потенциальной виктимности.

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

Цель: изучение потенциальной индивидуальной виктимности.

Методика содержит в себе 36 вопросов, которые нужно оценить по пяти бальной шкале.

Инструкция: «Ответьте, пожалуйста, на ряд утверждений. На бланке ответов напротив номера вопроса, Вам необходимо, поставить цифру, соответствующую выбранному варианту Вашего ответа. Просим, долго не размышлять над каждым утверждением. В данном тесте не существует «правильный» и «не правильных» ответов».

Варианты ответов:

- 1 – не верно;
- 2 – скорее не верно;
- 3 – затрудняюсь ответить;
- 4 – скорее верно;
- 5 – верно.

Методика оценивает 3 уровня потенциальной индивидуальной виктимности:

1. Низкий уровень;
2. Средний уровень;
3. Высокий уровень.

Обработка. Интерпретация результатов проходит в 3 этапа. Суммируются баллы прямых, обратных и симметричных заданий. В зависимости от выбранного варианта ответа начисляется соответствующий шкале балл.

Таким образом, «Методика исследования склонности к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова), «12-ти факторный личностный

опросник (для подростков)» (12 PF) (автор – Р. Б. Кеттелл) и методика «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (автор – И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко) предоставляют возможность проведения диагностического исследования склонности подростков к виктимному поведению, а также на основе полученных нами результатов провести ряд профилактических занятий.

Ниже опишем результаты экспериментального исследования.

2.2 Анализ результатов исследования

Рассмотрим полученные нами результаты диагностического обследования подростков по «Методике исследования склонности к виктимному поведению» (автор – О. О. Андронникова). Полученные результаты в баллах описаны и представлены в приложении А (таблица А.1).

Анализируя полученные результаты по шкале «социальная желательность ответов», установлено, что низкий уровень имеют 6 человек (28%), средний – 13 человек (62%), высокий – 2 человека (10%). Большинство ответов со средним значением, следовательно, в ответах подростков присутствует доля неправды.

По шкале «агрессивное поведение» зафиксировано, что с низким уровнем нет подростков, со средним уровнем – 16 человек (76%) и с высоким уровнем – 5 человек (24%). Для школьников с высоким уровнем виктимности 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 средний уровень выявлен у 11 человек (52%), что свидетельствует

о присутствии склонности к самоповреждающему поведению, но такое поведение не доминирует у подростков, набравших среднее значение. Высокий уровень характерен для 10 человек (48%). Данный факт говорит о том, что присутствует жертвенность у подростков, они способны своим поведением или просьбой причинить самому себе вред, склонны намерено провоцировать насильников.

Проанализировав результаты по шкале «склонность к гиперсоциальному поведению», мы пришли к выводу, что с низким уровнем выявлен 1 человек (5%). Он характеризуется пассивностью, равнодушием ко всему окружающему их, чаще всего изолированы, не вовлечены в общественную жизнь. Со средним уровнем – 8 человек (38%) и с высоким уровнем – 12 человек (57%). Данным подросткам присуще жертвенное поведение, но общественно одобряемое, а также ожидаемое. Чаще всего у таких подростков завышенная самооценка, для них недопустимо нарушение социального порядка, поэтому они зачастую не могут пройти мимо и не вмешаться в конфликтную ситуацию. Они решительны, рискованные, излишне смелые и искренние.

По шкале «склонность к зависимому и беспомощному поведению» выявлены следующие результаты. Низкий уровень отмечен у 1 человека (5%). Для него характерным является независимость и обособленность в поведении, чаще всего выделяется из группы сверстников, конфликтен, авторитарен. При этом он внутренне очень ранимый, поэтому старается обособиться за счет других. Высокий уровень выявлен у 5 человек (24%), что свидетельствует о неумении оказывать сопротивления в силу различных причин. 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. Со средним значением – 15 человек, что в процентном соотношении составило 71%.

По шкале «склонность к некритичному поведению» зафиксирован низкий уровень 1 человека (5%), что свидетельствует об особой осторожности, вдумчивости, пассивности подростка. Высокий уровень выявлен у 3 человек (14%). Данный факт говорит о том, что они неосмотрительны, отсутствует умение анализировать жизненные ситуации, неосторожны. Со средним уровнем – 17 человек, что составило 81%.

По шкале «реализованная виктимность» с низким уровнем выявлено 5 человек (24%). Это говорит о том, что школьники избегают опасных ситуаций, относительно редко попадают в сложные ситуации. Кроме того, 3 человека (14%) имеют высокий уровень. Данный факт свидетельствует о том, что часто подростки попадают в опасные для жизни ситуации, присутствует агрессивное, необдуманное, спонтанное поведение. Со средним уровнем – 13 человек, что составило 62%.

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

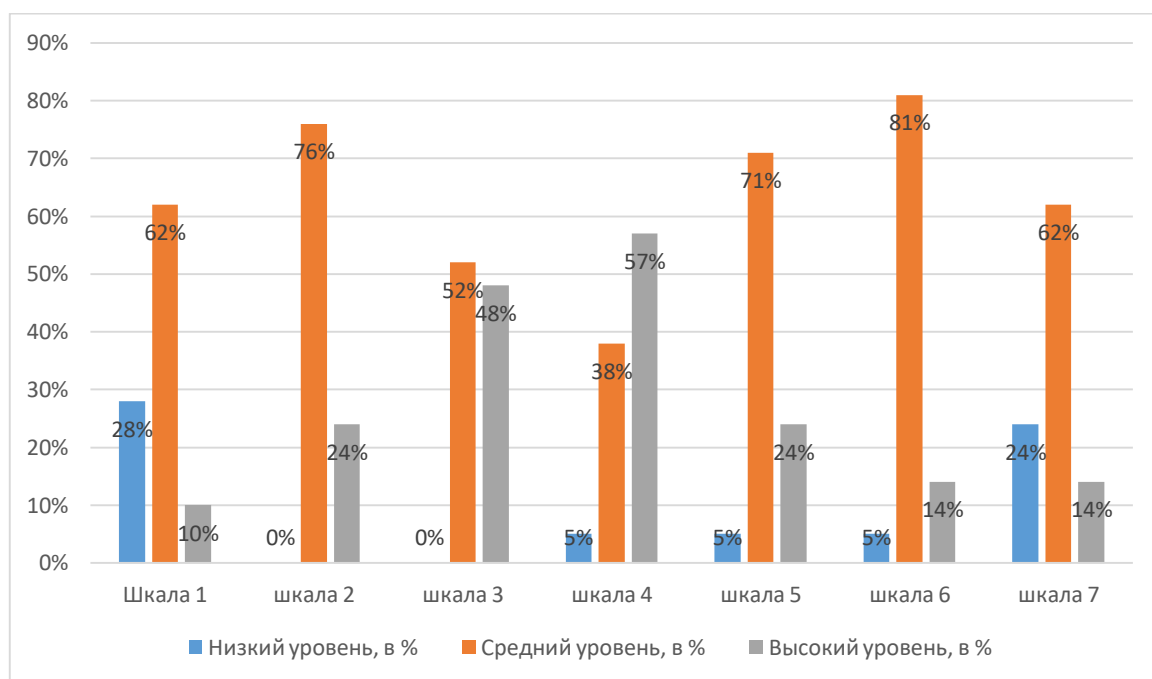


Рисунок 1 – Результаты диагностики склонности к виктимному поведению подростков

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

Стоит отметить, что важным является и умение самих подростков рефлексировать, анализировать присутствие в себе виктимного поведения. Для выявления умений рефлексировать выделенной нами группы мы использовали методику «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности». Полученные результаты диагностики представлены в приложении А (таблица А.2).

В процессе анализа полученных результатов диагностического исследования нами было выявлено, что 1 школьник (5%) имеет 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 1 человека (5%). Это говорит о том, что вероятность попадания в трудные жизни ситуации малы и осознаны.

Таким образом, обобщая результаты, полученные по методикам «Методика исследования склонности к виктимному поведению» (автор - О. О. Андронников) и «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (автор - И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко), мы условно выделили 3 группы подростков:

1 группа – «группа риска», подростки с выраженными признаками виктимного поведения. Высокий уровень по трем и более шкалам установлен у 33% школьников от числа испытуемых: Вадим И., Диана Л., Данис Т., Дарья П., Анастасия Г., Анастасия С., Анна Я.,

2 группа – школьники, имеющие тенденции к развитию склонности к виктимному поведению. По двум шкалам высокий уровень выявлен у 19% подростков от числа испытуемых: Денис К., Алина Т., Вячеслав Т., Никита Т.,

3 группа - подростки с низким уровнем виктимизации, что составило 48% от числа обследуемых.

Однако, как было сказано выше, важным является и характерологические особенности личности. В связи с этим мы провели обследование по методике «12-ти факторный личностный опросник (для подростков)» (12 PF) (автор – Р. Б. Кеттелл). Полученные в ходе диагностики данные представлены в приложении А (таблица А.3).

Анализируя полученные результаты по фактору А (замкнутость – общительность), с низким уровнем выявлено 43% испытуемых (Данис Т., Дарья П., Анастасия Г., Диана Л. И. др.). Для них характерна чрезмерная обидчивость, часто такие подростки недоверчивы, упрямые, склонны к одиночеству. Также они не склонны идти на компромисс, бывают жестокими. Со средним уровнем выявлено 57% подростков. Высокий уровень по фактору А не диагностирован.

Проанализировав результаты диагностического обследования, мы пришли к выводу, что высокие показатели по фактору В (вербальный интеллект) выявлены у 62% (Данис Т, Дарья П., Диана Л., Анастасия Г., Анна Я., Вячеслав Т., Никита Т. и др.). Данный факт свидетельствует об умении подростков обобщать, выделять частное из общего, о владении математическими операциями, о гибкости в усвоении новых знаний. Средний уровень характерен для 33% испытуемых. Подростков с низким уровнем по этому фактору выявлено 5%. Это говорит нам о том, что часто у школьников отмечается плохое внимание, повышенная утомляемость.

По фактору С (неуверенность в себе – уверенность в себе) были установлены следующие особенности. Низкий уровень выявлен у 24% испытуемых (Дарья П., Диана Л., Анастасия Г. и др.). Данный факт свидетельствует о том, что подростки данной группы плохо контролируют свои эмоции, остро реагируют на неудачи, а также часто чувствуют себя беспомощными, не способны справиться с трудными жизненными ситуациями. Высокий уровень выявлен у 5% школьников (Никита Т.), значение данного

фактора отражают уверенность в себе, спокойствие, стабильность, не поддается случайным колебаниям настроения.

Проанализировав результаты по фактору D (сдержанность – возбужденность), высокий уровень диагностирован у 14% подростков (Денис К., Анна Я., Варвара О.). Данный факт свидетельствует о том, что испытуемые чрезмерно активны и самонадеянны. Для них характерны моторное (постоянное) беспокойство, отвлекаемость, недостаточная концентрация внимания. Низкий уровень по данному фактору выявлен у 24% обследуемых (Анастасия Г., Никита Т., Вероника Б. и др.). Это говорит нам о том, что школьники данной группы эмоционально уравновешенны, сдержанны, а также хорошо владеют собой. Со средним уровнем выявлено 62% испытуемых.

Проведя анализ результатов по фактору E (подчиненность – самостоятельность), нами выявлено с низким уровнем 24 % испытуемых (Алина Т., Диана Л., Вячеслав Т.). Это свидетельствует о неумении самостоятельно решать проблемные ситуации. Чаще всего такие подростки руководствуются мнением окружающих, а также у них отсутствует вера в себя и в свои возможности. Высокий уровень по данному фактору показали 5% обследуемых (Никита Т.), что говорит нам о стремлении подростка к лидерству, доминированию, к самоутверждению, самостоятельности и независимости.

По фактору F (осторожность – склонность к риску) высокий уровень выявлен у 14% обследуемых (Анна Я., Анастасия С., Варвара О.). Для них характерны такие особенности как: энергичность, активность, отсутствие страха в ситуации повышенного риска, а также им, как правило, присущи переоценка своих возможностей и чрезмерный оптимизм. С низким уровнем диагностировано 5% подростков (Анастасия Г.), что свидетельствует об умении планировать свои действия серьезно и осторожно.

По фактору G (несобранность – обязательность) было выявлено 9,5% подростков с высоким уровнем (Алина Т., Анастасия С.). Данный факт говорит о том, что школьники данной группы аккуратны в деталях, любят порядок,

стремятся не нарушать правила и обладают хорошим самоконтролем. Обследуемых с низким уровнем не выявлено. Средний уровень по данному фактору составил 81% от числа испытуемых. Низкий уровень выявлен у 9,5% испытуемых (Анастасия Г.). Это свидетельствует о том, что подросток не проявляет интереса к общественным нормам и не прилагает усилий для их выполнения.

Анализируя полученные результаты по фактору Н (социальная робость – социальная смелость), выявлено 5 человек с высоким уровнем, что составило 24% (Никита Т., Вячеслав Т., Анастасия С., Алина Т., Денис К.). Этот факт говорит нам о смелости в общении, решительности, отсутствии чувствительности к угрозам и опасности, также такие подростки имеют тягу к рискам и острым ощущениям. Низкий уровень продемонстрировали 19% обследуемых (Диана Л., Анастасия Г.). Для них характерна острая реакция на любые угрозы, зачастую они робкие, застенчивые и неуверенные в своих силах.

Проанализировав результаты по фактору I (практицизм – чувствительность), нами было выявлено 19% подростков с низким уровнем (Вячеслав Т., Никита Т., Мария К., Иван К.). Эти подростки независимы, придерживаются собственной точки зрения, склонны принимать на себя ответственность за происходящее. Высокий уровень по фактору I продемонстрировали 14% испытуемых (Алина Т., Екатерина К, Леонид М.). Школьники с высокой оценкой по данному фактору мягкие, сентиментальные, доверчивые, нуждающийся в поддержке, в большой степени подвержены влиянию внешней среды.

По фактору О (спокойствие – тревожность) с высоким уровнем выявлено 33% (Анастасия Г., Диана Л., Денис К., Данис Т. и др.). Это свидетельствует о присутствии тревоги или депрессии, обычно такие подростки подавлены, неуверенные в себе, недооценивают собственные возможности. Низкий уровень диагностирован у 5% обследуемых (Никита Т.). Для него характерны

спокойствие, вера в себя, отсутствует предрасположенность к страхам, самоупрекам и раскаиванию.

Анализируя результаты по фактору Q3 (низкий самоконтроль – высокий самоконтроль), низкий уровень отмечен у 33% испытуемых (Денис К., Анастасия Г. и др.). Следовательно, для них характерно слабоволие, отсутствие самоконтроля. Высокий уровень по данному фактору выявлено 5%, что свидетельствует об организованности, умении контролировать свои эмоции и поведение. Такие личности способны эффективно управлять своей энергией и умеют хорошо планировать свою жизнь. Они думают, прежде чем действовать, упорно преодолевают препятствия, не останавливаются при столкновении с трудными проблемами, склонны доводить начатое дело до конца и не дают обещания, которые не могут выполнить. Подобные люди хорошо осознают социальные требования и заботятся о своей общественной репутации. Со средним уровнем диагностировано 82% обследуемых.

По фактору Q4 (расслабленность – напряженность) выявлено 9% подростков с высоким уровнем (Анастасия Г., Екатерина К.). Это свидетельствует об эмоциональной неустойчивости с преобладанием пониженного настроения, раздражительность, проблемы со сном, негативное отношение к критике, повышенная напряженность. По данному фактору низкого уровня не выявлено, средний уровень характерен для 91% респондентов.

Таким образом, проанализировав результаты, полученные по методике «12-ти факторный личностный опросник (для подростков)» (12 PF) (автор – Р. Б. Кеттелл), мы отмечаем, что для 1 группы («группы риска») характерны такие особенности как: скрытность, подозрительность к окружающим, упрямство. Такие подростки часто конфликтны и агрессивны. Они отличаются повышенной тревожностью, депрессивностью. Подростки 2 группы (с тенденциями к развитию склонности к виктимному поведению) отличаются неуверенностью в себе, ранимостью. Они обидчивы, зависимы от чужого мнения, эмоционально неустойчивы. Школьники 3 группы (с низким уровнем виктимизации)

отличаются тем, что они легки в общении, открыты к окружающим, мобильны. Для них не составит трудности завести новых друзей. Подростки данной группы умеют сотрудничать, находить компромисс при необходимости.

Проанализировав результаты проведенного нами экспериментального исследования по изучению склонности подростков к виктимному поведению, мы условно распределили учащихся на 3 группы: 1 группа «группа риска» (33%) – подростки с выраженными признаками виктимного поведения. Они характеризуются такими особенностями, как: утомляемость, рассеянность внимания, смелость, решительность, тяга к риску и острым ощущениям, депрессивность, тревожность, беспокойство, невротичность. Для 2 группы (19%) школьников, имеющих тенденции к развитию склонности к виктимному поведению характерны следующие особенности: недоверчивость, обидчивость, беспомощность, усталость, импульсивность, капризность, послушность, зависимость, комформность. Испытуемые 3 группы (48%, с низким уровнем виктимизации) имеют следующие особенности: общительность, уверенность в себе, открытость, высокий самоконтроль, ответственность, эмоциональная стабильность.

Результаты исследования свидетельствуют о необходимости целенаправленной работы педагога-психолога по профилактике склонности к виктимному поведению у подростков.

2.3 Описание системы занятий по профилактике виктимного поведения подростков

При организации профилактической работы и составлении системы занятий с подростками были учтены результаты диагностического обследования.

Целью профилактической работы является создание условий для предупреждения виктимного поведения подростков с помощью обучения школьников способам преодоления провоцирующего поведения, формирование самоконтроля.

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 [45].

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.

Одним из обязательных процедур в каждом из занятий является групповая рефлексия, приветствие и прощание. Важно обращать внимания на обратную связь, которая является инструментом, дающим представление психологу о уровне достижения поставленной цели, выявление проблемной ситуации. Обратная связь в процессе проведения занятий осуществлялась устно в форме рефлексии.

План системы занятий имеет следующие темы:

1. Занятие 1 «Как не стать жертвой»
2. Занятие 2 «Как не причинить вреда другому!?»
3. Занятие 3 «Ценности жизни»
4. Занятие 4 «Самооценка»
5. Занятие 5 «Я и конфликты!»
6. Занятие 6 «Я храбрый»
7. Занятие 7 «Вернем уверенность!»
8. Занятие 8 «Скажи насилию - нет»
9. Занятие 9 «Прощание»

Так, например, детально рассмотрим занятие 2, которое соответствует поставленным целям, задачам, требованиям общей профилактической работы.

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 12 – 13 лет

Форма работы, численность: групповая, 21 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 думаете, о чем мы сегодня будем говорить? (ответы детей)

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).

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. Необходимо несколько раз глубоко вдохнуть, если почувствовал гнев;
 3. Не давать волю рукам, пока медленно не сосчитаешь до 10;
 4. Подумать, что будет потом, представить последствия своего поведения;
 5. Каждое утро давать себе обещание не вступать в конфликты;
 6. Вечером подводить итоги прошедшего дня: хвалить себя, если день прошел спокойно; штрафовать себя за каждый срыв настроения и поведения;
 7. Проводить закаливание организма, умываться холодной водой;
 8. Тренировать волю.
 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 интересную коротенькую историю?

«Когда-то давно старый индеец открыл своему 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 деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

- А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец улыбнулся и ответил:

- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».

Я очень хочу, чтобы после нашего занятия, у вас не было сомнения в том, какого волка в себе вам нужно кормить!» Помните, что мы сами делаем выбор

и несем ответственность за него, 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.

Занятия 1, 3-9 представлены в приложении Б.

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

Таким образом, разработанная нами система занятий может служить ориентиром для педагога-психолога при организации профилактики виктимного поведения подростков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования виктимного поведения, мы пришли к выводу, что виктимное поведение – это такой вид отклоняющегося поведения, в процессе которого у индивида возрастает риск стать жертвой преступлений, конфликтных ситуаций или различных негативных обстоятельств. Виктимность может подразделяться на следующие виды: личностная, ролевая и социальная. Кроме того, различают такие подструктуры как: свойства личности, опыт, индивидуальное течение психических процессов и биологические свойства личности.

Данному виду поведения, чаще всего, подвержены подростки. Виктимное поведение в пубертатном периоде проявляется неоднозначно, в разных видах и формах. 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 организовано экспериментальное исследование, направленное на изучение склонности к виктимному поведению подростков. Выборка представлена подростками шестого класса в количестве 21 человека. В качестве

диагностического инструментария использованы методики: «Методика исследования склонности к виктимному поведению» (автор - О. О. Андронникова); методика «12-ти факторный личностный опросник (для подростков)» (12 PF) (автор - Р. Б. Кеттелл); методика «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности» (автор - И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко).

Анализируя результаты проведенного нами экспериментального исследования по изучению склонности подростков к виктимному поведению, мы условно распределили учащихся на 3 группы: 1 группа (33%) - «группа риска», подростки с выраженными признаками виктимного поведения. Они характеризуются такими особенностями как: утомляемость, рассеянность внимания, смелость, решительность, тяга к риску и острым ощущениям, депрессивность, тревожность, беспокойство, невротичность. Для 2 группы (19%) школьников, имеющих тенденции к развитию склонности к виктимному поведению, характерны следующие особенности: недоверчивость, обидчивость, беспомощность, усталость, импульсивность, капризность, послушность, зависимость, комформность. Испытуемые 3 группы (48%, с низким уровнем виктимизации) имеют следующие психологические особенности: общительность, уверенность в себе, открытость, высокий самоконтроль, ответственность, эмоциональная стабильность.

На основе полученных результатов нами разработана система занятий, направленная на профилактику виктимного поведения подростков.

Результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод, что понимание и осознание психологических особенностей подростков со склонностью к виктимному поведению, и грамотно организованная первичная профилактика будет способствовать предупреждению виктимизации 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. Ахмадиева, Л. Р. Оценка психологических показателей эффективности профессионального тренинга [Электронный ресурс] / Л. Р. Ахмадиева. – Режим доступа: <http://nauka-pedagogika.com/psihologiya-19-00-03/dissertaciya-otsenka-psihologicheskikh-pokazateley-effektivnosti-professionalnogo-treninga>.
4. Баймешова, А. Б. О профилактике виктимной личности юношеского возраста / А. Б. Баймешова, Н. Н. Биктина // Вестник магистратуры. – 2015. – № 6-1. – 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. Виктимность и виктимологическая профилактика : Материалы круглого стола по дисциплине «Психология отклоняющегося поведения». – Тверь : Твер. гос. ун-т, 2019. – 71 с.
9. Голубева, М. В. Виктимность : понятие в психологии, причины и типы виктимного поведения [Электронный ресурс] / М. В. Голубева. – Режим доступа : <https://psychologist.tips/2522-viktimnost-ponyatie-v-psihologii-prichiny-i-tipy-viktimnogo-povedeniya.html#i>
10. Голубь, М. С. Модель педагогического предупреждения виктимизации и насилия над подростками / М. С. Голубь // Общество: социология, психология, педагогика. – 2018. – № 5. – С. 104–107.
11. Долгова, А. И. Криминология: 4-е изд., перераб. и доп. / А. И. Долгова. – Москва : Норма : ИНФРА-М, 2019. – 368 с.
12. Думанская, Е. И. Обусловленность индивидуальной виктимности неосознаваемыми установками [Электронный ресурс] / Е. И. Думанская. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/obuslovlennost-individualnoy-viktimnosti-neosoznavaemymi-ustanovkami>
13. Егорова, А. В. Меры виктимологической защиты детей в различных жизненных ситуациях / А. В. Егорова // Виктимность и виктимологическая профилактика : Материалы круглого стола по дисциплине «Психология отклоняющегося поведения». – Тверь : Твер. гос. ун-т, 2019. – С. 13–16.
14. 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.
15. Защита детей от жестокого обращения / Под ред. Е. Н. Волковой. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 13 с.
16. Зиновьева, Н. О. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации / Н. О. Зиновьева, Н. Ф. Михайлова. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. – 248 с.

17. Змановская, Е. В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения / Е. В. Змановская. – Москва : Академия, 2003 – 288 с.
18. Колесников, Е. А. Исследование психологических характеристик подростков, склонных к виктимному поведению в виртуальном пространстве / Е. А. Колесников // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2019. – № 2. – С. 148–159.
19. Константинова, С. С. Факторы, определяющие виктимность личности / С. С. Константинова // Виктимность и виктимологическая профилактика : Материалы круглого стола по дисциплине «Психология отклоняющегося поведения». – Тверь : Твер. гос. ун-т, 2019. – С. 21–25.
20. 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.
21. 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.
22. 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.
23. 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 : Твер. гос. ун-т, 2019. – С. 49–52.

24. 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.
25. Малкина-Пых, И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы [Электронный ресурс] / И. Г. Малкина-Пых. – Режим доступа: https://domknig.com/read_438274-7.
26. Малкина-Пых, И. Г. Психология поведения жертвы / И. Г. Малкина-Пых. – Москва : Изд-во Эксмо, 2006. – 1008 с.
27. 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.
28. 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
29. Мудрик, А. В. Социальная педагогика / А. В. Мудрик. – Москва : Владос, 2013. – 382 с.
30. Мумаев, С-М. С. Понятие виктимологи / С-М. С Мумаев // Вестник Российского университета дружбы народов. Юридические науки. – 2007. – № 2. – С. 48–52.
31. 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.
32. Обухова, Ю. В. Образ сверстника-жертвы буллинга у школьников с разной выраженностью виктимного поведения / Ю. В. Обухова, В. О. Гурьева // Российский психологический журнал. – 2017. – № 2. – С. 118–134.

33. Особенности личности, склонной к виктимному поведению : теоретический анализ личности, склонной к виктимному поведению [Электронный ресурс] : PSYHOLOGN.ORG – Психолог. Нагайбакский район. – Режим доступа: <https://psihologn.org/index.php/psihologam-main3/560-lichnostnye-cherty-podrostkov-s-razlichnym-urovнем-sklonnosti-k-viktimnomu-povedeniyu>.

34. Осыкина, И. А. Профилактика виктимности подростков как социально-педагогическая проблема / И. А. Осыкина // Педагогика безопасности: наука и образование : материалы международной научной конференции, Екатеринбург, 14 ноября 2014 г. / сост. и общ. ред. А. Н. Павловой. – Екатеринбург : ФГБОУ ВПО «УрГПУ», 2014. – С. 126–131.

35. Папуша, В. В. Ситуационная детерминация виктимного поведения подростков / В. В. Папуша // Общество: социология, психология, педагогика. – 2016. – № 10. – С. 58–61.

36. Полубинский, В. И. Правовые основы учения о жертве преступления. Учебное пособие / В. И. Полубинский. – Горький : Горьковская высшая школа МВД СССР, 1979. – 84 с.

37. Реан, А. А. Психология личности / А. А. Реан. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 288 с.

38. Рождественская, Н. А. Девиантное поведение и основы его профилактики у подростков : учебное пособие / Н. А. Рождественская. – Москва : «Интермедиа», 2016. – 205 с.

39. Руденская, Ю. Е. Виктимодиагностика : учеб. пособие / Ю. Е. Руденская, Е. В. Руденский ; Новосиб. гос. пед. ун-т. – Новосибирск : НГПУ, 2015. – 213 с.

40. Рыжова, Н. И. Виктимологическая профилактика и защита как основа профессиональной виктимологической подготовки / Н. И. Рыжова, О. Н. Громова // Мир науки, культуры, образования. – 2015. – № 1 (50). – С. 8–13.

41. Рябкова, И. Профилактика виктимного поведения подростков / И. Рябкова // Инновационная наука. – 2019. – № 6. – С. 211–214.

42. 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.
43. Субботина, Р. А. Личностные детерминанты виктимного поведения юношей и девушек / Р. А. Субботина // Интеграция образования. – 2016. – № 1 (82). – С. 51–62.
44. Христенко, В. Е. Психология поведения жертвы / В. Е. Христенко. – Ростов на-Дону : Феникс, 2004. – 416 с.
45. Шмидт, В. Р. Психологическая помощь родителям и детям: тренинговые программы / В. Р. Шмидт. – Москва : ТЦ Сфера, 2010. – 256 с.
46. Юнацкевич, П. И. Основы организации общественной безопасности / П. И. Юнацкевич. – Москва : Юрист, 2005. – 158 с.
47. Юрова, К. И. Психология виктимного поведения молодежи / К. И. Юрова, И. А. Юров // Виктимология. – 2017. – № 1 (11). – С. 23–26.
48. Яценко, Т. Е. Взаимосвязь виктимной деформации личности и склонности к виктимному поведению в подростковом и юношеском возрастах / Т. Е. Яценко // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2019. – № 3 (43). – С. 233–241.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Результаты диагностики склонности к виктимному поведению и личностных особенностей подростков

Таблица А.1 – Результаты диагностики склонности к виктимному поведению у подростков

№	Имя Ф.	Социальная желательность ответов		Агрессивное поведение		Склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению		Склонность к гиперсоциальному поведению		Склонность к зависимому и беспомощному поведению		Склонность к некритичному поведению		Реализованная виктимность	
		Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл
1	Данис Т.	Низкий	2	средний	7	Высокий	10	Высокий	8	Высокий	9	Средний	7	Высокий	9
2	Екатерина К.	Низкий	2	Средний	4	Средний	4	Средний	6	Средний	5	Средний	4	Низкий	3
3	Леонид М.	Средний	7	Средний	6	Средний	5	Высокий	9	Средний	5	Средний	6	Низкий	3
4	Денис К.	Средний	5	Средний	6	Высокий	9	Высокий	9	Средний	6	Средний	6	Средний	7
5	Алина Т.	Средний	5	Высокий	10	Высокий	10	Средний	6	Средний	5	Средний	6	Средний	5
6	Дарья П.	Низкий	1	Высокий	10	Высокий	9	Средний	5	Высокий	8	Средний	7	Средний	7
7	Мария К.	Низкий	2	Средний	5	Средний	7	Высокий	9	Средний	5	Средний	7	Средний	6
8	Диана Л.	Средний	4	Высокий	8	Высокий	10	Средний	4	Средний	6	Высокий	10	Средний	6
9	Исфандиёр К.	Низкий	2	Средний	5	Средний	6	Низкий	2	Средний	6	Средний	7	Низкий	3
10	Вадим И.	Низкий	2	Высокий	8	Высокий	9	Высокий	8	Высокий	10	Высокий	9	Высокий	9

№	Имя Ф.	Социальная желательность ответов		Агрессивное поведение		Склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению		Склонность к гиперсоциальному поведению		Склонность к зависимому и беспомощному поведению		Склонность к некритичному поведению		Реализованная виктимность	
		Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл
11	Анастасия Г.	Средний	5	Высокий	8	Низкий	2	Высокий	10	Высокий	10	Средний	5	Средний	6
12	Анна Я.	Средний	4	Средний	4	Средний	6	Высокий	8	Высокий	9	Средний	6	Высокий	8
13	Варвара О.	Средний	5	Средний	6	Высокий	10	Средний	4	Средний	5	Средний	7	Средний	4
14	Кира Т.	Средний	4	Средний	7	Средний	4	Высокий	9	Средний	5	Средний	6	Средний	5
15	Вероника Б.	Средний	7	Средний	5	Средний	4	Высокий	8	Низкий	3	Низкий	3	Низкий	2
16	Вадим Л.	Средний	5	Средний	6	Высокий	9	Средний	6	Средний	6	Средний	6	Средний	4
17	Иван К.	Средний	5	Средний	7	Средний	7	Высокий	9	Средний	5	Средний	7	Средний	6
18	Анастасия С.	Высокий	10	Средний	6	Высокий	10	Высокий	9	Средний	5	Средний	7	Средний	6
19	Егор П.	Средний	5	Средний	4	Средний	5	Средний	6	Средний	7	Средний	6	Низкий	3
20	Вячеслав Т.	Средний	5	Средний	6	Высокий	9	Высокий	9	Средний	6	Средний	6	Средний	7
21	Никита Т.	Высокий	8	Средний	4	Средний	6	Средний	5	Средний	6	Высокий	8	Средний	4

Таблица А.2 – Результаты диагностики подростков по методике «Рефлексивная оценка потенциальной индивидуальной виктимности»

(авторы - И. А. Дмитриева, И. А. Кибальченко)

№	Имя Ф.	Уровень	Балл
1	Данис Т.	Средний	139
2	Денис К.	Средний	148
3	Алина Т.	Средний	149
4	Дарья П.	Средний	155
5	Диана Л.	Средний	153
6	Вадим И.	Высокий	190
7	Анастасия Г.	Средний	138
8	Анна Я.	Низкий	131
9	Анастасия С.	Средний	148
10	Вячеслав Т.	Средний	161
11	Никита Т.	Средний	144
12	Екатерина К.	Средний	147
13	Леонид М.	Средний	159
14	Мария К.	Средний	151
15	Исфандиёр К.	Средний	149
16	Варвара О.	Низкий	123
17	Кира Т.	Низкий	116
18	Вероника Б.	Низкий	124
19	Вадим Л.	Средний	164
20	Иван К.	Средний	145
21	Егор П.	Низкий	123

Условные обозначения:

Высокий уровень – 166-188 и > баллов,

средний уровень – 133-165 баллов,

низкий уровень – 118-132 и <баллов.

Таблица А.3 – Результаты диагностики личностных особенностей подростков, склонных к виктимному поведению, по методике «12-ти факторный опросник (для подростков)» (12 PF) (автор - Р. Б. Кеттелл)

№	Имя Ф.	Факторы (уровни)																							
		А		В		С		D		Е		F		G		H		I		O		Q3		Q4	
		Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл
1	Данис Т.	Н	3	В	8	С	5	С	4	С	4	С	4	С	5	С	5	С	7	В	10	С	4	С	7
2	Денис К.	С	5	С	6	С	7	В	9	С	4	С	6	С	6	В	9	С	6	В	8	Н	3	С	4
3	Алина Т.	С	6	С	7	С	5	С	4	Н	1	С	6	В	8	В	8	В	8	С	7	С	4	С	7
4	Дарья П.	Н	1	В	10	Н	3	С	7	С	6	С	5	С	6	С	6	С	4	С	5	С	5	С	5
5	Диана Л.	Н	2	В	8	Н	2	С	6	Н	3	С	6	С	4	Н	3	С	6	В	9	С	5	С	7
6	Вадим И.	С	7	С	6	С	6	С	5	С	5	С	5	С	4	С	7	С	6	С	3	С	6	С	5
7	Анастасия Г.	Н	1	В	8	Н	1	Н	3	С	6	Н	3	С	5	Н	3	С	7	В	8	Н	3	В	8
8	Анна Я.	С	4	В	10	С	5	В	8	С	5	В	9	С	4	С	6	С	6	С	7	С	6	С	6
9	Анастасия С.	С	4	С	5	С	7	С	7	С	5	В	8	В	8	В	8	С	4	С	5	С	5	С	6
10	Вячеслав Т.	С	4	В	8	С	6	С	4	Н	3	С	5	С	6	В	9	Н	3	С	7	С	5	С	7
11	Никита Т.	С	7	В	9	В	10	Н	1	В	9	С	7	Н	3	В	10	Н	2	Н	3	С	5	С	4
12	Екатерина К.	Н	3	В	9	С	4	С	7	Н	3	С	7	С	5	С	5	В	8	С	6	Н	2	В	9

№	Имя Ф.	Факторы (уровни)																							
		А		В		С		D		Е		F		G		H		I		O		Q3		Q4	
		Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл	Уровень	Балл
13	Леонид М.	С	7	В	8	С	5	Н	2	С	4	С	6	С	5	С	6	В	8	С	6	В	8	С	4
14	Мария К.	Н	2	С	5	Н	1	С	6	С	6	С	5	С	7	Н	3	Н	1	С	7	С	4	С	5
15	Исфандиёр К.	С	4	С	6	С	5	С	6	С	5	С	7	С	6	С	5	С	6	В	10	Н	3	С	7
16	Варвара О.	С	5	В	9	С	5	В	9	С	4	В	8	С	5	С	7	С	7	С	7	Н	3	С	5
17	Кира Т.	Н	2	В	10	Н	3	С	4	С	5	С	5	С	7	С	5	С	5	В	8	Н	3	С	7
18	Вероника Б.	Н	3	В	9	С	6	Н	2	Н	3	С	5	С	4	С	4	С	6	С	4	С	5	С	5
19	Вадим Л.	Н	3	Н	2	С	4	С	7	С	5	С	7	Н	3	С	5	С	4	С	6	С	4	С	4
20	Иван К.	С	4	В	9	С	4	Н	3	С	5	С	6	С	4	Н	3	Н	2	В	10	С	6	С	6
21	Егор П.	С	5	С	7	С	6	С	7	С	4	С	7	Н	2	С	7	С	5	С	6	Н	3	С	6

Условные обозначения:

А – фактор А (замкнутость – общительность);

В – фактор В (вербальный интеллект);

С – фактор С (неуверенность в себе – уверенность в себе);

D – фактор D (сдержанность – возбужденность);

Е – фактор Е (подчиненность – самостоятельность);

F – фактор F (осторожность – склонность к риску);

G – фактор G (несобранность – обязательность);

Н – фактор H (социальная робость – социальная смелость);

I – фактор I (практицизм – чувствительность);
O – фактор O (спокойствие – тревожность);
Q3 – фактор Q3 (Низкий самоконтроль – высокий самоконтроль);
Q4 – фактор Q4 (расслабленность – напряженность);
Н – низкий уровень;
С – средний уровень;
В – высокий уровень.

Система занятий, направленная на профилактику виктимного поведения подростков

ЗАНЯТИЕ 1

Тема: «Как не стать жертвой»

Цель – расширение знаний и представлений о безопасном поведении, профилактика виктимного поведения

Задачи:

1. Повысить осведомленность подростков о поведении, при котором можно стать жертвой преступления;
2. Научить подростков понимать собственные модели поведения в конфликтных и опасных ситуациях;
3. Познакомить с моделями поведения, которые позволяют не стать «жертвой обстоятельств».

Участники: подростки 11-12 лет

Форма работы, численность: групповая, 20 человек

Время: 90 минут

Оборудование: ручки, листочки, подготовленные листочки с ситуациями.

Ход работы:

Общая информация для участников занятия.

Виктимное поведение – это такой вид отклоняющегося поведения по итогу которого возрастает шанс становления человека жертвой преступлений, жизненных ситуаций или различных обстоятельств. Виктимность является приобретенным человеком физические, психические и социальные черты, а также признаки, которые могут поставить человека в роль жертвы. Каждая личность может быть оценена по нескольким уровням: высокая (с выраженными признаками виктимности), низкая (отсутствуют признаки виктимного поведения) и средняя (с тенденциями к развитию виктимного поведения).

Упражнение «Границы личности».

Цель – знакомство с дистанциями общения, а также последствиями нарушения интимной зоны человека.

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 труднее им сохранять визуальный контакт, тем самым они

должны меньше смотреть друг на друга в знак взаимоуважения. Поэтому гораздо 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 покараю, 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.

ЗАНЯТИЕ 3

Тема: «Ценность жизни»

Цель – профилактика самоповреждающего поведения подростков.

Задачи:

1. Способствовать формированию адаптивного отношения к жизни, повышение стрессоустойчивости, осознание ценности жизни;
2. Развивать навыки взаимодействия, общения, а также сплочения коллектива;

3. Разработать стратегию поведения в кризисной ситуации.

Участники: подростки 11-12 лет

Форма работы, численность: групповая, 20 человек

Время: 90 минут

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, тронута».

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 красного;
- холодного на ощупь;
- шершавого;
- того, что весит примерно полкилограмма;
- квадратного;
- железного;
- голубого;
- прозрачного;
- зеленого;
- чего-нибудь из золота;
- 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 «Мешочек с идеями».

Цель – развитие творческого мышления и воображения.

Оборудование: мешок с различными вещами.

Инструкция. Предлагаю вам следующее упражнение, которое поможет вам найти ресурсы для выхода из любых кризисных ситуаций.

Каждый по очереди выйдет и вытянет из мешочка любой предмет, который ему понравился на ощупь. После чего нужно подумать, как предмет, который вытащили из мешка может помочь найти выход из сложной ситуации, в которую мы можем попасть.

Предложенные ситуации:

- несчастная любовь;
- предательство друга;
- длительный конфликт с родителями из-за учебы;
- ревность молодого человека/девушки;
- проваленная контрольная работа.

Если трудно, можно попросить помощь одноклассников, но после того как сам участник предложит версию. Группа может предложить множество интересных и креативных идей.

Анализ упражнения:

1. Какие ощущения вызвало у вас это упражнение?

2. Как вы думаете, правда ли могут как-то помочь эти случайно выбранные нами предметы при выходе из кризиса?

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. Пожалуйста, сядьте так, чтобы вам было удобно. Закройте глаза. Старайтесь дышать ровно. Расслабьтесь! Вы чувствуете приятную тяжесть в ногах руках. Ваши веки становятся тяжелыми. Дышите ровно и глубоко. Вы чувствуете приятное тепло в вашем теле. Вы ощущаете приятную тяжесть в

руках и 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. Такую 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 «Самое важное сегодня...».

Наше занятие подходит к завершению. Попрошу каждого из вас закончить предложение «Для меня сегодня самым важным...»

Я считаю, что наше занятие прошло успешно лишь в том случае, если каждый из вас запомнил, что человек сам по себе силен. Каждый из нас может справиться со всеми трудными жизненными ситуациями. Самое главное – это, не опуская руки пытаться найти выход, делать для этого все и даже больше!

Всем спасибо за занятие, до следующей встречи.

ЗАНЯТИЕ 4

Тема: «Самооценка»

Цель – создание условий для развития навыков самоанализа и самооценки.

Задачи:

1. Создать представление о самоценности человеческого «Я»
2. Создать возможность каждому члену группы узнать, как его воспринимают другие участники;
3. Предоставить участникам возможность соотнести самооценку и оценку членами группы;

Участники: подростки 11-12 лет

Форма работы, численность: групповая, 20 человек

Время: 90 минут

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

Тренинг: «Я и конфликт».

Цель – создание условий для формирования навыков конструктивного решения конфликтных ситуаций.

Задачи:

- 1.Актуализировать знания учащихся о конфликте;
- 2.Ознакомить участников со стратегиями выхода из конфликтной ситуации;
3. Способствовать развитию межличностного взаимопонимания в классе.

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.

- Какие чувства вы испытывали во время работы?

- Понравился ли вам свой рисунок и рисунки остальных?

Упражнение «Что такое конфликт?».

Цель – определение понятия «конфликт».

Скажите, а как вы понимаете, что такое конфликт?

На доске записываем варианты ответов подростков. Молодцы. Теперь давайте определим 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 столкновения между людьми? (Ответы ребят). Могут быть противоположные цели, интересы, позиции, что и приводят к конфликту.

Разные причины могут с подвигнуть на конфликтную ситуацию, 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.

Предлагаю разделить на группы. У нас есть такой интересный ящичек каждая команда извлекает из него одну ситуацию. Каждая ситуация – это зарождение конфликта.

Ваша задача найти выход из ситуации, не доводя 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 ветер (потираем ладони);
- начинает капать дождь (хлопаем ладонями по груди);
- начинается настоящий ливень (хлопаем по бедрам)
- а вот и град, настоящая буря (топот ногами);
- капли падают на землю (щелчок пальцами);
- тихий шелест ветра (потираем ладоней);

- солнце (поднимаем руки вверх).

Рефлексия.

Какими признаками порождается конфликт?

Как избежать конфликт?

ЗАНЯТИЕ 6

Тема: «Я храбрый»

Цель – развитие волевых качеств у учащихся.

Задачи:

1. Создать условия для успешного формирования воли у учащихся;
2. Способствовать вере учащихся в свои силы;
3. Закрепить волевые качества учащихся.

Время занятия: 90 минут

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

Тема: «Я в себе уверен»

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

Тема: «Скажем насилию - нет»

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

Задачи:

- 1.Формировать умения отстаивать свою точку зрения и позицию;
- 2.Формировать умения самостоятельно принимать решения;
- 3.Создать условия для формирования умений подростков отказывать.

Время занятия: 90 минут

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 бегльцом, 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 отказать. 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

Тема: «Прощание»

Цель – активизация навыков адекватного поведения у подростков.

Задачи:

1. Создать условия для успешного закрепления адекватного поведения

подростков;

2. Закрепить навыки доверительного отношения учащихся.

Время: 90 минут

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 подобравшее 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.

Упражнение «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!