

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН  
ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ  
ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА

*Учебно-методическое пособие*

Часть вторая

Уфа - 2013

УДК 37  
ББК 74.266.6  
М54

**Методические материалы по профилактике терроризма и экстремизма:** Учебно-методическое пособие / Часть вторая. – Уфа: Издательство ИРО РБ, 2013. – 108 с.

*Составители:*

Сапожникова В.А.,  
Тимерьянова Л.Н.,  
Ижбулатова Э.А.,  
Халикова Л.Р.

В учебно-методическом пособии представлены методические материалы для проведения в образовательных учреждениях циклов лекций, бесед и практических занятий по профилактике терроризма, преступлений против личности, общества и государства. В первой части пособия были приведены сведения об основных понятиях и нормативно-правовом обеспечении, путях и способах организации профилактики в общеобразовательных учреждениях. Во второй части представлены основные особенности и психологический инструментарий профилактики экстремизма в молодежной среде.

Учебно-методическое пособие предназначено для слушателей курсов повышения квалификации системы образования – руководителей, педагогов, психологов, социальных педагогов, медицинских работников образовательных учреждений, а также педагогической общественности, занимающейся изучением и информационно-разъяснительной работой по профилактике терроризма и экстремизма в учреждениях образования различного типа и вида, в учреждениях дополнительного образования детей.

*В пособии использованы материалы МВД РФ и РБ.*

Рецензент: *С.Р. Аскар*ов, заместитель начальника Центра по противодействию экстремизму МВД РБ.

© Составители, 2013.  
© Издательство ИРО РБ, 2013.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
Раздел 1. ОСНОВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЭКСТРЕМИЗМА В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ.....	6
Раздел 2. ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНЫХ И ТЕРРОРИСТИЧЕ- СКИХ ПРОЯВЛЕНИЙ У ПОДРОСТКОВ.....	16
Раздел 3. ПРОФИЛАКТИКА ЭКСТРЕМИЗМА В МОЛОДЁЖНОЙ СРЕДЕ.....	55
Раздел 4. ПРОФИЛАКТИКА ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН.....	64
Раздел 5. ПРОФИЛАКТИКА ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА С ПОМОЩЬЮ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИНСТРУМЕНТАРИЯ.....	75
ЛИТЕРАТУРА.....	105

## ВВЕДЕНИЕ

В период изменений социально-психологической сферы человека, перехода к новой информационной культуре, отличающейся такими чертами, как глобализация, поликультурность, динамичность и нестабильность наблюдается рост кризисных ситуаций. Об этом свидетельствуют повышение уровня тревожности, агрессивности у подростков; рост явлений одиночества и отвержения, низкий уровень коммуникативной компетентности. Особые опасения вызывают факты и факторы потери смысла жизни, рост явлений девиации среди подростков и юношества. Это подкрепляется ослаблением многих факторов, обладающих потенциалом противодействия нарастающим негативным влияниям. В их числе проявляется кризис института семьи и повышение негативного эффекта в информационном пространстве. В последнее время наблюдается увеличение отклоняющегося поведения среди подростков и старшеклассников. У молодых людей наиболее подверженных деструктивному влиянию, легче формируются радикальные взгляды и убеждения. Это приводит к тому, молодежь пополняет ряды экстремистских и террористических организаций.

Экстремизм и терроризм – проблемы злободневные для России, которые угрожают не только нравственным и духовным устоям общества, но и жизни людей, целостности нашей многонациональной страны. Важнейшая задача современного образования – содействие полноценному личностному развитию детей, формирование человека – носителя гуманистических взглядов, идей толерантности в межэтнических отношениях.

Во второй части пособия «Методические материалы по профилактике экстремизма и терроризма» представлены основные направления организации профилактической деятельности в общеобразовательных учреждениях.

В первом разделе пособия рассматриваются основные особенности экстремизма, основные причины возникновения экстремистских проявлений. При организации профилактической работы важно учитывать перечисленные социально-экономические и возрастные особенности разных периодов, в которых оказываются подростки и молодежь. Вашему вниманию представлены возможные модели профилактики экстремизма и основные направления профилактики экстремизма и формирования межнационального согласия в студенческой среде.

Во втором разделе освещаются вопросы профилактики агрессивных и террористических проявлений у подростков. Здесь подробно описаны: основные черты современного молодежного экстремизма, основные направленности его деятельности и основные течения, общая характеристика проблемы терроризма и подросткового сообщества, формы террористического насилия, психологические портреты террориста и его жертвы, корни и пути преодоления мирового терроризма, сведения о возрастных мотивациях криминогенного поведения детей и подростков, сектантство и его связь с терроризмом. Во втором разделе также даны рекомендации по установлению и нейтрализации влияния лидеров неформальных организаций на окружение, рекомендаций по оказанию подростку помощи.

Третий раздел посвящен профилактике экстремизма в молодёжной среде. Здесь даны основные нормативные правовые акты и понятия, необходимые для осуществления работы по профилактике экстремизма в молодёжной среде, перечислены меры профилактики экстремизма в молодёжной среде.

Четвертый раздел пособия раскрывает вопросы профилактики терроризма и экстремизма в интернет-среде, такие проявления экстремизма как движения, направленные на дестабилизацию общественно-политической обстановки в стране.

Четвертый раздел пособия раскрывает вопросы профилактики терроризма и экстремизма с помощью социально-психологического инструментария. При организации профилактической деятельности работу следует выстраивать с опорой на косвенные, «мягкие» методы и формы работы, оптимизирующие среду и способствующие развитию полноценной личности; развивающие умения социального взаимодействия, рефлексии, саморегуляции. Особое внимание следует уделять формированию навыков толерантного поведения, умению разрешать конфликтные ситуации. В разделе представлены приемы для обучения эффективной коммуникации.

Материалы данного пособия могут быть полезны и интересны педагогам-психологам образовательных учреждений.

## Раздел 1.

# ОСНОВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЭКСТРЕМИЗМА В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

В последнее время наблюдается активная криминализация молодежной среды, её политическая деморализация, распространение наркомании и пьянства привели к устойчивому росту неформальных молодежных группировок, объединяющихся по принципам футбольных и политических пристрастий, расовых и национальных признаков.

Достаточно широкое вовлечение молодежи в экстремистские организации и движения объясняется не только неудовлетворенностью материальной стороной жизни. Снижение идеологической составляющей в воспитательном процессе привело к утрате частью молодежи нравственных ориентиров.

Основные особенности экстремизма в молодежной среде:

Во-первых, экстремизм формируется преимущественно в маргинальной среде. Он постоянно подпитывается неопределенностью положения молодого человека и его неустановившимися взглядами на происходящее.

Во-вторых, экстремизм чаще всего проявляется в системах и ситуациях, характерных отсутствием действующих нормативов, установок, ориентирующих на законопослушность, консенсус с государственными институтами.

В-третьих, экстремизм проявляется чаще в тех обществах и группах, где проявляется низкий уровень самоуважения или же условия способствуют игнорированию прав личности.

В-четвертых, данный феномен характерен для общностей не столько с так называемым «низким уровнем культуры», сколько с культурой разорванной, деформированной, не являющей собой целостности.

В-пятых, экстремизм соответствует обществам и группам, принявшим идеологию насилия и проповедующим нравственную неразборчивость, особенно в средствах достижения целей.

Причиной возникновения экстремистских проявлений в молодежной среде, можно выделить следующие особо значимые факторы:

1. Обострение социальной напряженности в молодежной среде (характеризуется комплексом социальных проблем, включающим в себя проблемы уровня и качества образования, «выживания» на рынке труда, социального неравенства, снижения авторитета правоохранительных органов и т.д.).

2. Криминализация ряда сфер общественной жизни (в молодежной среде это выражается в широком вовлечении молодых людей в криминальные сферы бизнеса и т.п.).

3. Изменение ценностных ориентаций (значительную опасность представляют зарубежные и религиозные организации и секты, насаждающие

религиозный фанатизм и экстремизм, отрицание норм и конституционных обязанностей, а также чуждые российскому обществу ценности).

4. Проявление так называемого «исламского фактора» (пропаганда среди молодых мусульман России идей религиозного экстремизма, организация выезда молодых мусульман на обучение в страны исламского мира, где осуществляется вербовочная работа со стороны представителей международных экстремистских и террористических организаций).

5. Рост национализма и сепаратизма (активная деятельность молодежных националистических группировок и движений, которые используются отдельными общественно-политическими силами для реализации своих целей).

6. Наличие незаконного оборота средств совершения экстремистских акций (некоторые молодежные экстремистские организации в противоправных целях занимаются изготовлением и хранением взрывных устройств, обучают обращению с огнестрельным и холодным оружием и т.п.).

7. Использование в деструктивных целях психологического фактора (агрессия, свойственная молодежной психологии, активно используется опытными лидерами экстремистских организаций для осуществления акций экстремистской направленности).

8. Использование сети Интернет в противоправных целях (обеспечивает радикальным общественным организациям доступ к широкой аудитории и пропаганде своей деятельности, возможность размещения подробной информации о своих целях и задачах, времени и месте встреч, планируемых акциях).

При организации работы по профилактике подросткового и молодежного экстремизма необходимо учитывать, что она представляет собой систему, включающую несколько уровней:

1. Вся молодежь, проживающая на территории России. На этом уровне необходимо осуществление общепрофилактических мероприятий, ориентированных на повышение жизненных возможностей молодых людей, снижение чувства незащищенности, невостребованности, создание условий для их полноценной самореализации и жизнедеятельности.

2. Молодежь, находящаяся в ситуации возможного «попадания» в поле экстремистской активности (молодежь в «зоне риска»). В данном контексте деятельность по профилактике экстремистских проявлений в молодежной среде должна быть направлена на молодых людей, чья жизненная ситуация позволяет предположить возможность их включения в поле экстремистской активности. К таким категориям могут быть отнесены:

выходцы из неблагополучных, социально-дезорientированных семей, с низким социально-экономическим статусом, недостаточным интеллектуальным уровнем, имеющим склонность к трансляции девиаций (алкоголизм, наркомания, физическое и морально-нравственное насилие);

«золотая молодежь», склонная к безнаказанности и вседозволенности, экстремальному досугу и рассматривающая участие в экстремистской субкультуре как естественную форму времяпрепровождения;

дети, подростки, молодежь, имеющие склонность к агрессии, силовому методу решения проблем и споров, с неразвитыми навыками рефлексии и саморегуляции;

носители молодежных субкультур, участники неформальных объединений и склонных к девиациям уличных компаний;

члены экстремистских политических, религиозных организаций, движений, сект.

При организации профилактической работы важно учитывать социально-экономические и возрастные особенности разных периодов, в которых оказываются подростки и молодежь. Наиболее опасным, с точки зрения вхождения в поле экстремистской активности, является возраст от 14 до 22 лет. На это время приходится наложение двух важнейших психологических и социальных факторов. В психологическом плане подростковый возраст и юность характеризуются развитием самосознания, обострением чувства справедливости, поиском смысла и ценности жизни. Именно в это время подросток озабочен желанием найти свою группу, поиском собственной идентичности, которая формируется по самой примитивной схеме «мы» - «они». Также ему присуща неустойчивая психика, легко подверженная внушению и манипулированию. В социальном плане большинство молодых людей в возрасте от 14 до 22 лет оказываются в позиции маргиналов, когда их поведение не определено практически никакими социально-экономическими факторами (семья, собственность, перспективная постоянная работа и др.). Молодые люди, продолжая образование, покидают школу, семью, уезжают в другой город или регион, оказываясь в ситуации и свободы, и социальной незащищенности. В итоге молодой человек мобилен, готов к экспериментам, участию в акциях, митингах, погромах. При этом готовность к подобным действиям усиливается из-за его низкой материальной обеспеченности, в связи с чем участие в оплаченных кем-либо акциях протеста может рассматриваться как допустимая возможность дополнительного заработка. Поиск идентичности, попытки закрепиться в жизни ведут к неуверенности, желанию сформировать круг близких по духу людей, найти ответственного за все беды и неудачи. Таким кругом вполне может стать экстремистская субкультура, неформальное объединение, политическая радикальная организация или тоталитарная секта, дающая им простой и конкретный ответ на вопросы: «Что делать?» и «Кто виноват?».

В последнее время в сети Интернет представителями националистических организаций, создан ряд ресурсов, на которых пропагандируется разжигание межнациональной, расовой и религиозной вражды путем проведения Интернет-игр под общим названием «Большая игра. Сломай систе-

му!». Целью указанной игры является пропаганда идей национализма и совершение в рамках ее правил одновременных согласованных действий, в том числе по флэшмоб-технологии, выражающихся в провокационных и противоправных групповых проявлениях (от нанесения националистических символов и нацистской символики до проведения силовых акций в отношении лиц «неславянской внешности» и представителей правоохранительных органов).

Причины привлекательности флэшмоб-технологии для экстремистских и деструктивных организаций и движений:

- организация и проведение акций по флэшмоб-технологии практически не подпадают под действие законодательства Российской Федерации. Их участникам можно предъявить лишь косвенные обвинения, связанные, в основном, с нарушением общественною порядка, а организаторы остаются вне поля административно-уголовной ответственности;

- подготовка к проведению акций по флэшмоб-технологии характеризуется высоким уровнем скрытности, что осложняет их своевременное выявление и предупреждение. Также затруднительно установить заказчиков и организаторов акций;

- возможность перерастания рядовой акции по флэшмоб-технологии в экстремистскую или протестную путем осуществления заранее спланированных организационных мер и психологического воздействия на большое количество людей;

- целевая аудитория акций по флэшмоб-технологии – это наиболее активная часть населения – молодежь, у которой система жизненных ценностей еще до конца не сформировалась, ей традиционно присущи определенный нигилизм, переоценка собственных возможностей и желание самовыражения. Этим при умелом манипулировании могут эффективно воспользоваться экстремисты и политтехнологи в противоправных целях;

- акции по флэшмоб-технологии, зачастую, могут выполнять «детонирующую» функцию: немногочисленные поначалу, они в короткий промежуток времени вовлекают в процесс посторонних людей – наблюдателей и прохожих, которые становятся сочувствующими;

- богатый опыт проведения акций по флэшмоб-технологии в России и за рубежом свидетельствует о том, что эта технология уже хорошо отработана и ее следует считать одним из средств, которое может применяться при проведении мероприятий экстремистского характера.

В этой связи основные действия по снижению экстремистских проявлений в молодежной среде должны быть ориентированы на:

- оптимизацию социальной среды (в целом), в которой находятся молодые россияне, ее улучшение, создание в ней пространств для конструктивного взаимодействия, стимулирования у молодежи положительных эмоций от участия в реализации социальных проектов, от анализа дости-

жимых перспектив, а также от реального опыта решения проблем молодого поколения;

- формирование механизмов оптимизации молодежного экстремистского поля, разработку методов его разрушения, организацию на его месте конструктивных социальных зон;

- создание механизмов эффективного влияния на процесс социализации личности молодого человека, включения его в социокультурное пространство ближайшего сообщества и социума в целом. Итогом такой работы должно стать формирование толерантной, ответственной, успешной личности, ориентированной на ценности гражданственности и патриотизма;

- разработку системы психокоррекционной работы, нацеленной на профилактику ненормативной агрессии, развитие умений социального взаимодействия, рефлексии, саморегуляции, формирование навыков толерантного поведения, выхода из деструктивных культов, организаций, субкультур.

Взаимодействие объекта и предмета профилактической работы может быть описано следующей моделью (таблица 1).

**Таблица 1. Модель взаимодействия объекта и предмета деятельности по профилактике экстремизма в молодежной среде**

<i>Предмет профилактики</i>	<i>Объект профилактики</i>	
	<i>Молодежь в целом</i>	<i>Молодежные группы, находящиеся в зоне риска</i>
Улучшение среды	Оптимизация молодежной среды в целом	Разработка и внедрение методов разрушения экстремистского пространства, создание на его месте конструктивных социальных зон для молодежи
Воздействие на личность	Развитие толерантной, ответственной, успешной личности, ориентированной на ценности гражданственности и патриотизма	Разработка системы психокоррекционной работы, ориентированной на профилактику ненормативной агрессии и экстремистской активности

Представленная матрица позволяет оптимизировать деятельность по профилактике экстремизма в молодежной среде, распределив «зоны ответственности» между различными уровнями власти. На основе взаимодействия объекта и предмета профилактики могут быть сформулированы цели и задачи этой деятельности:

- создание условий для снижения агрессии, напряженности, экстремистской активности в среде молодежи;

- создание условий для воспитания успешной, эффективной, толерантной, патриотичной, социально ответственной личности;

- создание условий для повышения жизненных шансов подростков и молодежи, оказавшихся в сложной жизненной ситуации;

- развитие конструктивной социальной активности подростков и молодежи;
- развитие позитивных молодежных субкультур, общественных объединений, движений, групп;
- создание альтернативных форм реализации экстремального потенциала молодежи.

При организации системной работы по профилактике молодежного экстремизма возможно использование нескольких моделей, оптимизирующих данный вид деятельности. Предлагаемые модели основаны на нескольких базовых предположениях.

Во-первых, необходимо учитывать тот факт, что непосредственная, прямая профилактика не дает практически никакого эффекта. В связи с чем необходимо выстраивать систему этой деятельности с опорой на косвенные, «мягкие» методы и формы работы, оптимизирующие и среду, и личность.

Во-вторых, как уже отмечалось, главное внимание должно быть сосредоточено на особой социально-психологической ситуации в жизни любого человека, которая приходится на возрастной период от 14 до 22 лет.

В-третьих, в основе организации системы профилактической работы, особенно с группами лиц, пребывающими в кризисном возрасте, должна лежать идея управляемой социализации, когда социально-психологические процессы, происходящие с подростком, профессионально сопровождаются соответствующими специалистами, при чем не всегда являющимися представителями официальных институтов.

Возможные модели профилактики экстремизма.

1. Модель профилактики, основанная на усилении роли традиционных институтов социализации.

В основе данной модели лежит идея рационального сокращения свободного, неконтролируемого пространства социализации молодого человека. Действия органов власти должны быть направлены на усиление и интеграцию воспитательного воздействия семьи, школы, учреждений профессионального образования различного уровня, общественных объединений, средств массовой информации. Жизнедеятельность подростка или молодого человека протекает в искусственно созданных конструктивных, позитивных полях, в рамках которых происходит его взросление, усвоение норм и стереотипов поведения в обществе, решение важнейших мировоззренческих проблем. Основным ресурсом данной модели является система образования, представляющая собой наиболее организованный, проникающий практически во все сферы жизнедеятельности общества, институт.

В основе модели лежит средовой подход, когда государством и местным самоуправлением создаются такие условия для молодого человека, которые существенно снижают проявления экстремистской активности. Для успешной реализации модели необходимо создание и развитие позитивных

молодежных средств массовой информации (при полном обеспечении этими СМИ свободы печати), способных выполнять гражданскую, социализирующую функцию.

Важное место в общей системе профилактики отводится деятельности детских и молодежных общественных объединений, задачей которых является организация позитивного развивающего досуга подростков и молодежи. Чтобы их деятельность была эффективной и привлекательной для молодого поколения требуется оказание органами власти системной комплексной поддержки подобным объединениям. Это позволит развить материально-техническую базу, кадровый, социальный, творческий потенциал общественных организаций.

Данная модель может рассматриваться как вариант оперативного вмешательства государства в ситуацию в случае роста экстремистских проявлений в молодежной среде. Также данная модель может быть применена и в отдельных регионах, находящихся на периферии, где слабо развито общественное молодежное движение, и процесс социализации молодого поколения, в основном, протекает в рамках традиционных институтов.

Реализация данной модели предполагает формирование правового сознания молодежи, ее информирование о правовых последствиях участия в экстремистской деятельности (Приложение).

2. Модель профилактической работы, ориентированная на снижение деструктивного потенциала молодежных субкультур.

В основе данной модели лежит деятельность государства и местного самоуправления по разработке механизмов, направленных на оптимизацию функционирования разнообразных молодежных сообществ, являющихся носителями тех или иных субкультур, существующих в современной России. Молодое поколение переживает сегодня бурный рост разнообразных неформальных молодежных объединений, движений, групп, объединяющихся по самым разным основаниям. Некоторые из этих субкультур носят ярко выраженный экстремистский характер.

Сегодня именно молодежные субкультуры могут рассматриваться как структуры, формирующие и реализующие экстремистскую активность. В связи с этим профилактика экстремизма в молодежной среде может идти в направлении снижения деструктивного потенциала молодежных субкультур. Учитывая изложенное, можно выделить две базовые стратегии реализации данной модели.

Во-первых, это деятельность, ориентированная на разрушение и/или переориентацию молодежных субкультур, осуществляемая специалистами. В этих целях необходимо создавать поля для реализации агрессивных, экстремальных проявлений молодых людей, удерживая их в рамках действующего законодательства и социальных норм. Наиболее успешно эта стратегия может быть реализована через развитие экстремальных видов спорта, содержащих элементы риска, – альпинизм, спидвей, сноуборд, паркур и

т.д. При этом параллельно, там, где это возможно, происходит разрушение «управленческого ядра» носителей субкультуры, а также перевод молодежного сообщества в новое деятельностное русло позитивной направленности.

Во-вторых, деятельность, направленная на создание и внедрение в молодежное поле новых субкультур, являющихся социально позитивными или же имитирующих экстремистскую активность. Здесь органы власти создают и финансируют молодежное объединение, которое имеет привлекательный для молодежи образ, стиль отношений, тип деятельности и вовлекает в сферу своего влияния максимально большое количество молодежи. Оптимальным выглядит создание нескольких таких движений, реализующих интересы и предпочтения разных категорий молодежи.

Особое внимание необходимо обратить на работу с объединениями спортивных болельщиков. Фанатские спортивные объединения в определенной степени становятся носителями экстремистских настроений в молодежной среде. В этой связи необходима продуманная работа с данной категорией молодежи.

В этих целях рекомендуется:

1. Проводить перед футбольными матчами рабочие встречи лидеров объединений болельщиков и офицеров по безопасности встречающихся команд с представителями органов внутренних дел. Данные встречи призваны учитывать мнение болельщиков, предупреждать возможные конфликтные ситуации, возникающие при проведении футбольных матчей.

2. При проведении спортивных соревнований и мероприятий учитывать удобство их посещения болельщиками. В частности, когда это возможно проводить соревнования в нерабочее (более позднее) время, а также предусматривать предоставление билетов школьникам и студентам на мало посещаемые спортивные соревнования на безвозмездной или льготной основе.

3. Рассмотреть возможность разработки региональных комплексных программ по взаимодействию со спортивными болельщиками и профилактической работе, направленной на формирование их правомерного поведения.

4. Организовывать на регулярной основе проведение совещаний со спортивными болельщиками, либо создать Совет спортивных болельщиков региона для конструктивного взаимодействия и оперативного решения возникающих вопросов.

5. Совместно со спортивными организациями и собственниками объектов спорта оказывать содействие объединениям болельщиков в создании «городков болельщиков» (фан-зон), которые зарекомендовали себя как эффективное средство организации болельщиков и обеспечения безопасности. Необходимо предусмотреть в них компактное и безопасное размещение, организацию просмотра спортивных соревнований для болельщи-

ков, не имеющих входных билетов на мероприятие, а также медицинское обслуживание, питание, наличие санитарно-гигиенических объектов.

6. Назначить ответственного за работу со спортивными болельщиками в органе по делам молодежи субъекта Российской Федерации.

7. Привлекать объединения спортивных болельщиков к подготовке к проведению крупных спортивных мероприятий.

8. Проводить спортивные состязания между фанатами.

9. Создать горячую линию для болельщиков.

Данная модель профилактической работы имеет ряд положительных особенностей. Так, в частности, она базируется на использовании естественных процессов, происходящих в молодежной среде, что предполагает «мягкий» вариант профилактики экстремистской активности, учет интересов и предпочтений молодых людей. В то же время реализация данной модели затруднена из-за отсутствия подготовленных соответствующим образом специалистов, ограниченного числа специализированных учреждений, системно работающих с представителями молодежных субкультур, недостаточной информированностью государственных и муниципальных органов власти о молодежных субкультурах и процессах, протекающих в молодежных сообществах.

Профилактика экстремизма невозможна без целенаправленной работы по формированию межнациональных отношений в молодежной среде. Значительная часть экстремистских проявлений в молодежной среде происходит на межнациональной и религиозной почве.

В последнее время экстремистские проявления значительно усилились в студенческой среде. Многие из них происходят на межнациональной почве. В целях профилактики экстремизма и формирования межнационального согласия в студенческой среде необходимо:

1. Повысить роль студенческих общественных объединений в жизни вуза, степень их влияния на процессы в студенческой среде.

2. Организовать в образовательных учреждениях факультативные курсы по изучению законодательства в сфере противодействия экстремизму, создать стенды антиэкстремистской направленности в корпусах учебных заведений и студенческих общежитиях, активнее привлекать органы правопорядка к этой работе.

3. Организовать мониторинг учебных программ и пособий с целью выявления материалов, направленных на разжигание межнациональных конфликтов.

4. Установить одним из критериев качества воспитательной работы в вузах количественный показатель, отражающий зависимость ее состояния от числа студентов, привлеченных к уголовной и, в отдельных случаях, к административной ответственности. Возможно также, что этот критерий должен учитываться при экспертизе показателей деятельности вузов для их государственной аккредитации.

5. Разработать и реализовать с участием национальных диаспор комплекс мероприятий по развитию межнационального диалога и интернационализма в студенческой среде, включая создание клубов интернациональной дружбы.

6. Ввести в учебные программы образовательных учреждений преподавание основ межнационального общения и интернационального воспитания учащихся.

7. В рамках воспитательной работы образовательных учреждений усилить внимание к мероприятиям по пропаганде культуры и традиций народов России и обучению навыкам бесконфликтного общения, а также просвещению учащихся о социальной опасности преступлений на почве ненависти для российского общества.

8. Внедрять в вузах специальные комплексные программы по адаптации и интеграции студентов из субъектов Российской Федерации Северо-Кавказского федерального округа и оказывать содействие инициативам по их поддержке со стороны различных общественных организаций, в т.ч. национальных диаспор.

9. Ввести в штат студенческих общежитий специалистов по воспитательной работе с иногородними и иностранными студентами.

10. Создавать в вузах добровольные интернациональные студенческие дружины для поддержания общественного порядка и предупреждения конфликтов на почве этнической неприязни на территории учебных заведений, общежитий и студенческих городков.

11. Разработать механизмы специальной системы подготовки кадров из числа представителей различных национальностей, обладающих общероссийским государственным самосознанием и менталитетом, в целях формирования нового поколения региональных элит. В этих целях необходимо более тщательно отбирать состав участников целевых наборов в вузы и создать систему поиска наиболее одаренных молодых людей в образовательных учреждениях с целью направления их на дальнейшее обучение в престижные вузы страны.

Элементы представленных моделей в той или иной степени реализуются в современной России. Например, органы по делам молодежи реализуют традиционную модель профилактики экстремистской активности, опираясь на деятельность учреждений по работе с молодежью, зарегистрированных молодежных объединений, пытаясь вовлечь подростков и молодых людей в социально одобряемые формы активности, решить некоторые социально-экономические проблемы молодых людей. Наиболее оптимальным вариантом сегодня является синтетическая модель, включающая в себя основные элементы вышеописанных.

## Раздел 2.

# ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНЫХ И ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ ПРОЯВЛЕНИЙ У ПОДРОСТКОВ

Традиционные для российского менталитета нравственные ценности, такие, как патриотизм, интернационализм, веротерпимость, подверглись широкомасштабной деструктивной обработке извне (нередко принимавшей характер манипуляции общественным сознанием).

Именно молодежь, не способная критически подходить к содержанию публикаций в СМИ ввиду отсутствия жизненного опыта, оказалась наиболее подверженной такому влиянию.

Как результат, следует отметить дезориентацию части молодежи, бездуховность, отсутствие четких представлений об истории и перспективах развития страны, а также утрату чувства сопричастности и ответственности.

Особенно тревожит то, что деструктивные идеи национализма и религиозного экстремизма в первую очередь затронули именно молодых россиян. И в преодолении этих негативных процессов чрезвычайно важна роль семьи, педагогов, старшего поколения, религиозных общин, общественных организаций, прежде всего молодежных. Необходимо воссоздавать систему патриотического воспитания молодежи, привития ей иммунитета к экстремизму, национализму, религиозной нетерпимости.

Особая роль в формировании личности молодого поколения принадлежит семье. Нередко подростки, обделенные родительским теплом и вниманием, озлобленные равнодушием общества, пополняют ряды преступников, в том числе террористов и экстремистов. Молодежь, объединяясь в группы, пытается отстаивать свои права, добиться материального достатка, не обращая внимания на способы получения денежных средств, вымещает свою злость на людях другой национальности, вероисповедания.

На современном этапе развития российского общества проявления молодежного экстремизма носят все более опасный для общества характер. В последнее время все большую озабоченность вызывают масштабы распространения идей экстремизма на территории страны. На текущий момент в России действует свыше 200 объединений экстремистской направленности, общая численность членов которых за год увеличилась в два раза, достигнув 9 тыс. человек.

Происходит активное укрепление межрегиональных и международных связей организаций экстремистской направленности.

Серьезную тревогу представляет распространение экстремизма на националистической почве в молодежной среде.

Основными чертами современного молодежного экстремизма являются возрастающая организованность, сплоченность группировок, формирование в них идеологических, аналитических и боевых структур усиление

мер конспирации, применение для распространения своей идеологии и координации действий новейших информационных и коммуникационных технологий.

Экстремистская деятельность (экстремизм) - это:

1) деятельность общественных и религиозных объединений, либо иных организаций, либо средств массовой Информации, либо физических лиц по планированию, организации, подготовке и совершению действий, направленных: на насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение целостности Российской Федерации; подрыв безопасности Российской Федерации; захват или присвоение властных полномочий; создание незаконных вооруженных формирований; осуществление террористической деятельности; возбуждение расовой, национальной или религиозной розни, а также социальной розни, связанной с насилием или призывами к насилию; унижение национального достоинства, осуществление массовых беспорядков, хулиганских действий и актов вандализма по мотивам идеологической, политической, расовой национальной или религиозной ненависти либо вражды, а равно по мотивам ненависти либо вражды в отношении какой-либо социальной группы; пропаганду исключительности, превосходства либо неполноценности граждан по признаку их отношения к религии; социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности;

2) пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения;

3) публичные призывы к осуществлению указанной деятельности или совершению указанных действий;

4) финансирование указанной деятельности, либо иное содействие её осуществлению или совершению указанных действий, в том числе путем предоставления для осуществления указанной деятельности финансовых средств;

5) наличие недвижимости, учебной, полиграфической и материально-технической базы, телефонной, факсимильной и иных видов связи, информационных услуг, иных материально-технических средств.

Экстремистская организация - общественное или религиозное объединение, либо организация, в отношении которой по основаниям, предусмотренным указанным Федеральным законом, судом принято вступившее в законную силу решение о ликвидации или запрете деятельности в связи с осуществлением экстремистской деятельности.

В настоящее время лидирующие позиции в праворадикальной среде занимают «Движение против нелегальной иммиграции» (ДПНИ), «Национал-державная партия России», «Славянский Союз», «Российский общенациональный союз». Осуществляют свою экстремистскую деятельность и

такие группировки, как «Кровь и Честь», «Объединенные бригады - 88», «Русское национальное единство», «Национал-большевистская партия».

Проведя анализ деятельности молодежных экстремистских организаций, действующих на территории России, в зависимости от направленности деятельности их можно классифицировать по следующим основным течениям:

1. Националистически-расистская направленность. В первую очередь к данной категории следует отнести движение «скинхедов». Наибольшее распространение «скинхеды» как движение получили в Москве, Санкт-Петербурге, Красноярске, Томске, Иркутске, Владивостоке, Воронеже и Ярославле. При этом, как показывают проведенные исследования, большая часть российских «бритоголовых» не имеет полной информации о движении, к которому себя причисляет, и восприняла лишь внешний облик западных «скинхедов», предпочитая стиль «милитари» в одежде (камуфляж, военные ботинки, специфические шарфы и короткие куртки).

В то же время, согласно экспертным оценкам, движение «скинхедов» в России в основном имеет стихийные очертания. У них отсутствует единый координирующий центр, а подавляющее большинство групп не имеют четкой структуры.

Еще одной характерной особенностью движения «скинхедов» в России является сращивание некоторых группировок с уголовно-преступной средой. Это происходит потому, что часть лидеров группировок имеет уголовное прошлое и придерживается «воровских» традиций.

Вызывает серьезную озабоченность имеющие место случаи сращивания «скинхедов» с футбольными фанатами, которые отличаются агрессивностью.

2. Религиозная направленность. В настоящее время наблюдается рост активности ряда объединений, культивирующих религиозный фанатизм, который основывается на извращенных духовно-этнических канонах. Как правило, эта деятельность сопряжена с насилием над гражданами, причинением вреда их здоровью, побуждением к отказу от исполнения гражданских обязанностей, а также с совершением иных противоправных деяний. При этом тщательно камуфлируемые религиозные доктрины данных структур допускают использование насилия, угроз, шантажа, если они идут на благо организации.

Наибольшую опасность для внутренней безопасности страны сегодня представляют сторонники нетрадиционного для российских мусульман течения ислама - «ваххабизм».

Лидеры и идеологи ваххабитского течения работу среди молодежи Российской Федерации считают одним из главных направлений своей деятельности. В ряде субъектов Российской Федерации функционируют так называемые центры исламской молодежи и лагеря исламской молодежи, где членами международных террористических и экстремистских органи-

заций («Хизбут-Тахрир», «ИДУ», «Ре-фах», «Аль-Фатх», «НУР» и др.) проводится обучение радикальному исламу, вербовка и вовлечение граждан в экстремистские формирования.

Еще одним религиозным течением, в рядах которого наблюдается большое количество молодых людей, являются сатанисты. Из наиболее известных объединений сатанистов нашего времени можно назвать: церковь сатаны, Международную ассоциацию люциферистов «кельтско-восточного обряда», «Зеленый орден», «Черный ангел». «Южный крест», культ Афины Паллады, культ Изиды, «Готы» и другие. Представители этих движений несут ответственность за случаи ритуального насилия, являются социально опасными, особенно для молодежи, поскольку воздействуют на психику молодых людей.

3. Политизированная направленность. К числу экстремистских политических организаций и движений, наиболее активно действующих на территории России, ставящих своей целью изменение конституционного строя в России, относится партия «Русское национальное единство» (РНЕ), которая в настоящее время является крупной праворадикальной политической организацией.

Следует отметить также и леворадикальные объединения, в первую очередь Национал-большевистскую партию, возглавляемую Э. Лимоновым, Революционный коммунистический союз молодежи (большевиков) и Авангард красной молодежи (АКМ), которые возникли после раскола РКСМ (Российского коммунистического союза молодежи). Данные организации объединяют молодых людей про-коммунистической ориентации и имеют выраженную экстремистскую направленность, ставя своей целью борьбу с существующим режимом власти.

Как показывает анализ деятельности различных молодежных экстремистских организаций, действующих на территории России, большое влияние на функционирование и направленность деятельности организации имеет лидер и основным направлением противодействия молодежному экстремизму является установление и нейтрализация влияния лидеров неформальных организаций на окружение.

Лидеру неформального молодежного объединения экстремистской направленности присущи следующие черты:

- лидер не всегда выдвигается группой на соответствующий «пост», а, как правило, спонтанно занимает лидерскую позицию с открытого или скрытого согласия группы;
- обладает организаторскими способностями;
- нередко имеет уголовное прошлое;
- формирует взгляды группы, приверженность определенных идей экстремистской направленности, является примером для подражания;
- отличается особой жестокостью, расовой и религиозной нетерпимостью;

- осуществляет организацию и планирование акций;
- предпринимает действия по сплочению членов группы;
- определяет порядок принятия новых членов в группу;
- создает материальную основу существования группы.

Таким образом, в структуре межгрупповых и межличностных связей молодежи лидерство следует охарактеризовать отношениями доминирования и подчинения, обусловленными как действием общечеловеческих социально-психологических закономерностей, так и спецификой условий молодежных организаций, существованием неформальных норм и правил.

Одним из эффективных методов противодействия является компрометация лидера экстремистской группы, ее активных участников путем создания неприязненных отношений между ними и группой. Неприязненные отношения создаются путем моделирования конфликтной ситуации между участниками группы и лидером, когда оглашаются сведения, порочащие лидера в глазах его окружения. Разобщение группы снижает активность ее членов, авторитет лидера, тем самым уменьшая вероятность групповых противоправных действий. В ряде случаев для ускорения этого процесса имеет смысл прибегнуть к полной изоляции бывшего лидера. Однако в данном случае недопустимо провоцировать совершение преступлений представителями экстремистских группировок, в том числе и в отношении друг друга.

В случаях упорного продолжения отрицательного влияния лидера и наиболее активных участников на группу требуется активизировать меры по документированию их противоправных действий. Эффективным средством документирования готовящихся экстремистских акций является правильное применение специальных технических средств по видео- и аудиофиксации происходящих событий. Даже ее демонстративное использование обладает определенным сдерживающим действием.

### **Символика**

Основным и универсальным структурообразующим элементом процесса познания мира является символ. Символ (греч. «symbolon» - условный знак, у древних греков - опознавательный знак для членов определенной группы) - концентрированная условная абстрактная форма отражения и фиксация научных (или религиозных) знаний человека при помощи стилизованного знака. Однако в современном языке очень часто это понятие символа смешивают с понятием символического изображения, которое для «краткости» также именуют «символом». Но символическое изображение - это особое понятие, которое является вовсе не абстракцией знания, а, наоборот, его предельно ограниченной конкретизацией, поскольку каждое символическое изображение строго соответствует совершенно определенному конкретному, единственному объекту, который оно

символизирует. Символические изображения крайне эфемерны, исторически непостоянны и возникают в языке как понятие - стихийно, спонтанно, по прихоти людей - и потому не всегда имеют международное признание, одинаковое для всех стран и народов. Имеются такие конкретные и известные объекты, которые не имеют изобразительного эталона, не могут быть узнаны при изображении. Именно такие объекты могут играть роль символов, но не могут быть эмблемами. Символика (гр. «symbolikos») - это совокупность символов, посредством которых выражаются некие духовные ценности определенных групп людей.

Одним из феноменов постиндустриального общества становится так называемое символическое потребление. Символикой насыщено все социальное пространство и все поведение человека. Можно лишь заметить, что вряд ли кто сегодня будет оспаривать тот факт, что одним людям противно любое изображение «свастики», другим - «звезды Давида», одним - «двуглавого орла», другим - «серпа и молота». Иначе, можно сказать, что символика, безусловно, влияет на наше восприятие, а значит, и на поведение. Символика часто бывает связана с татуировками. Нанесенная на кожу людей она мигрирует по всей планете.

Татуировка - это искусственное нарушение целостности кожного покрова с помощью колющих (режущих) инструментов и последующее введение в кожу красящих веществ с целью получения стойких, не исчезающих рисунков или иных изображений. Характерно, что татуировки наносятся у народов со светлой кожей, у темнокожих вместо нее используется нанесение порезов с последующим рельефным рубцеванием.

Слово «татуировка», как полагают одни исследователи, происходит от полинезийского «тату» - «рисунок», или от «Тики» - имени полинезийского бога, по преданию, явившего татуировку миру. Другие исследователи считают, что данное слово произошло от ямайского корня «тау», переводящегося как «рана».

Татуировка во времени восходит к периоду первобытнообщинного и раннеклассового общества. Она была первоначально знаком племени, рода, социальной принадлежности и т.д. Распространение татуировки в Европе относится к XIII веку в среде балаганных и цирковых артистов, демонстрировавших перед публикой причудливо разрисованные тела. Дальнейшее распространение татуировок также связано с профессиональными факторами. Они получают признание, например, у моряков с их традиционными якорьками, корабликами, наядами и т.п. На бытовом уровне, независимо от профессии, накалывают инициалы, имена любимых и многое другое. В преступной среде татуировку называют: «картинкой», «наколкой», «прошивкой», «регалкой».

Внешность человека говорит о многом, среди бросающихся примет особое место занимают татуировки, демонстрирующие отношение к жизни и

окружающим, близкие связи, эстетические вкусы человека, занимаемое им место в окружающей среде.

По виду изображения и смысловому значению татуировки могут быть сведены в следующие группы: а) даты, цифры, отдельные буквы (инициалы), сочетания букв (аббревиатуры), слова; б) тексты (словосочетания); в) рисунки с открытым смыслом (украшательского характера); г) условные знаки-символы, рисунки со скрытым смыслом.

В последнее время «татуаж» стали относить к разряду искусства, и он не является клеймом, а нанесенное изображение ни к чему не обязывает. Но для определенного контингента это по-прежнему остается их визитной карточкой.

Нанесение татуировок имеет немаловажное значение и для субкультуры бритоголовых. Нанесенные на кожу изображения являются одним из основных опознавательных признаков «своего».

На настоящий момент основное количество бритоголовых, т.н. «модников» или «фуфлыжников», не знает значения татуировок и правильное их месторасположение и предпочитает делать себе татуировки на нейтральные темы. Среди них - трайблы (модернизированные узоры с Полинезийских островов), кельтские узоры, оскалы тигров, волков, пантер и львов. Популярны драконы, звери, оружие, фигуры солдат и мифических героев или портреты различных лидеров всех времен и народов, названия групп или обложки пластинок. Иногда воспроизводятся рисунки хорошо известные другим скинхедам.



По своему содержанию эти татуировки разнообразны, дать исчерпывающее объяснение их значения крайне трудно, тем более что разные лица могут придавать им неодинаковое смысловое значение. Они, скорее всего, носят декоративно-эстетическую функцию.

### **Свастика**

Целый ряд взглядов на появление свастики связан с Древней Индией. Свастика считается символическим обозначением палочек для добывания огня, что указывает на её связь с огненным божеством Агни. Свастика рассматривается как результат эволюции первоначального солнечного символа – круга в кресте с дальнейшим приданием ему динамики, путём его



изображения вращающимся – с целью передачи движения Солнца по небосводу. Солнце давало свет, тепло и урожай - неудивительно, что оно испокон веков ассоциируется в человеческом сознании с понятиями блага, добра, удачи, света и тепла, как физического, так и духовного. С другой стороны, человек давным-давно осознал цикличность бытия, круговорот рождения-смерти, зимы-лета и так далее. С незапамятных времён люди пытались спроецировать все-

ленские законы на предметы, окружавшие их в жизни. Слово «свастика» традиционно обозначает равносторонний крест с загнутыми в одну сторону концами.

Также её можно интерпретировать как четыре угла, соединённых в одной точке. Иногда углы были закруглёнными, иногда прямыми, острыми и даже тупыми. Само название происходит от сочетания санскритских слов «су» (добро) и «асти» (быть). К этому же корню восходит русское «свет».

Старейшие археологические артефакты с изображением свастики датируются приблизительно 10-15 тысячелетием до н. э. Как религиозный символ свастику используют последователи Индуизма, Джайнизма и Буддизма на Востоке, Друиды Ирландии, Шотландии, Скандинавии, представители Натуррелигиозных конфессий Европы и Америки на Западе. В России свастичные символы встречаются у сторонников Древних Ведических культов, а также у Православных Староверов-Инглингов, исповедующих Веру Первопредков - Инглизм.

Свастическую символику используют в России, в основном, неонацистские и языческие организации. Так, «Солардъ» совмещенный с восьмиконечной Звездой Лады - Богородицы, применяется Русским Национальным Единством (РНЕ).



Под определение «нацистской» символики подходит свастика, стоящая на ребре в 45°, с концами, направленными в правую сторону. Именно такой знак находился на государственном знамени национал-социалистической Германии с 1933 по 1945 гг., а также на эмблемах гражданских и военных служб этой страны. Для правых скинхедов свастика не только символ национал-социализма (NS), но и символ плодородия и благоденствия.

При организации профилактической работы по фактам проявления экстремизма следует иметь в виду, что на лидеров и активных участников экстремистских формирований по решению суда могут быть наложены ограничения в гражданских правах, которые сами по себе являются важным профилактическим средством. Они включают ограничение доступа к государственной и муниципальной службе, военной службе по контракту и службе в правоохранительных органах, а также работе в образовательных учреждениях и занятиях частной детективной и охранной деятельностью.

Проявления молодежного экстремизма все чаще встречаются в нашей стране, на фоне социальной неустроенности находят благодатную почву, привлекая в свои ряды все новых участников. Противостоять этой угрозе можно, используя методы ранней профилактики, проведение профилактических мероприятий в образовательных учреждениях. Осуществлять противодействие экстремизму в молодежной среде необходимо именно на уровне первичных групп, не дожидаясь, когда эпизодические проявления молодежного экстремизма примут системный характер и перерастут в «городскую герилью».

### **Общая характеристика проблемы терроризма**

Человечество вступило в новое тысячелетие и, к сожалению, унаследовало тяжелый груз серьезнейших проблем. Одна из них - терроризм в самых различных формах и проявлениях. Сегодня он стал опаснейшим глобальным вызовом обществу. Терроризм дестабилизирует безопасность стран и целых регионов, препятствует нормальному развитию международных отношений. Тревожит растущий уровень финансовых возможностей и технической оснащенности террористических группировок, транснациональный характер их деятельности. Террористы рвутся к оружию массового уничтожения, стремятся оказать влияние на формирование нового миропорядка.

За последние 20 лет в мире было совершено около 40 тыс. терактов. Терроризм во все большей степени превращается в тревожную повседневность мировой действительности.

Терроризм - явление многоплановое: сюда входят политические, правовые, психологические, философские, исторические, технологические и иные аспекты жизни современного общества. Не случайно мировому со-

обществу так и не удалось выработать общеприемлемое юридическое определение терроризма, хотя сущностное наполнение этого феномена для всех понятно.

Под терроризмом понимаются планомерно подготовленные, вызывающие шок нелегальные насильственные действия, преследующие цель посеять ужас и неуверенность, а наряду с этим вызвать готовность помогать террористам.

В общем и целом террористические группы слишком слабы, чтобы открыто выступать против правительства или режима, поэтому они действуют тайно. Однако связанная с этим постоянная необходимость держать все в тайне на практике проявляется как препятствие для их далеко идущих планов осуществления политического переворота. Скрытность действий ограничивает размер террористических групп и заставляет их искать международные контакты. Идеологически близкие террористические организации предпринимают попытки согласовывать свою деятельность на международном уровне, чтобы сделать наиболее оптимальным эффект проводимых операций.

Современная система многостороннего сотрудничества в борьбе с терроризмом сложилась в основном за последние четыре десятилетия. В глобальном измерении она осуществляется под эгидой Организации Объединенных Наций (ООН) и ее специальных учреждений на основе двенадцати универсальных конвенций и протоколов о борьбе с различными проявлениями терроризма на суше, на море и в воздухе. Это прежде всего Международная морская организация (ИМО), Международная морская организация гражданской авиации (ИКАО), Международное агентство по атомной энергии (МАГАТЭ).

Международное сообщество разработало основополагающие принципы сотрудничества в борьбе с терроризмом. Важнейшие среди них - неуклонно следовать общепризнанным принципам и нормам международного права, добиваться всеобщего осуждения и признания противоправности терроризма во всех его проявлениях.

Отпор терроризму немислим без претворения в жизнь принципа международного сотрудничества в борьбе с этим явлением и прежде всего обеспечения неотвратимости наказания за содеянное преступление. В политическом и правовом планах именно ООН стала главным центром глобального противостояния терроризму. Различные аспекты взаимодействия государств регулярно обсуждаются на Генеральной Ассамблее ООН и в ее органах, специализированных учреждениях ООН, Комиссии ООН по правам человека, конгрессах ООН по предупреждению преступности и обращению с правонарушителями. Мощный импульс этой работе придало инициированное в 1999 г. Россией обсуждение противодействия терроризму, несущему угрозу миру и безопасности, на Совете Безопасности ООН. Принятая по его итогам резолюция 1269 признана в качестве стратегиче-

ской основы для работы Совета Безопасности ООН на антитеррористическом направлении. В ООН идет работа над российским проектом Конвенции по борьбе с актами ядерного терроризма, которая призвана стать важным элементом универсальной правовой основы взаимодействия государств в искоренении этого зла.

Новый, весьма важный и обнадеживающий момент в борьбе с терроризмом - выработка параметров конкретных совместных действий США, Великобритании, Франции, Германии, Японии, Канады, Италии и России. Разумеется, эти государства в силу их политического и экономического влияния обладают немалыми возможностями для искоренения террористической угрозы на нашей планете.

Создан и начал функционировать Антитеррористический центр государств-участников СНГ. Общее руководство его работой осуществляет Совет руководителей основ безопасности и специальных служб стран СНГ. Важнейшим инструментом реализации намеченных планов в борьбе с преступностью и терроризмом является создание советов правоохранительных органов и специальных служб стран СНГ. Анализ проведенной ими работы показывает, что за последние несколько лет удалось наладить взаимодействие в сфере, имеющей непосредственное отношение к национальной безопасности государств Содружества.

Состоявшееся в Москве 28 сентября 2001 г. заседание Совета глав правительств стран СНГ проходило на фоне напряженной международной обстановки, сложившейся в связи с террористическими актами в США. Поэтому участники встречи единодушно приняли специальное заявление, осуждающее международный терроризм, а также сепаратизм.

Сотрудничество в борьбе с терроризмом развивается и на двустороннем уровне. Ярким его примером является деятельность созданных по решению высших должностных лиц российско-американской и российско-индийской рабочих групп по противодействию террористической угрозе, исходящей с территории Афганистана. На группах рассматриваются вызовы региональной и международной стабильности, возникающие в результате поддержки терроризма со стороны талибов, и вырабатываются конкретные меры в целях противодействия этой угрозе. Важное значение имеет постановление Правительства Российской Федерации от 6 ноября 1998 г., в соответствии с которым создана и начала работу Федеральная антитеррористическая комиссия в составе представителей руководства заинтересованных ведомств. Важно как можно скорее «запустить» в действие недавно принятые в этой области договорные акты, в том числе международные конвенции о борьбе с «бомбовым» терроризмом.

25 июля 1998 г. в нашей стране принят Федеральный закон «О борьбе с терроризмом», который создает прочную нормативно-правовую базу для активизации деятельности правоохранительных органов России в борьбе с терроризмом как внутри страны, так и на международном уровне.

Современное международное сотрудничество в борьбе с терроризмом развивается сравнительно динамично, но оно все же отстает от вызовов времени. Основные направления повышения эффективности антитеррористического взаимодействия включают различные составляющие:

- укрепление правового фундамента. В целях придания ему действительно универсального характера важно всемерно расширять круг участников действующих глобальных антитеррористических договоров, устанавливающих своего рода общий знаменатель совместного противодействия государствам угрозе терроризма. Россия активно поддерживает направленные на достижение этой цели ежегодные обращения Генеральной Ассамблеи ООН;

- выработку общей стратегии борьбы с терроризмом как уголовным деянием, в основе которой необходимость объединения усилий международного сообщества в противодействии этому явлению, неотвратимость ответственности за преступление, оказание помощи его жертвам, формирование в мире атмосферы активного неприятия терроризма;

- лишение террористов ореола борцов за веру, справедливость, против любых форм угнетения и дискриминации.

В идеологическом противоборстве с терроризмом необходимо сделать своими союзниками влиятельные неправительственные структуры, включая представителей различных религиозных конфессий, в целом гражданское общество.

Особо важным вопросом является тема подключения средств массовой информации, мобилизации международного общественного мнения на борьбу с терроризмом, а возможно, и выработки соответствующих международных рекомендаций. Борьба с терроризмом предполагает совершенствование международного сотрудничества и предъявляет новые требования к системе координации усилий в противостоянии этому опасному вызову внутри самих государств.

Особое значение приобретает комплексный подход с упором на максимальное сужение социальной почвы терроризма — безработицы, нищеты, неграмотности, различных форм дискриминации. Отсюда можно сделать следующие выводы:

вступит ли какое-либо государство в борьбу против транснационального терроризма и насколько последовательны будут его действия, зависит в значительной мере от политического соотношения сил внутри собственной страны, и в особенности от того, существуют ли в ней меньшинства, которые идентифицируют себя с террористами и их окружением или бескомпромиссно отвергают их;

двусторонние договоренности последовательной борьбы с терроризмом зачастую эффективнее многосторонних соглашений. При этом решающее значение имеет неформальный дух, в котором выдержаны эти со-

глашения, т.е. серьезность намерений участников совместно решать проблему, и, напротив, менее значим формальный текст договора;

государства, имеющие похожее устройство, политическую культуру и сталкивающиеся со схожими проблемами, могут легче достичь консенсуса в отношении способов борьбы с террористами и наполнить их конкретным содержанием, чем страны с различными политическими культурами и интересами.

Поскольку не существует международного терроризма со сложившимися качествами, дальнейшее его развитие зависит от того, будут ли сокращаться или, скорее, все шире распространяться три его основные формы: социально-революционная, этническо-националистическая и религиозная. Даже если трудно сделать общий вывод о будущем развитии терроризма, можно прогнозировать его идеологическое и пространственное смещение: от социал-революционного терроризма к терактам с религиозными мотивами, из Европы - в Северную Африку и на Ближний Восток.

Высокий уровень общественного сознания, политическая культура населения, богатые и глубоко укоренившиеся демократические традиции, хорошо отлаженная и четко работающая государственная машина создают в развитых странах обстановку отторжения и неприятия терроризма.

### **Формы террористического насилия**

Для того чтобы вести эффективную борьбу с терроризмом, надо найти его корни и изучить среду, их питающую. Так, например, враждебное отношение к «чужой» культуре уходит корнями в совершенно различные мифологические, религиозные и философские системы, но на эмоциональном уровне проявляются общечеловеческие психологические свойства.

Враждебная триада - гнев, отвращение и презрение - составляет эмоциональный фон, который выключает «чужого» из принятых моральных и этических норм и помещает его в категорию «социализированное зло». Осознание того, что другой человек не принадлежит к миру «своих», переводит его в категорию «недочеловек». Мысль о том, что он ритуально нечистый, резко снижает сознательный, культурно выработанный контроль над разнообразными проявлениями агрессии по отношению к данному человеку. Это же отношение может быть перенесено и на группу людей.

Необходимо отметить, что обнаруживаемое в обществе враждебное отношение к определенным социальным или национальным группам не ведет к немедленному и явно выраженному проявлению насилия и агрессии по отношению к представителям данных групп. Это отношение может концентрироваться в форме скрытого «недолюбия».

Однако при определенных условиях, особенно в тех случаях, когда есть лидирующая группа с элементами террористической направленности

в идеологии, личностное или общественное «недолюбие» к чужакам может стать основой для терроризма.

Терроризм, в свою очередь, будет иметь проявление в виде трех форм насилия: прямого, структурного и культурного.

Наиболее явным является прямое насилие со всеми видами жестокости, проявляемой людьми друг к другу, к другим формам жизни и природе в целом. Оно проявляется в следующих формах: убийство; телесные повреждения (в том числе и массовые - через взрывы, пожары и другие виды терактов); блокада и запретительные санкции; запрещение родного языка и навязывание другого; отношение к чужакам как гражданам второго сорта; репрессии; задержание; изгнание.

Структурное насилие проявляется в случаях, когда люди, нижестоящие по социальному статусу, ущемлены настолько, что умирают от голода и болезней; когда происходит внедрение в их сознание ложной информации.

Под культурным насилием рассматривают аспекты культуры, представленные религией и идеологией, языком и искусством, эмпирической и формальной наукой (логикой и математикой), которые могут быть использованы для оправдания прямого и структурного насилия.

Эти три формы насилия имеют базовые различия во временном отношении: прямое - само событие; структурное - процесс с подъемами и спадами; культурное обнаруживает склонность к «перманентности», оставаясь, по существу, неизменным на долгие периоды с медленной трансформацией базовой культуры.

Можно установить связь между культурным и прямым насилием через структурное. Культура подавляющего общества проповедует, учит, заставляет рассматривать эксплуатацию и репрессии в качестве нормальных и естественных явлений или не замечать их вовсе.

Изучение форм культурного насилия проливает свет на то, каким образом прямое и структурное насилие делается приемлемым в обществе.

Один из способов культурного насилия состоит в изменении моральной окраски действия. Например, убивать во имя страны и нации - справедливо, а убивать ради себя - нет.

Большинство моральных и материальных ценностей, культивирующихся в современном обществе, способствует тому, что агрессия и насилие активно проявляются и воспроизводятся в социуме. Это в первую очередь имеет отношение к статусным, имущественным, возрастным отношениям и создает основу для сильных социальных напряжений в обществе.

Это особенно заметно проявляется в модернизирующихся странах, где большинство людей явно или неявно вовлечено в процесс перераспределения ресурсов и статусов. Такое состояние социума способствует тому, что прямое и структурное насилие проявляется либо как попытка людей, нижестоящих по социальному статусу, уравнивать положение, перераспреде-

лить богатство, отомстить, либо как действия со стороны людей, желающих сохранить или повысить свой статус.

Люди, чувствующие себя униженными, зажатыми и подавленными, начинают использовать прямое насилие для изменения своего положения. Возникает контрнасилие.

Многочисленные исследования показали, что рост насильственных действий в обществе тесно связан с крупными и резкими социальными переменами (например, модернизация страны). Происходят нарушения традиционной организации общества, что заставляет людей обратить внимание на свои личные проблемы.

Ощущение (не всегда осознанное и объективное) невозможности удовлетворения своих потребностей способствует повышению вероятности того, что наиболее предсказуемой реакцией становятся различные формы прямого насилия. Но это не единственная реакция, так как при этом могут возникнуть также чувство безнадежности, синдромы лишения и фрустрации, которые проявляются как направленная внутрь агрессия или как апатия и отстранение.

### **Психологические портреты террориста и его жертвы**

Многочисленные исследования, проводимые зарубежными и отечественными специалистами, позволили составить общий психологический портрет личности террориста, с помощью которого можно выделить его основные характерные черты.

Это лица, трудно адаптирующиеся к общественным устоям и правилам, уверенные в собственном превосходстве над окружающими и испытывающие желание получить признание, славу; террорист - всегда одиночка, даже если ему удалось в какой-то период создать активно действующую группу.

У большинства террористов обнаруживают расстройства личности с высоким уровнем косвенной агрессии; механизм реализации террористического акта, как правило, включает в себя аффектогенную мотивацию, психопатическую самоактуализацию и развивается по схемам:

- утрата связей с обществом - оппозиция обществу - переживание общественного давления;
- фрустрация - желание лидерства «вопреки» - месть обществу за отвержение.

Главная цель террориста - демонстрация собственной силы, а не нанесение реального ущерба; наиболее громкие террористические акты отмечены, как правило, многочисленными жертвами, что создает страх перед террористом, служит компенсацией со стороны общества и питает его амбиции. Террорист не стремится к безымянности, он всегда охотно берет на себя ответственность за свои действия.

Личность террориста характеризуется сочетанием истерических и эксплозивных черт, высоким уровнем невротизма и фрустрированностью, приводящей к прорыву барьера социальной адаптации, выраженной диссоциальностью; далеко не всегда террористы обнаруживают физическую агрессию (более характерную для лиц, совершающих преступления против личности, как-то: убийства, изнасилования).

В детском и подростковом возрасте террористы обнаруживали высокий уровень притязаний, завышенную самооценку, отличались склонностью к фантазированию, занимали выраженную внешнеобвиняющую позицию, требовали к себе повышенного внимания педагогов. Уровень их школьной успеваемости не отличался от среднего, у них часто обнаруживали избирательную склонность к одному-двум школьным предметам; как правило, они были отверженными среди сверстников, нередко имели явные или скрытые физические дефекты; жестокости в их поведении не отмечалось, однако часто они совершали акты вандализма.

Жертвы террористических актов, как правило, ни в чем не повинные мирные люди. Совершение террористического акта делает их товарищами по несчастью и обуславливает развитие довольно стереотипных реакций. Анализ поведения жертв террористических актов показал, что оно по многим параметрам сближается с поведением жертв стихийных бедствий и техногенных катастроф.

По различным классификациям выделяются разные фазы поведенческих реакций. Объединяя данные многих исследователей, можно обозначить:

- фазу предвоздействия, когда испытываются чувства грядущей беды, беспокойство, ощущение угрозы; эта фаза особенно актуальна, если террористические акты осуществляются систематически либо им предшествуют угрозы; нередко угроза игнорируется. На фазе предвоздействия среди населения отмечаются единичные невротические расстройства с выраженным психогенным компонентом и паническим радикалом;

- фазу воздействия - непосредственно период действия разрушительного фактора; как правило, это минуты и часы, реже - дни; доминирующей эмоцией в этот период является страх;

- героическую фазу, которая длится также несколько часов или дней, сопровождается подъемом, воодушевлением, всплеском альтруизма, желанием помочь пострадавшим спастись и выжить;

- фазу «медового месяца», которая сопровождается чувством гордости за то, что опасность преодолена, уверенностью в том, что в скором времени проблемы будут решены;

- фазу разочарования, которая длится до полутора лет, сопровождается чувством разочарования, гнева, негодования и горечи, крушением личных надежд;

- фазу восстановления, которая развивается через полтора-два года, сопровождается осознанием необходимости налаживать жизнь, брать на себя ответственность за решение насущных проблем.

Знание психологического состояния жертв террористических актов и этапов восстановительного периода поможет найти оптимальный и верный путь оказания необходимой помощи жертве терроризма.

### **Рок-музыка и агрессия**

Специальные исследования показали, что звучание рок-музыки на дискотеках и молодежных концертах приближается к 120 дБ у эстрады и к 108-110 дБ в центре зала. Такой уровень звучания, лежащий за пределами психофизиологической нормы, приводит к травмированию органов слуха и его снижению. Повышенная громкость и характер рок-музыки при длительном воздействии рассеивают внимание, угнетают умственную деятельность, приводят к состоянию повышенной возбудимости, нарушению памяти, снижению интеллектуальных возможностей человека.

При длительном прослушивании музыки в стиле тяжелого рока нарушается нормальный режим работы головного мозга и начинают осуществляться биохимические процессы, не свойственные для него в нормальных условиях (аналогичные действию наркотических веществ) и совсем не безобидные для здоровья. Они приводят к нервному истощению, психическим заболеваниям, нарушениям норм общепринятого поведения.

Многие фестивали рок-музыки в 70-90-х гг. XX в. заканчивались побоищами, в результате которых сотни людей получили серьезные травмы, а некоторые из них за удовольствие приобщиться к миру звуков рок-музыки заплатились жизнью.

Данные исследования сотрудников Всесоюзного научно-методического центра по изучению и предупреждению экстремальных состояний Белорусского государственного университета свидетельствуют, что действие рок-музыки (тяжелый рок) вызывает раздражительность, агрессивность, и в конечном итоге организм попадает в экстремальное состояние и происходит нарушение его жизненно важных функций.

Все это позволило сделать вывод, что стиль «тяжелый металл» в рок-музыке особенно агрессивен в отношении эмоциональной сферы. По мнению профессора Г. Рауха (Германия), определенные виды современной развлекательной музыки могут быть отнесены к сильным раздражителям нервной системы, способствующим активному выделению стресс-гормонов, которые «стирают» часть запечатленной в мозгу информации и таким образом оказывают отрицательное влияние на интеллектуальную сферу человека. Ученые единодушно пришли к выводу, что влечение к рок-музыке составляет одну из проблем рискованного образа жизни и требует решения не только на психофизиологическом, биохимическом, но и на социальном уровне во всем мире.

## Урбанистическая среда – источник бытового терроризма

Особенности урбанистических условий жизни человека не отвечают потребностям, сформированным в процессе многовековой его адаптации к природной среде. В искусственных ландшафтах естественным путем не складываются устойчивые, веками проверенные благоприятные для человека стереотипы поведения, которыми можно было бы надежно руководствоваться и которые способствовали бы достижению психоэмоционального комфорта при соблюдении неких правил, создавая надежную психологическую защиту.

Формами психологической защиты от стрессов повседневной жизни стали:

- в сфере социальной жизни - социальная мимикрия, социальное отшельничество, асоциальные формы поведения. В основе, как правило, лежит неспособность к производительному труду и невозможность по тем или иным причинам профессионального совершенствования в труде;

- в сфере семейной жизни - принижение лиц противоположного пола, половое отчуждение (от равнодушия до агрессивности), следствием чего является «нарочитое одиночество», снижение рождаемости или «сознательная» бездетность, наконец, разложение семьи как социального института. В основе этого, как правило, также коренится дезаптация - неумение разобраться в реалиях жизни, правильно выстроить жизненные приоритеты, своего рода инфантилизм;

- в сфере личности - эмоциональный хронический стресс вследствие невозможности своевременной переоценки ценностей и адекватного изменения поведения приводит к вредным привычкам (пьянству, употреблению наркотиков, половой распущенности и пр.).

Эмоциональные стрессы - тяжелые переживания жизненных ситуаций, остро и длительно ограничивающие социальные и биологические потребности человека. Сейчас жизнь запрограммирована на эмоциональные стрессы и невозможна без них. Личность разрушают несильные, но длительные, постоянные, хронические отрицательные эмоции (тревога, страх, гнев, неудовлетворенность, внутренняя напряженность, неуверенность в себе, недоверие к окружающим, чувство одиночества, обиды и др.). Углубление этих эмоций может привести к нарушению трудоспособности и анатомо-физиологическим отклонениям.

Эмоциональным стрессам подвержены холерики и меланхолики — люди, которым в разной степени присущи такие качества, как тревожность, конфликтность, чрезмерная ответственность, недооценка собственной усталости, а также такие качества, как мнительность, ранимость, робость, соперничество, максимализм, нетерпимость.

Следствием эмоционального стресса бывают психосоматические заболевания: гипертония, ишемическая болезнь сердца (вплоть до инфаркта),

ишемия мозга (до инсульта), язва желудка и двенадцатиперстной кишки, энтерит, панкреатит, запоры, нейродермит, потеря зрения и др. При повторении эмоционального стресса возможен рецидив вылеченного психосоматического заболевания. Таким образом, создается порочный круг: стресс - заболевание - стресс.

Стресс усиливает расстройства памяти, нарушается сон, возникает депрессия, нервозность.

Тем не менее стресс периодически необходим организму как закаляющее, развивающее и укрепляющее средство. Поэтому необходимо научиться справляться с жизненными трудностями, обязательно делать это самому, самостоятельно преодолевая стрессовые ситуации.

К общеизвестным способам профилактики и преодоления стрессов относятся соблюдение режима дня, правильное чередование работы и отдыха, полноценный сон, хорошо сбалансированное питание. Эти способы крайне необходимы детям, поскольку волевая саморегуляция их поведения при несформированности или слабости мотивации малоэффективна, и долг учителей и родителей - обеспечить все необходимое для психологической защиты ребенка, не мирясь с дезадаптивным поведением детей, а создавая условия для нормальной адаптации к жизни.

### **Общая характеристика подросткового сообщества**

Терроризм - насильственные акты, совершаемые против лиц или объектов, находящихся под защитой международного права.

Агрессия - индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического вреда, ущерба либо на уничтожение другого человека, группы людей.

Аутоагрессивное поведение - проекция агрессии на собственную личность; проявляется в различных формах - пьянство, наркомания, рискованное и провоцирующее поведение, самоповреждения и суицидальные попытки.

Несколько лет назад все означенные в терминах проблемы не затрагивались педагогами средней школы ни на уроках, ни на воспитательных часах. Однако в последние годы все больше подростков втягиваются во взрослые игры: мальчики и девочки становятся активными потребителями наркотических средств и торговцами смертоносным зельем, среди них немало владельцев и пользователей огнестрельного оружия, все чаще среди членов банд встречаются несовершеннолетние. Конечно, подростки - самое точное из «социальных зеркал», и их социально нездоровое поведение отражает болезни общества. Однако известно, что большинство болезней легче предупредить, чем вылечить.

В любом обществе во все времена нет, не было и не будет более подвижной возрастной группы, чем подростки. Возраст между 12 и 18 года-

ми называют трудным, переходным, опасным. Все эти эпитеты уместны, но они не отражают сути явления. Подростки вовсе не ставят перед собой задачу усложнять жизнь и быт взрослых. Они просто живут в другом мире, редко переходя границу, отделяющую понятие «наше» от понятия «их».

Подростковое «наше» может иметь довольно широкие границы как в пространственном, так и в личностном плане. Нам, взрослым, иногда кажется, что ребята вкладывают в него только те понятия, которые касаются школы, клуба, кружка, лагеря, «тусовки». Нет! При всем своем нигилизме, юношеском максимализме, космополитизме современные подростки в глубине души патриоты. Позитивные чувства к малой и большой Родине для них весьма значимы. И эта возрастная особенность иногда используется представителями различных черносотенных, националистических, профашистских организаций, но редко учитывается теми, кто по долгу службы должен заниматься гражданским воспитанием.

Как помочь подросткам не стать жертвами собственной и чужой агрессии, не быть втянутыми в криминальные и террористические группировки?

Какие особенности подросткового сообщества должны находиться в сфере внимания широких слоев педагогической общественности, чтобы она смогла помочь личности в процессе взросления?

1. Возрастной психофизиологический кризис и связанные с ним процессы определения себя в обществе.

2. Осознанная или неосознанная маргинальная, отличная от общественного мнения позиция, которую можно кратко выразить следующей фразой: «Я уникален и веду себя так, как хочу». Здесь необходимо отметить, что многие подростки принимают конвенционную (согласательскую) мораль общества и не проявляют прилюдно свое неформальное «Я». Они ведут себя так, как принято в обществе, но делают это с определенной долей презрения, как бы говоря всем своим видом: «Пожалуйста, я сделаю так, как вы хотите, но я все равно с вами не согласен, мне просто связываться с вами не хочется». И это тоже позиция, достаточно благоприятная с социальной точки зрения.

3. Ориентация на систему значимости. Этот процесс связан с поиском собственной социальной ниши, с недостаточностью внутренних природно-психологических сил, личностной незрелостью, неопределенностью в поступках и мировосприятии.

4. Изменение системы ценностей в обществе и неприятие подростковым сообществом системы ценностей взрослых, желание изменить мир, но полное отсутствие представлений о том, как это сделать.

Для современного исторического момента характерна попытка подростков приспособиться к правилам жестоких игр, в которые играют взрослые, когда наркотизация, проституция, криминализация несовершеннолетних превратилась в инструмент в руках циничных, как правило, асо-

циальных представителей общества. Подростки пытаются приспособиться к условиям существования в этой среде, уцелеть и выжить. Им это далеко не всегда удается еще и потому, что социальная часть общества не всегда достаточно активно противостоит ее асоциальной части, забывая о том, что взрослые обязаны защищать детей и подростков.

В последнее время в подростковой среде отмечается рост здоровой «субкультурной сопротивляемости». Психологические и социальные «срезы» позволяют говорить о появлении неформальных подростковых лидеров с социальной направленностью, с позитивной жизненной установкой. Выявление таких лидеров, работа с ними будут залогом того, что построение гражданского общества в России - задача, реально выполняемая в обозримом историческом времени.

### **Домашнее насилие как основа для формирования агрессивных склонностей у подростков**

Одной из основных черт нашего времени является всепроникающее насилие. С экрана телевизора, со страниц газет и журналов мы ежедневно узнаем о перестрелках, убийствах, боевых действиях в самых разных частях планеты. Но бытовое домашнее насилие стало привлекать к себе внимание общества лишь в последние тридцать лет, несмотря на то, что этот вид насилия уже многие годы является скрытой эпидемией. По данным американских исследователей, нападение супруга (партнера) более распространено, чем автомобильные катастрофы, хулиганские нападения и онкологические заболевания, вместе взятые. Научные исследования, проводимые в нашей стране, показывают, что одна треть потерпевших от убийств - родственники.

В США большое значение придается изучению относительно легких форм насилия, бытующего в семейных отношениях, так как случаев нанесения побоев и телесных повреждений несомненно больше, чем убийств. Но первые как бы создают почву для более серьезных форм насилия. Легкие формы домашнего насилия редко придают огласке и еще реже становятся известны официальным органам. Однако исследования показывают, что истинный уровень агрессивных инцидентов в семье чрезвычайно высок и в США охватывает 51% всех супружеских пар.

Домашнее насилие применяется с целью контроля, запугивания и внушения чувства страха остальным членам семьи и проявляется в семьях с самым разным социальным статусом, а не только в бедных и неустроенных семьях, как традиционно считают многие.

Существует несколько форм домашнего насилия: физическое - использование силы для нанесения повреждений различной степени тяжести вплоть до убийства; вербальное (словесное) - ссора, ругань, проклятия, оскорбления и угрозы; психическое - игнорирование чувств (безразличие),

унижение, оскорбление убеждений, имеющих для жертвы ценность, наказание детей, поводом для которого является чувство злобы к супругу; сексуальное - принуждение человека к самым разным сексуальным отношениям против его воли; экономическое - лишение экономической независимости.

Каждый из этих видов насилия может одинаково приносить боль, и невозможно разделить ее силу по степени воздействия. Угроза физического, сексуального или экономического насилия - это тоже пример психического насилия.

- Насильственное, агрессивное поведение является одной из наиболее действенных форм реагирования на различные неблагоприятные жизненные ситуации. Психологически агрессия - это способ решения проблем, связанных с самозащитой и ростом ощущения собственной ценности и самооценки, а также сохранением и усилением контроля над существенным для человека окружением.

Агрессивные действия могут выступать в качестве:

- средства достижения значимой цели;
- способа психологической разрядки как в форме атаки на «козла отпущения», так и в виде собственного участия или наблюдения за агрессивными играми или кинофильмами;
- способа удовлетворения потребности в самореализации и самоутверждении.

Желание произвести или сохранить благоприятное впечатление может породить самые разные способы агрессивного реагирования. Очень часто эти действия проявляются в присутствии других людей, т. е. когда есть на кого произвести впечатление. Вместе с тем многие домашние насильники не желают рисковать своей репутацией и социальным положением. Именно поэтому фрустрированные (уставшие от различных стрессов и житейских неудач), не реализовавшие себя в трудовой деятельности люди ведут себя чрезвычайно агрессивно дома с более слабыми и беззащитными людьми.

Традиционно считают, что жертвами домашнего насилия являются в первую очередь женщины, и поэтому большая часть программ как у нас в стране, так и за рубежом ориентирована на помощь именно женщинам. Однако исследования специалистов показывают, что наиболее страдающими от домашнего насилия членами семьи являются дети.

Исследование преуспевающих деловых москвичек показало, что большинство из них стало чаще бить своих детей, в доме участились ссоры, а их не менее преуспевающие мужья стали бить их самих, чего раньше не делали. Дети слабее и уязвимее, их участие в ситуациях домашнего насилия существенным образом сказывается на их дальнейшей жизни. Известно, что большая часть социальных навыков, необходимых человеку в его жизни, приобретается путем наблюдения за поведением взрослых. Чем

значимее для ребенка взрослый, а в первую очередь такими людьми являются члены его семьи, тем быстрее запоминается и лучше воспроизводится определенная форма поведения. Исследования личности агрессивно ведущих себя в детском саду девочек и мальчиков показали, что их отцы часто ведут себя агрессивно и любят смотреть фильмы с насилием.

Самые разные формы насилия запоминаются на более длительный срок и воспроизводятся быстрее и чаще, чем позитивные формы поведения.

На агрессивное поведение детей существенное влияние оказывает и система наказания, применяемая в семье. Дети, выросшие в жесткой и неблагоприятной семейной обстановке, чаще оценивались сверстниками и воспитателями как агрессивные и чаще проявляли свою агрессию в дальнейшей, особенно семейной, жизни. С другой стороны, ребенок, к которому проявляли слишком мало интереса и которому достается мало родительской, особенно материнской, любви, которому предоставлено слишком много свободы и для которого введено мало ограничений на проявление негативного, агрессивного поведения, скорее всего, вырастет агрессивным.

Необходимо помнить, что попытки сдерживать активное поведение ребенка с помощью физического наказания зачастую напоминают метание бумеранга:

- во-первых, как уже упоминалось, наказывающие родители могут стать примером агрессивного поведения;
- во-вторых, дети, которых часто наказывают, будут стремиться избегать своих родителей или оказывать им сопротивление;
- в-третьих, если наказание слишком возбуждает и расстраивает, они могут вытеснить из памяти причину наказания и бессознательно сопротивляться усвоению правил приемлемого в обществе поведения.

И наконец, дети могут осознать, что агрессию можно проявлять в тех местах, которые не контролируются взрослыми, и так, чтобы об их негативном поведении не стало известно. По сути дела, подобное наказание заставляет скрывать внешние проявления нежелательного поведения, но не устраняет его.

Для того чтобы наказание было эффективным, необходимо следующее:

- акт наказания регулярно и с высокой вероятностью должен осуществляться после совершения проступка;
- временной разрыв между проступком и наказанием должен быть минимален;
- наказание должно применяться последовательно, нельзя один раз наказывать за проступок, а в другой раз игнорировать подобное действие;
- необходимо не только наказывать, но и поощрять за положительное поведение;
- наказание не должно содержать элементов физического насилия.

Анализ домашнего насилия показывает, что многие люди, проявляющие различные формы домашнего насилия, совершают свои действия в состоянии алкогольного опьянения и обнаруживают различные аффективные нарушения.

Квалифицированная медико-психологическая помощь как лицам, совершившим акты насилия, так и их жертвам чрезвычайно необходима, так как самостоятельно справиться со своими проблемами они, как правило, не могут.

### **Корни и пути преодоления мирового терроризма**

В настоящее время на первое место среди мировых проблем вышла борьба с терроризмом. Ему объявлена тотальная война до победного конца, с подключением спецслужб и армий всего мира, всей экономической, политической, дипломатической и другой мощи. Однако подспудно все уверены: на смену одним террористам придут десятки новых, более жестких. Терроризм не появляется сам по себе, ему предшествуют самые различные негативные процессы, протекающие в обществе. И вот несколько фактов, подтверждающих это положение.

Кажется, ведется борьба с наркоманией, но тем не менее от нее погибают школьники, на ней наживаются миллионы. Соответствующие организации и ведомства пытаются искоренить проституцию вообще и подростковую проституцию в частности, но с каждым годом этим промыслом уродуется все больше девочек и мальчиков. Социальные службы доблестно сражаются с беспризорностью, но беспризорников уже миллионы. Как в сказках о драконах: срубает одну голову, вырастает три новые.

Все это очевидно не только для взрослых, но и для подростков. Таким образом, педагог, проводящий дискуссионные занятия со старшими школьниками, оказывается в затруднительном положении: как сказать ученикам правду и в то же время не углубить их душевный кризис, не верить в победу добра над злом? Ответ дать трудно, но возможно.

Предложите ученикам поискать корни проблемы. Но их, кажется, и так ищут, возможно, возразят вам ученики.

Вот и остановитесь в процессе дискуссии на самом феномене поиска.

Где корни? Может, не там ищут? Не знают, где искать? Может быть, так проще и выгоднее?

Начнем с самой животрепещущей темы, с темы терроризма.

Вопрос: кто главный террорист? Тот, кто убивает тела? Либо тот, кто сначала убивает душу человека, делая бездушных людей послушным оружием в своих руках, оружием, готовым убивать тела?

Есть давний религиозный и литературный спор: сатана провоцирует нормального человека на свое убийство - убей меня, дьявола, и зло исчезнет. Вроде бы логично: убери причину, и исчезнет следствие. Но как только человек решается это сделать, даже в мыслях, душа его уже отдана са-

тане. Благими намерениями вымощена дорога в ад. Кстати, из этого становится ясно, кто такие камикадзе.

Предложите этот тезис подросткам и обсудите проблему.

Война добра и зла - в чем ее смысл? Может ли она иметь место? Можно ли войной победить зло? Ведь для зла война является питательной средой. Зло растет на человеческой крови, как на дрожжах.

Что можно противопоставить злу? Любовь, любовь в самом широком, философском ее значении. Всем известно, где добро, любовь, там нет места злу. Любящие люди думают о хорошем. Им некогда даже подумать об агрессии, насилии, мести.

Обсудите с подростками, какой смысл они вкладывают в понятие «любовь». Наверное, было бы разумно на первое место в борьбе с терроризмом выдвинуть развернутую пропаганду добра, любви, а войну с терроризмом вести параллельно.

Всеми уже признано, что общество деморализовано и агрессивно: пьянство, наркомания, проституция, бандитизм, коррупция захватывают все больше стран. Но в то же время считается, что модели позитивного развития общества отработаны, и никто их менять не собирается. Есть много моделей. Каждая страна или сообщество защищает свою. Но действительны ли эти модели? Применимы ли в глобальном масштабе?

Спросите у подростков: какие модели реорганизации миропорядка им известны? Какие модели они считают наиболее перспективными? Какие формы сосуществования кажутся им самыми приемлемыми и почему? (Этнические объединения, межгосударственные блоки, религиозные союзы, глобальные организации и пр.) Попросите привести примеры. Разобрав эту тему, снова вернитесь к проблеме терроризма.

Практика показывает, что для осуществления теракта нужны немалые средства и организация, координирующая действия. Средства террористов - это всегда так называемые черные, теневые, укрытые от налогов деньги. Значительная часть из них - доходы от наркобизнеса, торговли оружием, порнобизнеса. Таким образом, прежде чем будет убито даже несколько тысяч человек, как это было в Нью-Йорке и Вашингтоне 11 сентября 2001 г., когда с разницей в несколько минут три самолета протаранили офисные здания, множество душ погибнет через наркотики, проституцию, алкоголизм и пр.

Одним из центров мирового терроризма осенью 2001 г. был во всеуслышание назван Афганистан, а самым главным организатором мирового террора - Усама бен Ладен. Производство наркотиков приобрело в Афганистане широкий масштаб, и это всем давно и хорошо было известно. Куда продают наркотики и куда идут деньги от них, тоже известно.

Может возникнуть вопрос: стоит ли поднимать в подростковой аудитории темы, которые обсуждают серьезные политики и военные, государственные деятели, вершители судеб? Что могут предпринять подростки в

обсуждаемой ситуации? Что от них зависит? Конечно, от подростков в современном мире не зависит решение проблемы борьбы с терроризмом. Но как часто именно молодые люди становятся исполнителями чужой злой воли. Достаточно вспомнить, что мальчишки-самоубийцы, взрывающие на своем теле смертоносные снаряды, были сначала крепко распропагандированы взрослыми террористами. Своевременно объяснить истинные цели этих «пропагандистов» - задача педагога.

Обсудите это с подростками. Попросите у подростков спрогнозировать пути развития различных течений по борьбе с терроризмом, определить в этом процессе место России.

Идеи, идеологи, образы правят миром. Вот где основной фронт борьбы со злом в защиту человека. Вот через что можно и нужно вытянуть всю цепь: избавиться от терроризма, наркомании, насилия, войн, проституции и т.п.

Не нужно впадать в оптимистическую ошибку: уьем террористов и заживем счастливо и спокойно. Необходимо срочно заменять идеологию насилия, войн, рабства, зла, подчинения золотому тельцу.

Обсудите с подростками понятие «система ценностей». Что они вкладывают в это определение? Попросите расставить по местам пять понятий: например, труд, честь, любовь, здоровье, карьера. Проведите обсуждение.

Террористы давно поняли, что идеи правят миром. В основе их действий лежит идеология. Ведь камикадзе взрывает себя не за деньги и не за материальные блага. За идею! И он идет на смерть, полностью уверенный в своей правоте. Идеологическое «производство» камикадзе получило распространение у ортодоксальных представителей различных идеологических направлений, в том числе и религиозных, в частности у исламских экстремистов. Если запрещается смотреть телевизор, слушать радио, читать газеты, если человек лишен права выбора источников информации, то его голову весьма просто заполнить чем угодно.

Нужно убрать причины терроризма человеческих душ и тел, его питательную среду, корни. Только тогда можно говорить об эффективной борьбе или даже войне с терроризмом. В противном же случае, срезая верхушки, общество только укрепляет корни. Сама природа это давно доказала.

Национальная идея, принятая большинством общества, всегда делала государство могучим и процветающим. И наоборот. Идеологи могут извращать идею со всеми вытекающими последствиями. На основе идеи они могут создавать разные образы, которые будут править регионами, странами, миром.

Обсудите с подростками проблему национальной идеи. Поинтересуйтесь, как они представляют себе национальные идеи сильнейших стран мира - США, Японии, Германии, какой видят национальную идею России.

С детства мы сталкиваемся с образами. Образ мамы, отца, родных, близких, учителей, врачей, ученых, правителей. Один и тот же человек может быть и очень хорошим, и очень плохим. Все зависит от того, как мы

его представляем и с кем сравниваем. Но если близких мы воспринимаем лично, своими чувствами, которые порой трудно обмануть, то о людях, которых мы не знаем персонально, судим по созданным образам. И в зависимости от количества и качества полученной информации меняется мнение, причем, как правило, в худшую сторону.

Попросите подростков привести примеры низвержения кумиров. Обсудите механизм создания культа личности и процесс его развенчания. Правители были всегда уверены: получив власть, они «вобьют» в головы народа любые идеи и идеологии. И на коротких отрезках времени им это удавалось.

Обсудите с подростками проблему: возможно ли всеобщее братство? Если нет, то почему? Какое значение для развития мировой цивилизации имеет личность каждого человека, его агрессивность, эгоизм?

Все способности заложены в нас до рождения. Примеров тому множество. Даже вроде бы не очень способный человек, начиная работать над проблемой в любой области с желанием, добивается хороших результатов. И наоборот - способный человек, не развивая свои способности либо используя их во вред людям, природе, теряет их. Надо просто дать возможность развиваться способностям. А потребности он сам сбалансирует. Ведь не будет же он носить сразу 10 костюмов или съесть 10 ананасов. Давно замечено, что чем больше у человека способностей, тем меньше у него материальных потребностей. Могут убедить в этом жизнеописания многих богатых и великих людей. Богатство человека определяется не количеством имеющихся у него вещей, а количеством вещей, без которых он может обходиться. С развитием производственных сил таких вещей с каждым годом становится все больше, меняется качество жизни, возрастает культура быта. Водопровод, электричество, центральное отопление, безвредные в химическом отношении и по бактериальным показателям продукты, удобная одежда, лишенная сословных ограничений, и многое другое - неотъемлемые детали нормального быта современных людей. Но это вовсе не значит, что люди должны превращать свою жизнь в гонку потребителя.

Если человек, общество не заботятся о духовном развитии, они обречены на вымирание. Свято место пусто не бывает. Если нет стержня, идеи, то это место заполняется уродливыми формами. Что мы и видим: наркомания, алкоголизм, проституция, гомосексуализм, сопровождаемые СПИДом, катастрофами, войнами, эпидемиями, суицидами, т.е. ускоренным вымиранием, уничтожением, казалось бы, материально благополучных людей. И как крайняя форма заполнения духовного вакуума - терроризм.

Подросткам станет понятен пример взаимосвязи духовного и материального, если обратиться к боевым искусствам. Стоило исчезнуть духовной составляющей из бокса, борьбы вольной и классической, самбо, как тут же стали «сворачиваться» эти виды спорта. Начали бурно развиваться восточные единоборства, наполненные духовной составляющей. Однако

бурный рост привел к появлению множества секций и тренеров, но не учителей, наличие которых - основа восточной культуры вообще и культуры единоборств в частности. Эти тренеры тоже стали делать ставку на кулаки, и начался закат. В этом смысле русский стиль борьбы как боевое искусство бессмертен и является лучшим из известных в мире боевых искусств. Не зря телохранители японских императоров были бойцами русского стиля. Мощная духовная составляющая плюс настоящие учителя - залог успеха в любом деле.

Есть хорошие предложения по формированию концепции духовного оздоровления нации. Это труды наших ученых, философов, публицистов и просто россиян. Идеи витают в воздухе. Хотелось, чтобы они основывались на любви к человеку, Родине, малой и большой, природе, миру.

Миром правят идеи и образы, составленные на их основе. Россия близка к возрождению. У нее есть все объективные и субъективные предпосылки. Есть богатая история, опыт, могучий народ, перспективная молодежь.

Обсудите с подростками, как они видят свое место во взрослой жизни.

### **Гнев и агрессивность** (материал для беседы с подростками)

Гнев - это прежде всего результат неумения справиться с самим собой. Мир и люди в нем не всегда соответствуют нашим требованиям и желаниям. Если это происходит, мы пытаемся изменить ситуацию так, как нам кажется более правильным. Не удается - мы гневаемся. Но от нашего гнева, как правило, тоже ничего не меняется, разве что еще больше ухудшается настроение. Мы становимся агрессивны.

Агрессия - это индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического вреда, ущерба либо на уничтожение другого человека, группы людей.

Что такое агрессия?

Приведите примеры агрессии.

Вы согласны, что если вовремя подавить приступ гнева, то можно снизить агрессивность?

Очень часто, особенно в подростковом возрасте, человек сердится на самого себя. И чаще всего зря. Вам кажется, что вы должны быть сильнее, выносливее, более умелыми. Конечно, стремиться к лучшему - нормальная человеческая потребность, однако в подростковом возрасте достижения человека могут быть ограничены прежде всего тем, что рост и развитие организма еще не закончились.

Но уже сейчас вы можете научиться некоторым упражнениям, которые помогут вам владеть собой в трудных жизненных ситуациях, не поддаваться сиюминутным приступам гнева, снижать агрессивность.

Агрессивность может проявляться и каждым человеком в отдельности, и группой людей. Однако групповая агрессивность вырастает из суммы агрессивного поведения отдельных личностей.

Каждый из вас - личность. У каждой личности есть биологические и индивидуальные свойства, которые определяют ее поведение в обществе. Это называется социальными свойствами личности.

Приведите примеры индивидуальных, биологических и социальных свойств личности человека.

Вы согласны с тем, что всеми этими свойствами обладает каждый из вас?

Поднимите руки те, кто хочет укрепить свои личностные качества в противостоянии приступам гнева.

Спасибо, опустите руки. Я попытаюсь вам помочь. Сейчас каждый из вас должен представить, что мы в классе вдвоем. Я буду обращаться к каждому из вас в отдельности, не называя имен. Итак, начали.

(Педагог меняет тембр голоса, переходит на более мягкие интонации.)

Сделаем упражнение, которое можно назвать «Застывшее фото». Оно очень простое и короткое. Положите ладонь на стол и попробуйте согнуть указательный палец. Причем так, чтобы согнулся только он и в этот момент не работали другие мышцы. Получилось? Нет. Не расстраивайтесь, для того чтобы овладеть этим на первый взгляд нехитрым упражнением, нужно потратить несколько лет. Только тогда ваше тело останется совершенно спокойным при сгибании одного-единственного пальца.

Повторите это упражнение и попробуйте прочувствовать, какие именно мышцы были включены в работу. Умение прислушиваться к их движениям - начало работы по освоению власти над самим собой. Не кулаки и бранные слова у владеющего собой человека управляют его жизнью, а, наоборот, он сам может отдать любой приказ своему телу. Потому и выполняется этот приказ куда лучше, чем произвольные действия.

Вот еще прием, который используют люди, занимающиеся бодибилдингом. Сожмите кулак правой руки, согните ее в локте и напрягите бицепс. Получилось? Пощупайте бицепс. Крепкий? Конечно, потому что ему помогли напрягаться мышцы-синергисты (помощники). В данном случае помощниками бицепса были кистевые мышцы. А теперь попробуйте напрячь бицепс руки, висящей вдоль туловища с распрямленной ладонью. Очень слабо получилось, да? Трудно без помощников. А теперь попробуйте прочувствовать изменения в бицепсе в разных положениях руки. Прислушайтесь к левой руке, проследите за изменениями в ней. Задержите напряжение в правой руке на 3 с, отдохните, задержите на 5 с и снова отдохните. Во время отдыха прислушайтесь к своему телу, и вы вдруг с удивлением обнаружите, что усталость появилась в самом неожиданном месте, например в языке. А ведь вы проделывали упражнения молча. В чем дело? А просто организм подсказал, где на сегодняшний день у вас самое

слабое место. Постепенно благодаря всем этим упражнениям вы научитесь справляться с трудностями. Главное - учитесь слушать свое тело.

Используйте напряжение мышц для снятия гнева. Не позволяйте энергии уходить на пустую злобу, переключайте ее на накопление мышечной массы. Почувствовали, что разозлились, сделайте силовые упражнения. Это лучшая и самая полезная разрядка. Меньше неприятностей, и тело красивее. Постепенно, снижая свой гнев, вы сможете навсегда избавиться от тех зачатков агрессивности, которые получены вами от природы.

### **Общие сведения о возрастных мотивациях криминогенного поведения детей и подростков**

Мотивация - это первый фактор, который нужно учитывать при анализе того или иного уголовного дела, в котором участвовал несовершеннолетний. Второй важный фактор - наличие за спиной ребенка или подростка взрослого с уголовным прошлым. Люди эти неплохо разбираются в психологии, к подготовке и совершению преступления относятся как к работе. Недаром они говорят: «Пошли на дело». И хотя определенной системы вовлечения несовершеннолетних в противоправную деятельность нет, опытные рецидивисты делают это на удивление грамотно, можно даже сказать - с педагогическим тактом, именно потому, что учитывают возрастную мотивацию: для тех, кому 8-9, - это корысть. Дети, конечно, не виноваты, виновата среда. До 7 лет большинство из них воспитывалось в детских садах, где все общее - книжки, игрушки, еда. Ребенок из неблагополучной семьи, недополучающий чего-то дома, худо-бедно восполняет недостачу вне дома, в детском учреждении. У него формируется представление о социальной справедливости: мне, как всем. Но первый же год в обычной школе разрушает иллюзию равенства. Здесь у каждого ученика свои школьные принадлежности, а у него порой нет необходимого. Ребенок начинает понимать, что родители не хотят или не могут (что для него равнозначно) дать столько же, сколько у соседа. А чувство собственника именно в младшем школьном возрасте достигает одной из высших точек. Субъективная ценность сокровищ второклассника не соответствует рыночной стоимости вещи. Не составляет никакого труда произвести с ним взаимовыгодный обмен - забрать дорогое кольцо, украденное ребенком по приказу взрослого, и милостиво одарить его электрическим фонариком.

Мотивация правонарушений у детей 11-13 лет отличается от мотивации младших школьников. Здесь корысть уступает место игре, романтике, дружбе, возможности подняться на ступеньку выше по иерархической лесенке в своей компании. Они могут быть идеальными хранителями ценностей. Воры нередко используют квартиры мальчишек из неполных семей, живущих, как

правило, вдвоем с матерью, под склады краденого. В большинстве случаев матери не подозревают, что являются невольными сторожами.

С получением паспорта подросток обретает новое чувство уверенности. В его противоправных действиях появляется обдуманность и корысть. Мотив продвижения по иерархической лесенке с возрастом приобретает повышенную значимость. Тем, кому 16-17 лет, деньги нужны на выпивку, наркотики, покупку сверхмодной, а потому дорогой одежды.

Весьма характерным фактом общественной психологии в современных подростковых компаниях является изменение системы ценностей. Если 15 лет назад члена группы оценивали с точки зрения: «Какой ты?» (сильный, смелый, честный, верный), то теперь критерий звучит иначе: «Сколько ты стоишь?»

В особую группу выделяют и детей из элитарных семей. Избалованное дитя, получающее с ранних лет все, о чем мечтало и не мечтало, «переедает сладкого» и отправляется в бурное море жизни в поисках чего-нибудь остренького. Кое-кому из них начинает казаться, что новые вкусовые ощущения жизни может придать романтика, а вернее, псевдоромантика правонарушений. Их называют «мажоры». По изощренности преступлений им нет равных в преступной среде.

### **Сектантство и его связь с терроризмом**

Террористические действия требуют подготовки, предполагают наличие организационного центра, материальных затрат. Участвуют ли подростки в террористических актах? Старшие - да. Как мотивация в данном случае может быть использована подростковая тяга к разрушению, и конечно, с подростками проводится глубокая идеологическая работа. Подросток-фанатик - существо абсолютно неуправляемое, чрезвычайно плохо поддающееся контрпропаганде. Достаточно вспомнить, что движущей силой государственного терроризма в Китае периода культурной революции были именно подростки. Подростки составляют значительный процент среди членов неонацистских организаций. Немало подростков удается увлечь и сектантскими идеями. Деструктивные секты во многих странах служат ядрами для террористических организаций.

Есть религии и культы, которые учат здоровому образу жизни и конструктивно способствуют нашей безопасности. Это христианство, иудаизм, ислам, буддизм и многие близкие им по духу и отношению к человеку религиозные культы.

В то же время есть множество более мелких религиозных течений, культов, сект, которые фактически не укрепляют названные основы безопасности и счастливой жизни на Земле, а разрушают их, правда, обещая счастье в отдаленном будущем и неизвестно где. Такие секты и культы, разрушающие дом, семью, психику человека, называют деструктивными.

Наиболее вероятно соприкосновение с представителями следующих культов (сект), действующих в России: Белое Братство, Свидетели Иеговы, Общество Сознания Кришны, Богородичный Центр, Виссарион, Церковь Сайентология (Дианетика, Хаббард-колледис), Сатанисты, Живая этика.

Призывая верующих отказываться от мирских благ и богатств в пользу секты, сами руководители сект пользуются такими благами, которые недоступны королям и президентам. Ведь главы государств ограничены законами и своей работой по управлению страной.

Почему представители зарубежных и отечественных сект так активизировали свою деятельность в России в последние 10 лет? Назовем некоторые причины и факторы, способствующие коммерческому успеху ново-явленных пророков (мессий).

Россия - богатейшая страна, но со слабой системой учета, контроля и защиты своих ресурсов. Обогащение - одна из главных целей большинства сект. В России, как нигде в мире, люди доверчивы, отзывчивы и в то же время мало информированы о подлинной сущности новых сект и культов, в том числе запрещенных в Европе и Америке.

Быстрое разрушение прежней системы, патриотических идеалов, кризис в семье и школе привели к образованию пустого пространства (вакуума) в духовной жизни молодежи.

Кризисные явления в экономике, обществе, массовые мошенничества, обесценивание сбережений, рост преступности и безработицы, личные трудности толкают людей на поиск сочувствия, поддержки, утешения. Именно с обещаний и утешений начинают свой контакт любые гадалки, мошенники, наперсточники, финансовые пирамиды, сомнительные «беспроигрышные» лотереи.

Неподготовленность молодежи к хитроумным обманам мошенников, незнание отработанных типовых приемов и отсутствие навыков распознавания обманов ведут к идеологическому порабощению.

Широкая прямая и скрытая реклама чудодейственных средств, методов обогащения, достижений колдовства, магии, ясновидения, массового целительства, подготавливающая психику человека вообще и подростка в частности к возможному программированию заинтересованными сектами.

Общая схема социального внедрения сектантства проста:

- идея конца света и необходимости спасения (именно данного человека);
- поиск легковверных жертв, поддающихся уговору, обману;
- внушение действий по передаче в секту имущества и вербовке новых жертв;
- обогащение лидеров секты и их окружения;
- разрушение жизни жертвы, порой через участие в террористических действиях (камикадзе).

## **Опасные люди**

Люди, которые окружают ваших воспитанников, - в основном хорошие, законопослушные граждане. Однако среди них могут оказаться и опасные для ребенка и подростка.

Наибольшей бдительности требуют следующие личности:

1. Неудачники. Они, как правило, озлоблены, обидчивы, мстительны. Внешние их признаки: физический недостаток, низкая занимаемая должность в зрелом возрасте, угрюмость.

2. Молчуны. Их трудно прогнозировать, потому что о них мало что можно узнать.

3. Истерики. Они капризны, обидчивы, действуют в зависимости от настроения, легко теряют контроль над собой. Признак психопатии - стремление быть на виду. Это может проявляться в экстравагантной одежде и прическе, наколках, вычурной манере говорить, украшениях, специально нанесенных шрамах, шумном «задевающим» поведении, стремлении к лидерству.

4. Энтузиасты. Они неосторожны и могут ввергнуть других людей в неприятности.

5. Обижающие животных. Кто не мучает животных, у того есть моральный барьер, который может сработать и в отношении человека. Тот, кто любит поиздеваться над кошкой или собакой, подобного барьера не имеет и по отношению к людям тоже может проявить черты живодера.

6. Излишне принципиальные. Они могут пожертвовать всем, в том числе и людьми, их здоровьем, жизнью, благополучием ради принципа.

7. Лица с легко возбуждающейся психикой. Они могут в состоянии агрессии терять контроль над собой. Главный признак предрасположенности к возбуждению - неспособность долго пребывать в неподвижности. Такие люди крутятся на месте, качают ногой, барабанят пальцами, крутят в пальцах ручку, карандаш, что-нибудь теребят, ковыряют или ломают. Они склонны к скандалам, легко выходят из себя.

8. Особо услужливые. Нормальное отношение к нам посторонних людей - плохо скрываемое безразличие. Если кто-то с кем-то особо любезен, значит, ему что-то надо и он навяжется с какой-нибудь просьбой или подстроит ловушку.

## **Интернет-зависимость в подростковой среде**

В настоящее время спектр агрессивных и насильственных действий несовершеннолетних крайне широк. Наряду с традиционными формами насилия все более значительную роль начинают играть современные технологии, создающие новые индустриальные направления и, как следствие,

новые аспекты самореализации для подростков. К подобным совершенно новым формам поведения, обусловленного внедрением новых технологий, относятся электронная коммерция и электронная преступность, которым также нередко присущ элемент насилия. Рассмотрим одну из важнейших новых форм аномального поведения, свойственного практически только подросткам, - интернет-зависимость.

Мы не ставим перед собой цели полностью осветить роль отдельных факторов в формировании интернет-зависимости у подростков и исчерпывающим образом охарактеризовать варианты и формы этого явления. Это, скорее, попытка осмыслить ряд положений и наметить основные направления будущей работы.

Признаки интернет-зависимости - бесконтрольность использования интернет-сети, значительное стрессовое воздействие, сопряженность с финансовыми проблемами, социальные и образовательные трудности и др.

Возникают вопросы: является ли Интернет качественно иной формой взаимодействия подростка с окружающей средой, и, если да, какие патологические варианты могут при этом возникнуть, и есть ли способы предотвратить их?

Остановимся на факторах, предрасполагающих, на наш взгляд, к интернет-зависимости, и попытаемся проанализировать некоторые варианты ее реализации.

Немногочисленные исследования в области интернет-зависимости намечают цели и задачи, стоящие перед исследователями, столкнувшимися с новой проблемой. В одном исследователи единодушны: интернет-зависимость является проблемой почти исключительно лиц молодого возраста.

Информационные ресурсы, доступные пользователям интернета, поистине безграничны. Каждый пользователь может найти для себя в сети необходимую ему информацию, представленную в любой из технически существующих форм - текстовом, аудио- и видеоформатах. Информация может носить сугубо частный, научный, общественный характер.

Одной из основных проблем получения информации в Интернете (как и в других информационных системах) является возможность оценки пользователем достоверности получаемой информации. Это особенно важно, поскольку у большинства источников информации в сети нет пока той репутации, которая сложилась у официальных источников (газет, телевидения, издательств, радиоканалов) за долгий период их существования.

Несомненным достоинством сети является потенциальная возможность каждого пользователя размещать и делать доступной для неограниченного числа других пользователей собственную информацию. Сеть является, наверное, самым демократичным средством массовой информации, не требующим никаких капиталовложений и доступным каждому.

Еще одним достоинством информационных ресурсов сети является возможность обратной связи между пользователем и предоставившим информацию субъектом.

Таким образом, пользователю предоставляется возможность заявить о себе, сообщить посетителям своего ресурса необходимые, с его точки зрения, сведения частного, рекламно-коммерческого, общественного характера.

Многие из этих факторов не являются сами по себе предпосылками к интернет-зависимости, но, действуя в совокупности друг с другом и - главное - с личностью пользователя, они способны провоцировать формирование интернет-зависимости.

С одной стороны, легкость доступа к интернет-ресурсам является определяющим фактором роста интернет-коммерции и, как следствие, доступности ее для широких слоев пользователей.

Это делает Интернет особенно привлекательным для молодых пользователей, включая пользователей подросткового возраста, обеспечивая, в узком смысле этого слова, их социализацию, а нередко - профессиональный, карьерный и материальный рост. С другой стороны, ограниченность сферы деятельности сетью несет отрицательную нагрузку.

Как и любая сфера деятельности, включающая профессиональные и частные интересы, Интернет является своеобразной средой функционирования подростка, обладающей своими законами формирования внутренних отношений и собственным уникальным набором факторов, воздействующих на личность.

На современном этапе развития представляется возможным говорить о формировании интернет-субкультуры, обладающей практически полным набором необходимых признаков: собственным сленгом, внутренней иерархией, набором устоявшихся идей, составляющих мировоззренческую позицию членов субкультуры, определенными этическими нормами, достаточным количеством формальных и неформальных лидеров, формирующих вокруг себя устойчивые сообщества пользователей, осуществляющих идейное предводительство.

Как всякая субкультура, Интернет объединяет большие группы подростков, формирует круг интересов и общения, стимулирует развитие межличностных отношений и имеет свои положительные и отрицательные факторы влияния на индивидуальную сферу психической деятельности своих членов.

Среди отрицательных факторов влияния интернет-культуры на личность необходимо назвать в первую очередь деперсонифицирующее и метаперсонифицирующее воздействие, перенос полюса коммуникативной активности из реальных условий социума в сеть, аутизацию. По-видимому, именно данные факторы являются ведущими в формировании предпосылок к интернет-зависимости.

Психологические механизмы формирования интернет-зависимости. Создание виртуальных образов, зачастую очень далеких от реального образа, является компенсаторным механизмом, обуславливающим выраженную интернет-зависимость. Наиболее сильным провоцирующим фактором в данном случае является набор свойств интернета как средства коммуникации. Анонимность и фактическая невозможность проверки предоставленной о себе информации, возможность соединения в виртуальном образе реальных, желаемых и целиком вымышленных характерологических и иных особенностей стимулируют развитие интернет-зависимости в подростковой возрастной группе.

В реальном общении со сверстниками возможности отождествления с идеальным «Я» ограничены непосредственным контактом, допускающим возникновение ситуаций, резко проявляющих несоответствие между реальными и декларируемыми качествами. Это обстоятельство практически полностью исключено при коммуникации в пределах сети. В большинстве случаев общение в рамках сети не предполагает в последующем переноса отношений в физический мир, что оставляет за пользователями полную свободу действий.

Сетевое общение позволяет подростку жить в образах своей мечты и осуществлять в рамках этих образов столь желаемую (сколь и невозможную в реальных условиях) коммуникативную активность.

Одна из форм интернет-зависимости - возможность реализации патологической идентификации, которая является, по существу, механизмом, чрезвычайно схожим с достижением идеального «Я», отличиям которого служат патологические для подростка идентифицирующие черты, присущие создаваемому образу. Наиболее распространенной является патологическая идентификация с противоположным полом. Невысокая частота встречаемости в популяции таких расстройств, как транссексуализм, находится в резком контрасте со значительным числом случаев патологической аутоидентификации по признаку пола в сети.

Еще одна форма интернет-зависимости - хакерство. Это целое движение, преследующее цель монополизации распространения программных продуктов и демократизации доступа к интернет-ресурсам. Деятельность хакеров в основном не носит коммерческого характера и не используется для извлечения материальных выгод.

Необходимо заметить, что для осуществления полноценной хакерской деятельности необходима весьма высокая профессиональная подготовка программиста.

Хакерство выполняет ряд весьма положительных функций: своей деятельностью хакеры стимулируют создание систем защиты информации; обнаруживают и устраняют дефекты программного обеспечения, осуществляя тестирование программных продуктов; обеспечивают распространение в сети программных продуктов, позволяя пользователям без-

возмездно их копировать и существенно экономя их средства (в ущерб, разумеется, коммерческому интересу фирм-производителей).

В то же время хакерство наносит ущерб интеллектуальной собственности, может вторгаться в коммерческие интересы производителей программного обеспечения (ущерб, наносимый хакерами, трудно оценить как очень значительный в масштабах фирм-производителей), технологии хакеров могут быть использованы в преступных целях.

Интернет-зависимость в форме хакерства распространена в подростковой среде в ограниченных масштабах, что обусловлено в первую очередь отсутствием у них профессиональной подготовки. Однако многих подростков потенциально привлекает хакерская деятельность, что ведет в итоге к формированию интернет-зависимости.

Катастрофические (в том числе и по последствиям) масштабы приобрело создание вредоносных программ (вирусов). В Windows создание вредоносных программ не требует серьезной подготовки программиста и в полном объеме доступно подросткам. Оно отражает в полной мере деструктивность, присущую подросткам в силу их возрастных особенностей, а также и определенные уровни психопатологии, в частности расстройства личности, дисфорические состояния при органических поражениях ЦНС. Большинство подростков, попадая в сеть, не находят иного применения своим потенциальным возможностям самореализации. В этом вирусописательство сродни вандализму и нанесению на стены надписей непристойного содержания.

Для плодотворной творческой работы, возможности для которой Интернет предоставляет в полной мере всем пользователям, необходим не только запас сугубо технических знаний и навыков, но и общий духовный и образовательный потенциал, который во многих случаях оказывается недостаточным. Образно говоря, когда представилась реальная возможность громко заявить о себе миру, выяснилось, что современному подростку просто нечего сказать.

Интернет являет собой изобилие компьютерных игр, находящихся в свободном доступе пользователя. Кроме версий, реализуемых в автономном режиме, имеется большое количество сетевых игр - от шахмат и карточных игр, реализованных в online-режиме, до специфических, исключительно компьютерных игр - стратегий, квестов, и т.д.

Геймерство - самая распространенная среди подростков форма интернет-зависимости. Преобладание этой формы обусловлено отсутствием необходимости в каких-либо навыках работы с персональным компьюте-

ром (ПК), увлекательностью многих игр и предоставляемой играми возможностью аутоидентификации с самыми различными героями. ПК-игры значительно популярнее приключенческой и фантастической литературы, что связано с динамичностью их и, главное, сложным, меняющимся по ходу действия сюжетным алгоритмом, интерактивностью сюжета.

Многие игры сочетают в своем сюжете несколько линий, позволяющих проявить созидательные, деструктивные и поисковые качества пользователя.

Значительной проблемой интернет-геймерства является развитие в сети игорного бизнеса, создание широкой (и нерегулируемой) сети интернет-казино. Фактически этот род деятельности мало отличается от обычных форм игорного бизнеса, за исключением его доступности широким кругам пользователей.

Основные признаки Интернет-преступности имеют те же корни, что и преступность в целом, но обладают рядом особенностей, которые позволяют отнести ее проявления к особому типу «преступлений высоких технологий». Большая часть преступлений данного разряда формально может оцениваться как мошенничество, незаконные финансовые операции, обман потребителя и т.д.

К категории интернет-преступлений можно с определенной натяжкой отнести распространение порнографии, рекламу запрещенных услуг (например, проституции), распространение сведений об изготовлении наркотиков, оружия и т.д. В данном случае Интернет проявляет свою роль более в качестве универсального средства коммуникации, нежели арены и инструмента собственно противоправной деятельности.

Расследование интернет-преступлений крайне затруднено. В большинстве случаев они остаются нераскрытыми. Однако преступнику бывает весьма нелегко воспользоваться результатами своей деятельности.

К сожалению, в настоящее время вопросы профилактики интернет-зависимости практически не разработаны. В ряде зарубежных работ авторы предлагают использовать для профилактики интернет-зависимости online-психотерапию.

Вероятно, что поиск методов коррекции интернет-зависимости будет продолжаться, параллельно вызывая многочисленные споры в силу неопределенности самого понятия «интернет-зависимость».

## **Куда обращаться, если подростку нужна помощь**

Врач-психиатр - это врач, имеющий высшее медицинское образование, полученное в медицинском институте (университете, академии), срок обучения в котором не менее 6 лет, прошедший затем специализацию по психиатрии (интернатура - 1 год, ординатура - 2 года). У врача-психиатра имеется сертификат Министерства здравоохранения РФ по специальности «Психиатрия», подтверждающий его право заниматься практикой. У частнопрактикующих врачей должна быть лицензия. У врачей, работающих в медицинских учреждениях, лицензии может не быть, так как она имеется у медицинского учреждения, а они являются наемными сотрудниками. Только врач-психиатр имеет право ставить психиатрический диагноз, назначать лечение, выписывать рецепты, проводить психотерапевтические процедуры.

Врач-психиатр-нарколог - это врач, имеющий высшее медицинское образование, полученное в медицинском институте (университете, академии), срок обучения в котором не менее 6 лет, прошедший затем специализацию по психиатрии и наркологии (интернатура - 1 год, ординатура - 2 года). У врача-психиатра-нарколога имеется сертификат Министерства здравоохранения РФ по специальности «Психиатрия и наркология», подтверждающий его право заниматься практикой. Психиатром-наркологом может работать врач-психиатр, прошедший дополнительную подготовку по наркологии. У частнопрактикующих врачей должна быть лицензия. У врачей, работающих в медицинских учреждениях, лицензии может не быть, так как она имеется у медицинского учреждения, а они являются наемными сотрудниками.

Врач-психотерапевт - это врач-психиатр, прошедший дополнительную подготовку по психотерапии. У него имеется сертификат Министерства здравоохранения РФ. Психотерапия - это метод лечения в психиатрии. Практиковать ее имеет право только врач-психиатр! Осторожно! Очень многие шарлатаны используют эту «вывеску»!

Психолог - это специалист, имеющий высшее психологическое образование, полученное в университете (институте), срок обучения в котором не менее 5 лет. Психолог исследует высшую нервную деятельность человека, определяет степень сохранности высших нервных функций (памяти, воли, эмоциональной сферы, интеллекта, мышления), оценивает поведен-

ческие механизмы. Психолог не является врачом и не лечит заболевания, но, как правило, хорошо владеет корректирующими методиками.

### **Раздел 3. ПРОФИЛАКТИКА ЭКСТРЕМИЗМА В МОЛОДЁЖНОЙ СРЕДЕ**

Одним из важнейших направлений профилактической работы является профилактика экстремизма в молодёжной среде. Это обусловлено также и тем, что, по данным МВД России, в среднем до 80% участников группировок экстремистской направленности составляют лица в возрасте до 30 лет.

Как правило, объектом правоприменительной деятельности молодые люди становятся лишь после совершения преступлений, относимых к категории тяжких и особо тяжких (убийство, причинение тяжкого вреда здоровью и т.д.). Именно поэтому главной задачей работы в молодёжной среде является профилактика экстремизма, т.е. принятие мер, направленных на предупреждение экстремистской деятельности, в том числе на выявление и последующее устранение причин и условий, способствующих осуществлению экстремистской деятельности.

#### **Основные нормативные правовые акты, понятия, необходимые для осуществления работы по профилактике экстремизма в молодёжной среде**

Эффективность осуществления профилактики экстремизма напрямую зависит от ясного и правильного понимания этого сложного общественно-го явления. Для понимания необходимо, прежде всего, знать смысл и содержание понятия экстремизм. Понятие «экстремизм» определено и упоминается в нормативных правовых актах, в числе которых:

1. Конституция Российской Федерации. Экстремизм во всех своих проявлениях в разной степени, но всегда посягает именно на то, что закрепляет Конституция РФ: основы конституционного строя, права и свободы человека и гражданина, порядок и принципы государственного устройства и местного самоуправления;

2. Федеральный закон от 25 июля 2002 года № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности»;

3. Федеральный закон от 05 июля 2002 года № 112-ФЗ «О внесении изменений и дополнений в законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О противодействии экстремистской деятельности»;

4. Федеральный закон от 6 октября 2003 года № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации»;

5. Федеральный закон от 24 июля 2007 года № 211-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с совершенствованием государственного управления в области противодействия экстремизму»;

6. Указ Президента Российской Федерации от 23 марта 1995 года №310 (в редакции от 03.11.2004) «О мерах по обеспечению согласованных действий органов государственной власти в борьбе с проявлениями фашизма и иных форм политического экстремизма в Российской Федерации»;

7. Постановление Правительства Российской Федерации от 18.01.2003 г. № 27 (в редакции от 08.12.2008) «Об утверждении Положения о порядке определения перечня организаций и физических лиц, в отношении которых имеются сведения об их участии в экстремистской деятельности, и доведения этого перечня до сведения организаций, осуществляющих операции с денежными средствами или иным имуществом».

Используя вышеуказанную нормативную базу, можно выявить основные характеристики экстремизма. Так, в соответствии с Федеральным законом от 25.07.2002 г. № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности».

Экстремистская деятельность (экстремизм) – это:

- насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение целостности Российской Федерации;
- публичное оправдание терроризма и иная террористическая деятельность;
- возбуждение социальной, расовой, национальной или религиозной розни;
- пропаганда исключительности, превосходства либо неполноценности человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- нарушение прав, свобод и законных интересов человека и гражданина в зависимости от его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- воспрепятствование осуществлению гражданами их избирательных прав и права на участие в референдуме или нарушение тайны голосования, соединенные с насилием либо угрозой его применения;
- воспрепятствование законной деятельности государственных органов, органов местного самоуправления, избирательных комиссий, общественных и религиозных объединений или иных организаций, соединенное с насилием либо угрозой его применения;
- совершение преступлений по мотивам политической, идеологической, расовой, национальной или религиозной ненависти или вражды либо по мотивам ненависти или вражды в отношении какой-либо социальной группы;

- пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения;

- публичные призывы к осуществлению указанных деяний либо массовое распространение заведомо экстремистских материалов, а равно их изготовление или хранение в целях массового распространения;

- публичное заведомо ложное обвинение лица, замещающего государственную должность Российской Федерации или государственную должность субъекта Российской Федерации, в совершении им в период исполнения своих должностных обязанностей деяний, указанных в настоящей статье и являющихся преступлением;

- организация и подготовка указанных деяний, а также подстрекательство к их осуществлению;

- финансирование указанных деяний либо иное содействие в их организации, подготовке и осуществлении, в том числе путём предоставления учебной, полиграфической и материально-технической базы, телефонной и иных видов связи или оказания информационных услуг.

Экстремистская организация – это общественное или религиозное объединение, в отношении которого по основаниям, предусмотренным настоящим Федеральным законом, судом принято вступившее в законную силу решение о ликвидации или запрете деятельности в связи с осуществлением экстремистской деятельности.

Экстремистские материалы – это предназначенные для обнародования документы, призывающие к осуществлению экстремистской деятельности, либо обосновывающие необходимость осуществления такой деятельности. Сюда можно отнести: труды руководителей национал-социалистической рабочей партии Германии, фашистской партии Италии, публикации, обосновывающие или оправдывающие национальное или расовое превосходство, либо оправдывающие практику совершения военных или иных преступлений, направленных на полное или частичное уничтожение какой-либо этнической, социальной, расовой, национальной или религиозной группы.

Экстремистская мотивация – это мотивация, основанная на групповой солидарности, осознании себя членом привилегированной группы, имеющей право на подавление в различных формах «чужаков».

Экстремальное поведение – это крайние способы достижения социальной справедливости, каких-то благ, привилегий, как для себя, так и депривированных социальных групп.

Профилактика экстремизма – это система определенных мер, направленных на предупреждение экстремистской деятельности, когда она еще не осуществляется (не осуществляются пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики, не осуществляются публичные призывы к осуществлению экстремистской деятельности и т.д.).

Терроризм – это крайнее проявление экстремизма, явление, связанное с насилием, угрожающее жизни и здоровью граждан.

Национализм – это форма общественного единства, основанная на идее национального превосходства и национальной исключительности.

Расизм – это совокупность концепций, основу которых составляют положения о физической и психической неравноценности человеческих рас и о решающем влиянии расовых различий на историю и культуру человеческого общества.

Фашизм - это идеология и практика, утверждающие превосходство и исключительность определенной нации или расы и направленные на разжигание национальной нетерпимости, дискриминацию, применение насилия и терроризма, установления культа вождя.

Толерантность - означает уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности (переводится как «терпимость»).

Добровольчество (волонтерство) – добровольный благотворительный труд людей на благо нуждающихся в помощи, сознательная деятельность по преобразованию социальной действительности при условии вовлечения граждан в эту деятельность на добровольной основе.

Экстремизм, как правило, в своей основе имеет определенную идеологию. Признаки экстремизма содержат только такие идеологии, которые основаны на утверждении исключительности, превосходства либо неполноценности человека на почве социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии, а также идеи политической, идеологической, расовой, национальной или религиозной ненависти или вражды в отношении какой-либо социальной группы.

Считать те или иные действия экстремистскими позволяет совокупность следующих критериев:

1) Действия связаны с неприятием существующего государственного или общественного порядка и осуществляются в незаконных формах. Экстремистскими будут те действия, которые связаны со стремлением разрушить, опорочить существующие в настоящее время общественные и государственные институты, права, традиции, ценности. При этом такие действия могут носить насильственный характер, содержать прямые или косвенные призывы к насилию. Экстремистская по содержанию деятельность всегда является преступной по форме и проявляется в форме совершаемых общественно опасных деяний, запрещенных Уголовным Кодексом РФ.

2) Действия носят публичный характер, затрагивают общественно-значимые вопросы и адресованы широкому кругу лиц. Не могут содержать признаков экстремистской деятельности убеждения человека пока они являются частью его интеллектуальной жизни и не находят своё выражение в форме той или иной общественной активности. Так, например, нацистская

атрибутика или символика может на законных основаниях храниться в музеях. Однако деятельность по пропаганде и публичному демонстрированию и такой символики будет содержать признаки экстремизма.

Экстремизм могут осуществлять люди, которые имеют самое разное социальное или имущественное положение, национальную и религиозную принадлежность, профессиональный и образовательный уровень, возрастную и половую группы и так далее.

При этом, необходимо отличать экстремизм от деятельности оппозиционных политических партий, представителей религий и конфессий, национальных и этнических сообществ как таковых. Их неэкстремистская деятельность осуществляется в любых предусмотренных и непредусмотренных законодательством формах. Формы экстремистской деятельности точно определены в законодательстве, их перечень является исчерпывающим и не подлежит расширительному толкованию.

В целях профилактики экстремизма в молодёжной среде следует различать группировки экстремистской направленности от неформальных молодёжных объединений. В неформальных объединениях отсутствует четкое членство и их принято рассматривать, как формирования, объединяющие в себе молодёжь по признаку субкультуры (лат. sub – «под» + культура).

Существующие неформальные подростково-молодёжные объединения можно типологизировать на: гедонистско-развлекательные («наслаждение и развлечение»); спортивно-соревновательные; профориентационные; эскапистские («уход от мира»); мистагогические («вводящие в тайну», связанные с духовными поисками); коммерциализованные (сформированные для достижения прибыли); субкультуры социального вмешательства (все субкультуры, ориентированные на улучшение или изменение сложившейся общественной системы или ее элементов); примыкающие к ним лидерско-менеджерские; криминально-ориентированные.

Экстремистские (радикальные) организации обычно декларируют, против чего они борются, и какие законные или незаконные методы они собираются использовать. Так, например, группировки «скинхедов» образуются, в большинстве случаев, из числа молодёжи, проживающей в одном микрорайоне либо обучающейся в одном учебном заведении. «Неформальные» лидеры, имеющие первоначально хулиганские мотивы совершения противоправных действий в отношении иностранных граждан, объединяют вокруг себя молодёжь, впоследствии, пропагандируя идеологию радикальных структур, подстрекают лиц, не имеющих устойчивого мировоззрения к совершению преступлений на национальной почве и расовой вражде. При этом следует отметить, что в группировки скинхедов попадает в основном молодёжь, не занятая какой-либо общественно-полезной деятельностью, не посещающая спортивные секции, клубы, иные заведения дополнительного образования. Маргинальные семьи в этой среде редкость.

Как правило, это дети, финансово обеспеченные, но ограниченные в общении с родителями в связи с их постоянной занятостью.

Специалисты отмечают, что наиболее уязвимой средой для проникновения идей экстремизма являются учащиеся школ с ещё не сформировавшейся и легко поддающейся влиянию психикой. После окончания школы подростки поступают в вузы, колледжи и попадают под влияние различных политических структур, работающих на края.

Основная профилактическая задача – выявить и предупредить совершение преступлений экстремистского характера со стороны школьников.

В большинстве своем школьники отрицательно относятся к таким явлениям как экстремизм и терроризм. В основе такого отношения – отторжение жестокости, понимание недопустимости вторжения в личную жизнь человека. Школьники предпочитают «цивилизованные» способы взаимодействия с властью. Чтобы защитить свои интересы, они будут обращаться в СМИ (больше половины ответивших), суды и правозащитные организации (каждый третий). Каждый пятый признает возможность собственного участия в забастовках и митингах. При этом, несмотря на отрицательное отношение к таким явлениям как экстремизм и терроризм, изучение ценностных ориентаций показывает, что такое отношение не является устойчивым. Ценностные ориентации студентов «допускают» силовые методы влияния. Большая часть опрошенных студентов склонна вину за неудачи признавать не за собой, а за государством, работодателем, внешними обстоятельствами и пр. Невозможность реализации своих планов становится существенной базой для социальной неудовлетворенности и, как следствие, основой для экстремистских настроений и действий.

Исследование фиксирует, что школьники в большинстве своем выступают против национализма. Однако довольно часто им приходится сталкиваться с негативным отношением к мигрантам: половине многим приходилось быть свидетелем этнической нетерпимости по отношению к представителям некоренных национальностей. Только каждый четвертый из опрошенных школьников станет заступаться за человека, которого оскорбляют по причине национальной и религиозной принадлежности. Стоит отметить, что толерантность молодёжи по отношению к религиозным группам гораздо выше, нежели национальным. Это может объясняться сравнительно низкой, прежде всего, институциональной, включенностью молодёжи в религиозную жизнь, и, напротив, частыми повседневными контактами с мигрантами. На взгляд группы исследователей, невысокая толерантность по отношению к мигрантам является серьезным фактором риска развития экстремистских настроений.

Подобная пассивность, как отмечено в исследовании, и безразличие к защите собственных интересов в сочетании с жизненным кризисом и при наличии лидера, который будет пропагандировать экстремизм, может вы-

ступить решающим фактором для вступления молодёжи в группировки экстремистского толка.

Таким образом, основная задача государственных органов, органов местного самоуправления, всех здоровых сил в обществе – обеспечить именно профилактику экстремизма, чтобы исключить или минимизировать саму возможность возникновения и развития экстремизма в молодёжной среде.

### **Меры профилактики экстремизма в молодёжной среде**

В соответствии со ст. 2 Федерального закона от 25.07.2002 г. № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности» противодействие (т.е. пресечение и профилактика) экстремистской деятельности основывается на следующих принципах:

- 1) признание, соблюдение и защита прав и свобод человека и гражданина, а равно законных интересов организаций;
- 2) законность;
- 3) гласность;
- 4) приоритет обеспечения безопасности Российской Федерации;
- 5) приоритет мер, направленных на предупреждение экстремистской деятельности;
- 6) сотрудничество государства с общественными и религиозными объединениями, иными организациями, гражданами в противодействии экстремистской деятельности;
- 7) неотвратимость наказания за осуществление экстремистской деятельности.

Эти основные принципы являются определяющими при выборе средств и методов реагирования на факты и обстоятельства, имеющие признаки экстремизма.

Наиболее распространёнными формами реализации мероприятий по профилактике экстремизма в образовательных учреждениях являются:

- организация работы методических объединений по вопросам формирования толерантности;
- внедрение специальных курсов, а также элементов программ в общих курсах предметов для педагогов с целью воспитания толерантности учащихся;
- разработка памятки для родителей учащихся с разъяснением юристов, психологов, социальных педагогов, сотрудников правоохранительных органов;

- организация и проведение смотра-конкурса программ и методических разработок в образовательном учреждении по профилактике противоправного поведения детей и подростков;
- организация недели правовых знаний;
- создание в образовательных учреждениях советов старшеклассников.
- создание в образовательных учреждениях общественных формирований правоохранительной направленности из числа учащихся школ 8-11 классов.

### **Реализация программ по гражданско-патриотическому воспитанию, физическому развитию, формированию здорового образа жизни детей и молодежи**

На основе анализа результатов военно-патриотической работы можно выделить несколько направлений, которые в наибольшей степени влияют на формирование толерантного сознания молодежи, профилактику экстремизма и ксенофобии.

Среди них:

- организация работы с ветеранами Великой Отечественной войны и военной службы (ветеранами локальных войн). Под такой работой подразумевается организация встреч с ветеранами Вооруженных сил, участниками Великой Отечественной войны, запись их воспоминаний, сбор документов и реликвий о мужестве и героизме защитников нашей Родины, тружениках тыла, о боевом пути воинских частей и соединений, уточнение судьбы военнослужащих 1941-1945 гг., передача их в общественные и государственные музеи, в государственные архивы. Оказание адресной помощи (по заявкам) инвалидам войны и труда, семьям погибших воинов (тимуровская работа).

Активное участие молодежи и ветеранов в Месячнике защитников Отечества, декадах и неделях боевой славы, героико-патриотических акциях, способствование публикации в средствах массовой информации рассказов о ветеранах фронта и тыла, войн и военных конфликтов;

- организация празднования (годовщин) Дня Победы. За десятки лет сложилась система мероприятий, традиционно проводимых как на уровне муниципальных образований через систему учреждений органов по делам молодежи, молодежными и детскими общественными объединениями, так и на областном. К числу таких мероприятий относятся проведение акций «Георгиевская ленточка» под девизом «Я помню! Я горжусь!», «Помним, гордимся, наследуем!», благоустройство мемориалов, памятников, воин-

ских захоронений, обелисков и памятных знаков, проведение митингов, торжественно-траурных церемоний поминовения, возложения венков и цветов к мемориалам и памятникам, тематических встреч ветеранов и молодежи, организация праздничных концертов для ветеранов;

- организация подготовки молодежи к военной службе: работа оборонно-спортивных оздоровительных лагерей и военно-патриотических клубов, проведение военизированных эстафет, военно-спортивных игр, соревнований по пулевой стрельбе и так далее. Наиболее эффективной формой работы по данному направлению является проведение оборонно-спортивных оздоровительных лагерей (далее - ОСОЛ) основными задачами которых являются:

- пропаганда здорового образа жизни;
- оздоровление участников ОСОЛ;
- вовлечение молодежи в активную познавательную деятельность;
- формирование необходимых установок на предстоящую службу в армии;
- улучшение военной и физической подготовки участников ОСОЛ;

В работе по патриотическому воспитанию следует больше внимания уделять профессионально-деятельностному и социокультурному направлениям. Такую работу могут проводить краеведческие музеи, кружки художественного творчества. Любовь к родному краю, его культуре и обычаям, интерес к народным традициям, формируют основы патриотичного отношения к своей малой Родине и стране в целом.

### **Проведение мероприятий по поддержке национальных культур**

В большинстве муниципальных образований такие мероприятия традиционны, осуществляются с серьезной подготовкой. Наиболее ярко значимость этих мероприятий ощущается в муниципальных образованиях, расположенных в районах, граничащих с другими республиками, а также там, где традиционно проживают различные национально-культурные группы.

Поддержка национально-культурных традиций в муниципальном образовании предотвращает развитие питательной почвы для проявления экстремизма на национальной основе.

#### Раздел 4.

### ПРОФИЛАКТИКА ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН

В настоящее время одной из главных задач обеспечения национальной безопасности любой страны вне зависимости от ее географического расположения, размеров территории, численности населения, экономического состояния становится широкомасштабное противодействие экстремизму. Экстремизм в последнее время приобретает глобальный характер, угрожая не только интересам граждан, общественной безопасности и стабильности стран независимо от их политического уклада, но и международным отношениям.

Анализ проблемы показывает, что экстремизм в России «молодеет», наиболее часто совершают преступления молодые люди в возрасте 15-25 лет. Молодежь также чаще совершает преступления агрессивного характера. Важно учитывать, что в настоящее время молодежный экстремизм растет более высокими темпами, чем преступность взрослых. На примере республики можно сказать следующее: 75% преступлений экстремистского характера совершенных с 2008 года по настоящее время, были совершены лицами не старше 30 лет.

В условиях глобализации и вынужденного притока мигрантов молодежь призвана выступить проводником идеологии толерантности, развития культуры и укрепления межпоколенческих и межнациональных отношений. Однако в настоящий момент 35% молодых людей в возрасте 18-35 лет испытывает раздражение или неприязнь к представителям иной национальности, более половины одобрили бы решение о выселении за пределы региона некоторых национальных групп.

Освещая данную тему, необходимо дать определение понятию «экстремизм». Обобщая широкое определение, содержащееся в Федеральном законе от 25 июля 2002 г. № 114-ФЗ, «экстремизм» – это приверженность к крайним мерам и взглядам, радикально отрицающим существующие в обществе нормы и правила через совокупность насильственных проявлений совершаемых отдельными лицами и специально организованными группами и сообществами.

Различают следующие виды экстремизма: национальный и религиозный. Ярким примером национального экстремизма на территории республики является движение «скинхеды», национальный экстремизм выступает под лозунгами защиты «своего народа», его экономических интересов, культурных ценностей, как правило, в ущерб другим национальностям, проживающим на этой же территории. В РБ яркий представитель Башкирское правозащитное движение «Кук буре». Под религиозным экстремиз-

мом понимают нетерпимость по отношению к инакомыслящим представителям той же или другой религий. В последние годы обострилась проблема исламского экстремизма. Широкое распространение получила ваххабитская идеология, лозунгом которой является «смерть всем неверным» - самой распространенной является МТО «Хизб ут-Тахрир аль-Ислами». Еще одним видом проявлений экстремизма являются движения, направленные на дестабилизацию общественно-политической обстановки в стране.

Если говорить о среде распространения всевозможных радикальных идей, то их приверженцы наиболее часто используют учебные заведения, религиозные учреждения, СМИ, а также фанатские сообщества, как музыкальные, так и спортивные.

В перечень основных причин роста экстремистского поведения молодежи можно включать следующие: социальное неравенство, желание самоутвердиться в мире взрослых, недостаточную социальную зрелость, а также недостаточный профессиональный и жизненный опыт, а, следовательно, и сравнительно невысокий социальный статус.

В настоящее время в сознании молодежи преобладают негативные оценки в отношении нынешнего состояния России. Современная молодежь проходит свое становление в очень сложных условиях ломки старых ценностей и складывания новых социальных отношений. Отсюда растерянность, пессимизм, неверие в будущее. Растут агрессивность, экстремизм, шовинизм и криминальность. Поэтому такой аспект социологии молодежи, как изучение проблематики криминального экстремизма, является весьма актуальным.

Участники радикальных молодежных организаций в основной массе имеют неполное среднее либо среднее специальное образование. Они из неблагополучных, с малым достатком, низким интеллектуальным и культурным уровнем семей. Сложности в трудоустройстве после окончания средней школы, увеличение количества платных учебных заведений привели к тому, что часть молодежи оказалась вне сферы труда и обучения. Предлагаемый подросткам выбор рабочих мест незначителен. Условия труда и его оплата находятся на низком уровне и не являются престижными. Все это вызывает у молодежи протест, появляется озлобленность, агрессия. Именно из этой части молодежи пополняются ряды уличных преступников, алкоголиков, наркоманов. Организаторами экстремистских групп являются представители слоев населения с высоким социальным уровнем.

Потенциал указанных молодых людей не в полном объеме используются субъектами профилактики в общественно полезных сферах организации досуга молодежи. Программы деятельности существующих клубов рассчитаны на несовершеннолетних, а подростки старших возрастов остаются неохваченными организационными формами досуга. Бесплатные кружки, спортивные секции, молодежные клубы по месту жительства, как

правило, отсутствуют. Свое свободное время молодые люди проводят в дворовых компаниях, компаниях по месту учебы или работы. Они вместе посещают футбольные матчи, концерты рок-групп. Примыкают к фанатам спортивных клубов (к примеру, численность футбольных фанатов на территории РБ более 120 человек, хоккейных фанатов более 200 человек) поклонникам музыкальных групп, экстремистским объединениям, в которых можно самоутвердиться и найти взаимопонимание.

Волна экстремизма все более расширяется вследствие увеличения степени распространенности и повышения роли средств массовой информации (СМИ) в формировании общественных настроений. В Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, утвержденной Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 года, распространение идей терроризма и экстремизма через информационно-телекоммуникационную сеть Интернет и средства массовой информации названо одним из основных внешних факторов, способствующих возникновению и распространению экстремизма в Российской Федерации. Уровень потенциального информационного воздействия экстремизма на общество, расширение его возможностей, возрастают по мере того, как чтение газет и журналов дополняется ежедневным прослушиванием радио, просмотром телевизора, использованием сети Интернет.

Современные СМИ и средства массовой коммуникации (СМК), являются одним из основных каналов сбора, обработки, передачи и широкого распространения различного рода информации и играют особо важную роль в расчетах экстремистов. Основное внимание экстремистов сосредоточено на обеспечении максимального политического, финансового эффекта, резком увеличении вероятности достижения основных целей каждой конкретной экстремистской акции с помощью распространения сведений экстремистского характера и насилия через использование СМИ на большую аудиторию.

Информационное воздействие СМИ на состояние сложившейся оперативной обстановки и борьбу с экстремистской и террористической преступностью может быть как позитивным, так и негативным. При этом качественное содержание информационной продукции ресурсов Интернет – достоверность, объективность изложения фактов, компетентность комментариев, может быть различной.

С целью своевременного получения информации о планируемых акциях и иных правонарушениях экстремистского характера, на постоянной основе проводится мониторинг федеральных и региональных СМИ, сети Интернет (оппозиционные сайты, форумы и социальные сети), с целью анализа общественно-политической ситуации в Республике Башкортостан.

В настоящее время глобальное развитие компьютерных технологий охватило все сферы жизнедеятельности человека и государства - от простого межличностного общения до решения проблем национальной без-

опасности. С помощью сети Интернет появились возможности для злоупотребления этими технологиями и совершения преступных деяний. Количество преступлений, совершаемых в киберпространстве, растет пропорционально числу пользователей компьютерных сетей, и темпы роста преступности, например, в глобальной сети Интернет, являются самыми быстрыми на планете. Используя высокие технологии, возможны призывы к осуществлению террористических актов, экстремистской деятельности и др., т.е. противоправных деяний, направленных на общественную безопасность, основы конституционного строя и безопасность государства. При этом возникают проблемы правильной квалификации содеянного, эффективного расследования совершенных деяний, поскольку преступность в виртуальном пространстве - новое явление, требующее выработки особой методики расследования.

Под Интернетом понимается объединение транснациональных компьютерных сетей, работающих по самым разнообразным протоколам, связывающих всевозможные типы компьютеров, физически передающих данные по телефонным кабелям и волоконной оптике через спутники и радиомодемы. Особенность его работы заключается в возможности обеспечения анонимности, что привлекает преступные элементы и значительно затрудняет работу правоохранительных органов по их установлению и задержанию.

В зависимости от вида преступлений экстремистской направленности сети Интернет могут быть использованы для:

1) распространения экстремистских материалов (публичные призывы к осуществлению террористической и экстремистской деятельности, публичное оправдание терроризма и др.);

2) обеспечения деятельности экстремистских сообществ, организаций (склонение, вербовка или иное вовлечение лиц в совершение преступлений экстремистской направленности, руководство сообществом, организацией, его частью, разработки планов, условий для совершения преступлений экстремистской направленности, связи, инструктажа участников и т.п.).

Чаще всего при помощи сети Интернет совершаются публичные призывы к осуществлению экстремистской деятельности (ст. 280 УК РФ), так как их размещение в сети Интернет не представляет особых сложностей. Важнейшим признаком, влияющим на квалификацию данного деяния, является публичность призывов, которая означает, что они обращены к широкому кругу лиц, т.е. ко всем пользователям сети Интернет и преследуют цель вовлечения в экстремистскую деятельность как можно большего количества людей.

Способы использования сети Интернет в экстремистских целях могут быть следующими:

1. Сбор с помощью Интернета подробной информации для совершения преступлений экстремистской направленности;

2. Сбор денежных средств для поддержки экстремистских движений;
3. Создание сайтов, содержащих сведения о лицах, поддерживающих экстремизм, их целях и задачах, публикация на этих сайтах данных о времени и встрече заинтересованных лиц;
4. Использование Интернета для: информационно-психологического воздействия, обращения к массовой аудитории для сообщения о будущих и уже спланированных экстремистских действиях, рассылки подобных сообщений по электронной почте и т.д.;
5. Вовлечение в совершение данных деяний лиц, умыслом которых не охватывается совершение преступлений экстремистской направленности - например, хакеров, которым неизвестно, к какой конечной цели приведут их действия.

Опасность интернет-экстремизма состоит в том, что он не имеет территориальных границ, поэтому деяния экстремистской направленности могут осуществляться из любой точки мира. Как правило, обнаружить виновных в информационном пространстве сети Интернет очень сложно, так как они действуют через один или несколько компьютеров с измененными (с помощью специального программного обеспечения) IP-адресами, что затрудняет его идентификацию и определение местоположения и обеспечивает высокую степень анонимности.

Деятельность по размещению экстремистских материалов в сети Интернет подразумевает под собой совершение нескольких действий:

- подыскание либо изготовление экстремистских материалов;
- размещение экстремистских материалов на Интернет-ресурсах;
- создание условий для ознакомления с экстремистскими материалами неограниченного круга лиц или конкретных лиц либо ее распространение.

Информация об использовании сети Интернет в целях совершения преступлений экстремистской направленности может быть получена в результате проведения оперативно-розыскных мероприятий, при явке лица с повинной, из поступивших заявлений, сообщений граждан, общественных организаций, государственных органов, средств массовой информации и иных источников.

Исходя из особенностей преступлений экстремистской направленности, совершенных с использованием сети Интернет, а также фактических обстоятельств конкретного преступления, типа (характера) обнаруженных следов, их объема и свойств, в ходе расследования могут быть проведены следующие виды судебных экспертиз:

1. Автороведческая экспертиза (исследование письменных текстов) для установления авторства текста путем исследования письменной речи, отображенной на различных материальных носителях (письменных, электронных и т.д.).

2. Лингвистическая экспертиза (исследование текста письменного документа или устного высказывания с целью решения вопросов смыслового понимания).

3. Компьютерная экспертиза (исследование компьютерной информации).

Всего по итогам 11 месяцев 2013 года на территории РБ выявлено 16 и раскрыто 7 преступлений экстремистской направленности совершенных с использованием сети Интернет. Выявленные 4 преступления террористического характера также совершены с использованием Интернета. Т.е. в процентном соотношении можно сказать, что более половины преступлений экстремистской и террористической направленности совершены с использованием сети Интернет.

*Примеры:*

*В феврале 2013 года следственным комитетом по Октябрьскому району г. Уфы возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ч. 1 ст. 282 УК РФ в отношении жительницы г. Уфы, которая в сети массовой коммуникации «Интернет» в социальной сети «Фейсбук» разместила текст под названием «О русских бабах». Проведенной экспертизой данный текст был признан экстремистским.*

*После рассмотрения дела судом данной гражданке было назначено наказание в виде штрафа.*

*В ходе проведения мониторинга Интернет-ресурсов, в социальной сети «Вконтакте», на странице пользователя N были обнаружены материалы с признаками экстремизма и разжигания межнациональной розни. В ходе проведения лингвистического исследования было установлено, что в указанных материалах имеются высказывания, в которых негативно оценивается человек или группа по признакам национальности, происхождения, высказывания побудительного характера, призывающие к враждебным действиям по отношению к правоохранительным органам, а также высказывания побудительного характера, призывающие к враждебным действиям, по национальному признаку.*

*При дополнительной проверке было установлено лицо, разместившее данные материалы, им оказался 25-летний житель Нефтекамска, занимавшийся сбором различной информации и материалов, раскрывающих и демонстрирующих деятельность националистических движений, в целях их дальнейшей публичной демонстрации в средствах массовой информации, тем самым позиционируя себя как лицо, придерживающееся националистических взглядов.*

*В феврале т.г. по данному факту возбужденно уголовное дело по ст. 282 ч. 1 УК РФ, которое с обвинительным заключением направлено в суд. Виновный был осужден к наказанию в виде 200 часов исправительных работ.*

*В феврале 2013 года по материалам ЦПЭ МВД по РБ в г. Салават следственным отделом возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ч. 1 ст. 282 УК РФ по факту размещения в сети Интернет материалов экстремистского содержания.*

*Так, было установлено, что в июле 2012 года гражданин Н создал Интернет-страницу под псевдонимом «Руслан Татарин» на которой разместил тексты и изображения, которые согласно лингвистическому исследованию, содержат высказывания, направленные на пропаганду неполноценности граждан (русских) по признаку национальной принадлежности; комплекс лингвистических и психологических признаков, направленных на возбуждение неприязни ( розни, вражды) по национальному признаку; признаки оказания психологического воздействия на граждан.*

*В апреле 2013 года уголовное дело по данному факту было направлено в суд. Виновный осужден к наказанию в виде исправительных работ.*

*В марте 2013 года было возбуждено уголовное дело по ч. 1 ст. 280 по факту размещения неустановленным лицом в сети Интернет на сайте «ВКонтакте» материалов, побуждающих к совершению взрывов зданий силовых ведомств, органов государственной власти по мотивам мести за уголовное преследование экстремистов, радикальных экстремистских организаций.*

*Проводится работа по установлению лиц, причастных к совершению данного преступления.*

*В мае 2013 года в г. Бирске возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ч. 1 ст. 282 УК РФ, по факту распространения через сети массовой коммуникации Интернет-материалов экстремистского характера, способствующих разжиганию межнациональной розни.*

*В соответствии с результатами лингвистических и психолингвистических исследований, данная статья содержит негативную информацию в отношении представителей русской нации и влияет на создание у читающего резко отрицательных психологических установок в отношении другого лица либо группы лиц, направленных на возбуждение ненависти и вражды, а также на унижение чести и достоинства человека либо группы лиц по признакам расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, принадлежности к какой-либо социальной группе.*

*После рассмотрения дела судом лицу, виновному в совершении данного преступления, было назначено наказание в виде штрафа.*

*В ходе мониторинга сети Интернет был установлен 24-летний житель Стерлитамакского района, который в социальной сети «ВКонтакте» разместил в открытом доступе материалы с признаками экстремизма, в форме стихотворения, начинающегося словами: «Мы славно гуляем в Империи вашей».*

*По результатам лингвистического исследования получено экспертное заключение о содержании в тексте слов и выражений, направленных на возбуждение ненависти и вражды, а также на унижение достоинства человека либо группы лиц по признаку национальности.*

*В июле 2013 года решением Стерлитамакского районного суда Республики Башкортостан данное стихотворение признано экстремистским материалом и включено в федеральный список экстремистских материалов Минюста РФ.*

*В сентябре т.г. в отношении данного гражданина возбуждено уголовное дело по ч. 1 ст. 282 УК РФ, в ноябре данное дело направлено для рассмотрения в суд.*

*В ходе мониторинга сети Интернет установлено, что в социальной сети «ВКонтакте» зарегистрирован пользователь под ником «Абу Хамза», который в 2012 году на своей личной странице разместил материал «44 способа поддержать джихад», признанный экстремистским, и запрещен решением Советского районного суда г. Махачкала Республики Дагестан. Указанный материал внесен в Федеральный список экстремистских материалов.*

*В сентябре 2013 года по данному факту возбуждено уголовное дело по ч. 1 ст. 282 УК РФ. Был установлен пользователь, им оказался житель Балтачевского района, неработающий. В ближайшее время данное уголовное дело планируется направить в суд.*

*В сентябре т.г. следственным комитетом г. Октябрьский возбуждено уголовное дело по признакам преступлений, предусмотренных ч. 1 ст. 280 и ч. 1 ст. 282 УК РФ в отношении лица, разместившего в 2012 году на своей страничке в социальной сети «ВКонтакте» в открытом доступе видеоролик «Russia for Russians».*

*Решением Самарского районного суда г. Самары видеоролик «Russia for Russians» признан экстремистским материалом. Данный видеоролик содержит высказывания, в которых негативно оценивается группа лиц («нерусские»), а также ведется речь о преимуществе одной группы («русские») перед другими людьми («нерусские») по признакам национальности, языка, происхождения, высказывания побудительного характера, призывающие к враждебным действиям одной группы лиц по отношению к другой группе лиц, объединенных по признакам национальности, языка, происхождения.*

*В ближайшее время планируется направление данного уголовного дела в суд с обвинительным заключением.*

*Чаще всего при помощи сети Интернет совершается разжигание межнациональной розни (ст. 282 УК РФ) и публичные призывы к осуществлению экстремистской деятельности (ст. 280 УК РФ), так как их размещение в сети Интернет не представляет особых сложностей. Важнейшим признаком, влияющим на квалификацию данного деяния, является публичность*

призывов, которая означает, что они обращены к широкому кругу лиц, т.е. ко всем пользователям сети Интернет, и преследуют цель вовлечения в экстремистскую деятельность как можно большего количества людей.

На официальном сайте министерства юстиции РФ можно более подробно ознакомиться с федеральным списком экстремистских материалов, который в настоящее время состоит из 2000 позиции, а также перечнем некоммерческих организаций, в отношении которых судом принято вступившее в законную силу решение о ликвидации или запрете деятельности по основаниям, предусмотренным ФЗ "О противодействии экстремистской деятельности", который в настоящее время состоит из 33 позиций. Касаемо организаций, признанных на территории РФ террористическими, данный список состоит из 19 позиций.

Необходимо отметить, что в Республике Башкортостан, как и в Российской Федерации в целом, экстремизм стал для деструктивных сил средством попыток дестабилизации ситуации на основе совершения преступлений по мотивам расовой, национальной, религиозной неприязни.

Радикальные силы в своих интересах умело манипулируют протестными настроениями в обществе, искусственно провоцируют возникновение межнациональных и межконфессиональных конфликтов.

Деструктивные силы сделали серьезную ставку на молодежь как наиболее мобильную, легко подверженную внешним влияниям среду. При этом повышенное внимание они проявляют к националистическим, неофашистским и фанатским группировкам, отличающимся высокой степенью организованности, а также к студенческой среде, пытаясь воздействовать на нее через старост групп, наиболее активных лидеров молодежи.

Всего за 2013 год на территории республики выявлено преступлений экстремистской направленности, в том числе: 12 – по ч. 1 ст. 282 УК РФ (возбуждение ненависти либо вражды, а равно унижение человеческого достоинства); 4 – по ч. 1,2 ст. 282.2 УК РФ (организация деятельности экстремистской организации); 4 – по ч. 1 ст. 280 УК РФ (публичные призывы к осуществлению экстремистской деятельности), 1 – по ст. 239 УК РФ (создание некоммерческой организации, посягающей на личность и права граждан).

В т.г. зарегистрировано 4 (АППГ - 0) преступления террористического характера, 3 из которых – по ч. 1 ст. 205.2 УК РФ (публичные призывы к осуществлению террористической деятельности или публичное оправдание терроризма) и 1 – по ч. 2 ст. 206 (захват заложника).

Также выявлено 4 преступления по ст. 278 УК РФ (Насильственный захват власти или насильственное удержание власти).

## **Справочная информация**

*В 2010 году на территории республики выявлено 24 преступления экстремистской направленности, в 2011 году – 28, в 2012 – 30 преступлений данной категории.*

В соответствии с Федеральным законом от 25 июля 2002 г. № 114-ФЗ "О противодействии экстремистской деятельности", в целях противодействия экстремистской деятельности федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления в пределах своей компетенции в приоритетном порядке осуществляют профилактические, в том числе воспитательные, пропагандистские меры, направленные на предупреждение экстремистской деятельности.

Так, при наличии достаточных и предварительно подтвержденных сведений о готовящихся противоправных действиях, содержащих признаки экстремистской деятельности, и при отсутствии оснований для привлечения к уголовной ответственности Генеральный прокурор Российской Федерации или его заместитель либо подчиненный ему соответствующий прокурор или его заместитель направляет руководителю общественного или религиозного объединения либо руководителю иной организации, а также другим соответствующим лицам предостережение в письменной форме о недопустимости такой деятельности с указанием конкретных оснований объявления предостережения (Ст. 6 Закона).

В случае невыполнения требований, изложенных в предостережении, лицо, которому было объявлено данное предостережение, может быть привлечено к ответственности в установленном порядке.

В соответствии со Ст. 7 Закона, общественному или религиозному объединению либо иной организации в случае выявления фактов, свидетельствующих о наличии в их деятельности, в том числе в деятельности хотя бы одного из их региональных или других структурных подразделений, признаков экстремизма, выносится предостережение в письменной форме о недопустимости такой деятельности с указанием конкретных оснований вынесения предостережения, в том числе допущенных нарушений. В случае, если возможно принять меры по устранению допущенных нарушений, в предостережении также устанавливается срок для устранения указанных нарушений, составляющий не менее двух месяцев со дня вынесения предостережения.

Предостережение общественному или религиозному объединению либо иной организации выносится Генеральным прокурором Российской Федерации или подчиненным ему соответствующим прокурором. Предостережение общественному или религиозному объединению может быть вынесено также федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции в сфере государственной регистрации некоммерческих организаций, общественных объединений и религиозных организаций (далее

- федеральный орган государственной регистрации), или его соответствующим территориальным органом.

В случае, если предупреждение не было обжаловано в суд в установленном порядке или не признано судом незаконным, а также если в установленном в предупреждении срок соответствующими общественным или религиозным объединением, либо иной организацией, либо их региональным или другим структурным подразделением не устранены допущенные нарушения, послужившие основанием для вынесения предупреждения, либо если в течение двенадцати месяцев со дня вынесения предупреждения выявлены новые факты, свидетельствующие о наличии признаков экстремизма в их деятельности, в установленном настоящим Федеральным законом порядке соответствующие общественное или религиозное объединение либо иная организация подлежит ликвидации, а деятельность общественного или религиозного объединения, не являющегося юридическим лицом, подлежит запрету.

Статья 8 закона гласит, что в случае распространения через средство массовой информации экстремистских материалов либо выявления фактов, свидетельствующих о наличии в его деятельности признаков экстремизма, учредителю и (или) редакции (главному редактору) данного средства массовой информации уполномоченным государственным органом, осуществившим регистрацию данного средства массовой информации, либо федеральным органом исполнительной власти в сфере печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций, либо Генеральным прокурором Российской Федерации или подчиненным ему соответствующим прокурором выносится предупреждение в письменной форме о недопустимости таких действий либо такой деятельности с указанием конкретных оснований вынесения предупреждения, в том числе допущенных нарушений. В случае, если возможно принять меры по устранению допущенных нарушений, в предупреждении также устанавливается срок для устранения указанных нарушений, составляющий не менее десяти дней со дня вынесения предупреждения.

Предупреждение может быть обжаловано в суд в установленном порядке.

В случае, если предупреждение не было обжаловано в суд в установленном порядке или не признано судом незаконным, а также если в установленном в предупреждении срок не приняты меры по устранению допущенных нарушений, послуживших основанием для вынесения предупреждения, либо если повторно в течение двенадцати месяцев со дня вынесения предупреждения выявлены новые факты, свидетельствующие о наличии признаков экстремизма в деятельности средства массовой информации, деятельность соответствующего средства массовой информации подлежит прекращению в установленном настоящим Федеральным законом порядке.

По материалам, представленным ЦПЭ МВД по РБ органами прокуратуры и юстиции, в 2013 году вынесено 23 предостережений руководителям общественных, религиозных и иных объединений, а также другим лицам о недопустимости совершения экстремистских преступлений и правонарушений. По 21 материалу органами прокуратуры РБ в суд направлены заявления о признании ряда интернет-ресурсов экстремистскими, по 1 материалу Управлением Минюста РФ по РБ в Верховный суд РБ направлено обращение с иском о ликвидации религиозной организации. В государственные органы, организации и общественные объединения сотрудниками ЦПЭ МВД по РБ внесено 24 представления и предложения об устранении обстоятельств, способствующих совершению правонарушений экстремистской направленности. Кроме того, сотрудниками Центра вынесено 24 предостережения гражданам о недопустимости совершения экстремистских правонарушений, в отношении 15 лиц по материалам ЦПЭ МВД по РБ составлены протоколы об административных правонарушениях.

## **Раздел 5.**

### **ПРОФИЛАКТИКА ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА С ПОМОЩЬЮ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИНСТРУМЕНТАРИЯ**

Затяжной социально-экономический кризис, отказ от традиционных духовно-нравственных ценностей, популяризация в обществе радикальных, в том числе религиозных, воззрений спровоцировал рост проявлений экстремизма и ксенофобии на национальной и религиозной почве, внедрение в общественное сознание радикальных воззрений и их террористических проявлений, неконтролируемой миграции и неблагоприятной информационной среды.

Проблема ксенофобии в детско-подростковой среде является отражением общих проблем, существующих в обществе. Дети воспринимают отношения и установки взрослых, среди которых, как показывают социологические опросы, достаточно широко распространены негативные взгляды по отношению к мигрантам, людям других национальностей. В связи с этим вопросы ксенофобии, экстремизма, толерантности имеют политический и общесоциальный характер.

Экстремистские и ксенофобские настроения среди несовершеннолетних характеризуются полярностью – от «мягких» форм ксенофобии до жестких агрессивно-расистских. Более того, подобные взгляды в последнее время становятся не только формой протеста, характерного для данного подросткового и юношеского возраста, но и в определенной степени специфической чертой молодежной субкультуры.

В современных условиях проблема совершенствования деятельности образовательных учреждений в области профилактики экстремизма, ксенофобии и национализма среди обучающихся становится наиболее актуальной. При этом отмечается дефицит комплексных теоретических и прикладных исследований в области проблем профилактики и превенции преступлений данного вида.

Путь к решению данной проблемы состоит в повышении социальной компетентности подрастающего поколения, прежде всего способности к слушанию, сочувствию, состраданию; снижение у детей предубеждений и стереотипов в сфере межличностного общения. Этому способствует совместная деятельность детей, творческая атмосфера в группе, использование дискуссий, ролевых игр, обучение методам конструктивного разрешения проблем и конфликтов в повседневном общении, ведению переговоров. Важно учить детей ценить разнообразие и различия, уважать достоинство каждого человека.

Современная психология и социальные науки могут предложить набор эффективных инструментов для профилактики терроризма, т.е. они могут разработать способы выявления и способы последующего устранения причин и условий, способствующих совершению террористических актов.

Прежде всего, необходимы социально-психологические инструменты выявления причин и условий, способствующих совершению террористических актов. Такое выявление можно понимать на двух уровнях - на уровне фундаментального научного анализа (выявление базовой структуры специфических и неспецифических факторов терроризма) и на уровне практики, на уровне текущего диагностического мониторинга - гибкого, оперативного, регионально-дифференцированного выявления этнических, конфессиональных, экономических, психологических, криминальных и других неспецифических и специфических (например, террористические настроения) провоцирующих терроризм напряжений и проблем в обществе. Здесь необходимо привлекать такие социально-психологические инструменты, как тестирование, опрос, интервьюирование и анкетирование, а также изучение в интересующих аспектах оперативной социальной, психологической, экономической, этнической региональной статистики.

Далее: необходимы социально-психологические инструменты устранения причин и условий, способствующих совершению террористических актов. Устранение провоцирующих терроризм факторов с помощью социально-психологического инструментария предполагает активную, научно продуманную и обоснованную работу по практической социально-психологической работе с основными группами риска по всем ключевым аспектам профилактики терроризма. Такой общей группой риска выступает группа подростков и молодежи. Эта возрастная группа наиболее чувствительна к пропаганде терроризма, имеет мало «иммунизирующих» к

такой пропаганде личностных ресурсов. Эта общая группа риска разбивается далее на более дробные группы по этническим, экономическим, образовательным и другим критериям.

Какие же конкретно инструменты можно использовать для прикладной социально-психологической работы с этими группами риска?

Во-первых, это специфические (в противовес неспецифическим) технологии «контрпропаганды» террористической пропаганды, в т.ч. антитеррористической социальной рекламы, ведущие к созданию устойчивой антитеррористической позиции у молодежи. Необходимо, чтобы молодой человек, или уже столкнувшийся с пропагандой террористов, ибо еще не столкнувшийся, но находящийся в группе риска для такого столкновения, имел в своем представлении (а особенно в бессознательных компонентах психики) яркий, живой эмоциональный идеологический образ антитеррористической направленности. Такого рода образ будет препятствовать проникновению в его психику вербовочной информации и даст ему грамотно сформулированную (контридеологами) альтернативную (относительно идеологии террористов) версию описания мира и необходимости борьбы террористическими средствами. Здесь необходимо использовать весь мощнейший социально-психологический аппарат создания эффективной рекламы, подробно разработанный в России за последние десятилетия. Очень важным аспектом такой рекламы является то, что внедряемая такой рекламой идеология должна быть конкурентоспособной, т.е. действительно отвечать важным потребностям человека - тем же, на какие «давит» пропаганда террористов, но более эффективно, безопасно и социально приемлемо. Важной частью формирования такой контридеологии должна стать широковещательная технология развенчивания истинных целей террористических лидеров в противовес декларируемым (в связи с их криминальной и криминально-экономической деятельностью), подчеркивания факта манипулирования исполнителями для достижения своих личных криминальных целей. Как проводника такой контридеологии надо использовать не только классические СМИ, но и интернет, который является важнейшим источником информации для молодого поколения, т.е. группы риска. Хочется еще раз подчеркнуть сложность, но вместе с тем настоятельную необходимость создания живой, действенной, творческой контридеологии, максимально отвечающей реальной психологии реальных людей.

Во-вторых, необходимо активно использовать социально-психологические инструменты для профилактики распространения агрессивных, «политических» прочтений базовых постулатов мировых религий, т.к. эти агрессивно-архаические прочтения все больше и больше становятся главной идеологической опорой террористов. Необходимо вести работу по всемерному подчеркиванию человеколюбивых, гуманистических, мирных интерпретаций этих постулатов, всеми средствами дискредитировать по-

пытки «вычитать» из этих постулатов призывы к насилию. Следует создавать социальные каналы коммуникации между разными религиями внутри российского общества, наводить «психологические мосты» между ними, формировать и широковещательно распространять единую позицию высшего духовенства всех конфессий об отрицании идеологии насилия. Этот компонент социально-психологической работы высокоспецифичен к профилактике именно терроризма, хотя очень полезен и для общего социального здоровья.

В-третьих, социально-психологическими методами необходимо вести активную работу по профилактике экстремизма и ксенофобии, развитию толерантности. Эта работа осуществляется, в частности, в виде проведения социально-психологических тренингов толерантности у подростков и молодежи из группы риска, в ходе которых вырабатывается терпимость к отличному от человека другому, снимаются национальные и религиозные предрассудки. Хотя этот вид работы прямо не специфичен по отношению к терроризму, такая работа уменьшает агрессивный потенциал общей экстремистско-криминальной среды, из которой выходят и экстремисты, и террористы, и «обычные» преступники. Социально-психологический тренинг толерантности как неспецифическая превентивная процедура профилактики терроризма очень эффективен и нуждается в дальнейшем активном внедрении, прежде всего, в деятельность массовой общеобразовательной школы России.

В-четвертых, социальная психология, историческая психология, психология религии, этнопсихология могут предложить эффективные технологии конструирования малоконфликтной, позитивной исторической памяти, прежде всего в этническом и религиозном аспектах. Одним из ресурсов современного терроризма в России является память о многочисленных острых межнациональных, а также межконфессиональных конфликтах в истории России. Террористы могут эксплуатировать эту память, разжигать в душе вербуемого огонь как старых, так и недавних исторических конфликтов и обид, и на этих чувствах рекрутируют в свои ряды. Социально-психологические технологии пропаганды дружбы народов России, тренингов по разрядке конфликтного потенциала субъективно присвоенной памяти об истории своего народа внутри России, межрегиональные, межнациональные и межконфессиональные молодежные фестивали самой разной направленности могут ослабить этот важный фактор, провоцирующий вовлечение в терроризм.

И, наконец, еще одним типом социально-психологических инструментов по профилактике терроризма являются психофизиологические методы и средства. Одной из неспецифических причин терроризма является хронический патологический стресс (дистресс), радикально снизивший общее социальное и физическое здоровье нации в 90-х годах. Этот общий неспецифический фактор пагубно влиял и влияет на «неиммунизированные»

против пропаганды терроризма группы риска, уничтожая необходимые для противостояния этой пропаганде ресурсы личности. Современная психофизиология предоставляет эффективные средства управления уровнем стресса с помощью метода биологической обратной связи. Тренинг по принципу биологической обратной связи позволяет человеку овладеть способами саморегуляции своего функционального состояния и эффективно противостоять стрессу, повышая таким образом свою жизнестойкость и, давая ресурсы противостоять негативным влияниям.

Таким образом, проведенный нами анализ показывает, что развертывание практической работы по профилактике терроризма социально-психологическими методами является необходимым условием общей успешности противодействия терроризму в современной России.

## **ПРАКТИКУМ**

### **Перечень методик, рекомендованных для проведения диагностического мониторинга**

#### **Экспресс-опросник «Индекс толерантности»**

(Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Е. Хухлаев, Л.А. Шайгерова)

Стимульный материал опросника составили утверждения, отражающие как общее отношение к окружающему миру и другим людям, так и социальные установки в различных сферах взаимодействия, где проявляются толерантность и интолерантность человека. В методику включены утверждения, выявляющие отношение к некоторым социальным группам (меньшинствам, психически больным людям, нищим), коммуникативные установки (уважение к мнению оппонентов, готовность к конструктивному решению конфликтов и продуктивному сотрудничеству). Специальное внимание уделено этнической толерантности-интолерантности (отношение к людям иной расы и этнической группы, к собственной этнической группе, оценка культурной дистанции). Три субшкалы опросника направлены на диагностику таких аспектов толерантности, как этническая толерантность, социальная толерантность, толерантность как черта личности.

Инструкция: Оцените, пожалуйста, насколько Вы согласны или не согласны с приведенными утверждениями, и в соответствии с этим поставьте галочку или любой другой значок напротив каждого утверждения:

№	Абсолютно не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Согласен	Полностью согласен

1. В средствах массовой информации может быть представлено любое мнение.

2. В смешанных браках обычно больше проблем, чем в браках между людьми одной национальности.
3. Если друг предал, надо отомстить ему.
4. К кавказцам станут относиться лучше, если они изменят свое поведение.
5. В споре может быть правильной только одна точка зрения.
6. Нищие и бродяги сами виноваты в своих проблемах.
7. Нормально считать, что твой народ лучше, чем все остальные.
8. С неопытными людьми неприятно общаться.
9. Даже если у меня есть свое мнение, я готов выслушать и другие точки зрения.
10. Всех психически больных людей необходимо изолировать от общества.
11. Я готов принять в качестве члена своей семьи человека любой национальности.
12. Беженцам надо помогать не больше, чем всем остальным, так как у местных проблем не меньше.
13. Если кто-то поступает со мной грубо, я отвечаю тем же.
14. Я хочу, чтобы среди моих друзей были люди разных национальностей.
15. Для наведения порядка в стране необходима "сильная рука".
16. Приезжие должны иметь те же права, что и местные жители.
17. Человек, который думает не так, как я, вызывает у меня раздражение.
18. К некоторым нациям и народам трудно хорошо относиться.
19. Беспорядок меня очень раздражает.
20. Любые религиозные течения имеют право на существование.
21. Я могу представить чернокожего человека своим близким другом.
22. Я хотел бы стать более терпимым человеком по отношению к другим.

#### *Обработка результатов.*

Для количественного анализа подсчитывается общий результат, без деления на субшкалы. Каждому ответу на прямое утверждение присваивается балл от 1 до 6 ("абсолютно не согласен" – 1 балл, "полностью согласен" – 6 баллов). Ответам на обратные утверждения присваиваются реверсивные баллы ("абсолютно не согласен" – 6 баллов, "полностью согласен" – 1 балл). Затем полученные баллы суммируются.

Номера прямых утверждений: 1, 9, 11, 14, 16, 20, 21, 22.

Номера обратных утверждений: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 19.

Индивидуальная или групповая оценка выявленного уровня толерантности осуществляется по следующим ступеням:

22-60 – низкий уровень толерантности. Такие результаты свидетельствуют о высокой интолерантности человека и наличии у него выраженных

интолерантных установок по отношению к окружающему миру и людям.

61-99 – средний уровень. Такие результаты показывают респонденты, для которых характерно сочетание как толерантных, так и интолерантных черт. В одних социальных ситуациях они ведут себя толерантно, в других могут проявлять интолерантность.

100-132 – высокий уровень толерантности. Представители этой группы обладают выраженными чертами толерантной личности. В то же время необходимо понимать, что результаты, приближающиеся к верхней границе (больше 115 баллов), могут свидетельствовать о размывании у человека "границ толерантности", связанном, к примеру, с психологическим инфантилизмом, тенденциями к попустительству, снисходительности или безразличию. Также важно учитывать, что респонденты, попавшие в этот диапазон, могут демонстрировать высокую степень социальной желательности (особенно если они имеют представление о взглядах исследователя и целях исследования).

Для качественного анализа аспектов толерантности можно использовать разделение на субшкалы:

1. Этническая толерантность: 2, 4, 7, 11, 14, 18, 21.
2. Социальная толерантность: 1, 6, 8, 10, 12, 15, 16, 20.
3. Толерантность как черта личности: 3, 5, 9, 13, 17, 19, 22.

Субшкала "этническая толерантность" выявляет отношение человека к представителям других этнических групп и установки в сфере межкультурного взаимодействия. Субшкала "социальная толерантность" позволяет исследовать толерантные и интолерантные проявления в отношении различных социальных групп (меньшинств, преступников, психически больных людей), а также изучать установки личности по отношению к некоторым социальным процессам. Субшкала "толерантность как черта личности" включает пункты, диагностирующие личностные черты, установки и убеждения, которые в значительной степени определяют отношение человека к окружающему миру.

### **Методика измерения выраженности этнической идентичности (Дж. Финни)**

Мы предлагаем вам ответить на вопросы, касающиеся вашей этнической принадлежности, вашей этнической группы и вашего отношения к ней. Но сначала продолжите предложение:

С точки зрения этнической принадлежности я рассматриваю себя, как...

А теперь прочитайте утверждения и рядом с каждым из них отметьте крестиком тот ответ, который отражает степень вашего согласия с утверждением:

Утверждения	Совершенно согласен	Скорее согласен, чем не согласен	Скорее не согласен, чем согласен	Скорее согласен	Совершенно не согласен

1. Я провел много времени, стараясь узнать как можно больше о своей этнической группе, о ее истории, традициях, обычаях.

2. Я активен в организациях или социальных группах, которые включают преимущественно членов моей этнической группы.

3. Я очень хорошо знаю свое этническое происхождение и понимаю, что оно значит для меня.

4. Я много думаю о том, как этническая принадлежность повлияет на мою жизнь.

5. Я рад, что принадлежу к своей этнической группе.

6. Я четко чувствую связь со своей этнической группой.

7. Я хорошо понимаю, что значит для меня моя этническая принадлежность.

8. Для того чтобы узнать побольше о своей этнической группе, я говорил о ней со многими людьми.

9. Я горжусь своей этнической группой.

10. Я соблюдаю традиции своей этнической группы.

11. Я чувствую сильную привязанность к своей этнической группе.

12. Я хорошо отношусь к своему этническому происхождению.

Моя этническая группа

Этническая группа моего отца

Этническая группа моей матери

Мой пол

Мой возраст

*Обработка данных*

1. Средний балл по всем вопросам является общим показателем этнической идентичности.

2. Показатели субшкал вычисляются посредством нахождения среднеарифметического от полученной суммы баллов:

- шкала выраженности когнитивного компонента этнической идентичности (ответы на вопросы № 1, 2, 4, 8, 10);

- шкала выраженности аффективного компонента этнической идентичности (ответы на вопросы № 3, 5, 6, 7, 9, 11, 12).

### **Тест коммуникативной толерантности (В.В. Бойко)**

Инструкция: «Проверьте себя: насколько вы способны принимать или не принимать индивидуальность встречающихся вам людей. Ниже приводятся суждения, воспользуйтесь оценками от 0 до 3 баллов, чтобы выра-

зять, сколь верны они по отношению лично к вам:

- 0 баллов - совсем неверно,
- 1 - верно в некоторой степени,
- 2 - верно в значительной степени,
- 3 - верно в высшей степени.

Закончив оценку суждений, подсчитайте сумму баллов, но будьте искренни».

1. Вы не умеете либо не хотите понимать или принимать индивидуальность других людей.	
Баллы	
	1 Медлительные люди обычно действуют мне на нервы.
	2 Меня раздражают суетливые, непоседливые люди.
	3 Шумные детские игры переношу с трудом.
	4 Оригинальные, нестандартные, яркие личности чаще всего действуют на меня отрицательно.
	5 Безупречный во всех отношениях человек насторожил бы меня
Всего:	
2. Оценивая поведение, образ мыслей или отдельные характеристики людей, вы рассматриваете в качестве эталона самого себя.	
	1 Меня обычно выводит из равновесия несообразительный собеседник.
	2 Меня раздражают любители поговорить.
	3 Я бы тяготился разговором с безразличным для меня попутчиком в поезде, самолете, если он проявит инициативу.
	4 Я бы тяготился разговорами случайного попутчика, который уступает мне по уровню знаний и культуры.
	5 Мне трудно найти общий язык с партнерами иного интеллектуального уровня, чем у меня.
Всего:	
3. Вы категоричны или консервативны в оценках людей.	
	1 Современная молодежь вызывает неприятные чувства своим внешним видом (прически, косметика, наряды).
	2 Так называемые «новые русские» обычно производят неприятное впечатление либо бескультурьем, либо рвачеством.
	3 Представители некоторых национальностей в моем окружении откровенно не симпатичны мне.
	4 Есть тип мужчин (женщин), который я не выношу.
	5 Терпеть не могу деловых партнеров с низким профессиональным уровнем.
Всего:	

4. Вы не умеете скрывать или хотя бы сглаживать неприятные чувства, возникающие при столкновении с некоммуникабельными качествами у партнеров.	
	1 Считаю, что на грубость надо отвечать тем же.
	2 Мне трудно скрыть, если человек мне чем-либо неприятен.
	3 Меня раздражают люди, стремящиеся в споре настоять на своем.
	4 Мне неприятны самоуверенные люди.
	5 Обычно мне трудно удержаться от замечания в адрес озлобленного или нервного человека, который толкается в транспорте.
Всего:	
5. Вы стремитесь переделать, перевоспитать своего партнера.	
	1 Я имею привычку поучать окружающих.
	2 Невоспитанные люди возмущают меня.
	3 Я часто ловлю себя на том, что пытаюсь воспитывать кого-либо.
	4 Я по привычке постоянно делаю кому-либо замечания.
	5 Я люблю командовать близкими.
Всего:	
6. Вам хочется подогнать партнера под себя, сделать его удобным.	
	1 Меня раздражают старики, когда в час пик они оказываются в городском транспорте или в магазинах.
	2 Жить в номере гостиницы с посторонним человеком - для меня просто пытка.
	3 Когда партнер не соглашается в чем-то с моей правильной позицией, то обычно это раздражает меня.
	4 Я проявляю нетерпение, когда мне возражают.
	5 Меня раздражает, если партнер делает что-то по-своему, не так, как мне того хочется.
Всего:	
7. Вы не умеете прощать другому его ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности.	
	1 Обычно я надеюсь, что моим обидчикам достанется по заслугам.
	2 Меня часто упрекают в ворчливости.
	3 Я долго помню нанесенные мне обиды теми, кого я ценю или уважаю.
	4 Нельзя прощать сослуживцам бестактные шутки.
	5 Если деловой партнер непреднамеренно заденет мое самолюбие,

	бие, я на него тем не менее обижусь.
Всего:	
8. Вы нетерпимы к физическому или психическому дискомфорту, в котором оказался партнер.	
	1 Я осуждаю людей, которые плачутся в чужую жилетку.
	2 Внутренне я не одобряю коллег (приятелей), которые при удобном случае рассказывают о своих болезнях.
	3 Я стараюсь уходить от разговора, когда кто-нибудь начинает жаловаться на свою семейную жизнь.
	4 Обычно я без особого внимания выслушиваю исповеди друзей (подруг).
	5 Мне иногда нравится позлить кого-нибудь из родных или друзей.
Всего:	
9. Вы плохо приспосабливаетесь к характерам, привычкам, установкам или притязаниям других.	
	1 Как правило, мне трудно идти на уступки партнерам.
	2 Мне трудно ладить с людьми, у которых плохой характер.
	3 Обычно я с трудом приспосабливаюсь к новым партнерам по совместной работе.
	4 Я воздерживаюсь поддерживать отношения с несколькими людьми.
	5 Чаще всего я из принципа настаиваю на своем, даже если понимаю, что партнер прав.
Всего:	

#### *Обработка результатов.*

Подсчитайте сумму баллов, полученных вами по всем девяти признакам, и сделайте вывод: чем больше баллов, тем ниже уровень коммуникативной толерантности. Максимальное число баллов – 135, что свидетельствует об абсолютной нетерпимости к окружающим.

Обратите внимание на то, по каким из девяти предложенных выше поведенческих признаков у вас высокие суммарные оценки - здесь возможен интервал от 0 до 15 баллов. Чем больше баллов по конкретному признаку, тем менее вы терпимы к людям в данном аспекте отношений с ними. Напротив, чем меньше ваши оценки по тому или иному поведенческому признаку, тем выше уровень общей коммуникативной толерантности по данному аспекту отношений. Разумеется, полученные результаты позволяют подметить лишь основные тенденции, свойственные вашим взаи-

моотношениям с партнерами. В непосредственном, живом общении личность проявляется ярче и многообразнее.

## Упражнения для обучения навыкам саморегуляции<sup>1</sup>

Упражнения, представленные в пособии, направлены на обучение подростков и молодежи произвольной регуляции своего поведения и эмоциональных состояний. Эти навыки востребованы в различных жизненных ситуациях, важнейшие из которых таковы:

1. Ситуации, заставляющие человека находиться в состоянии длительного напряжения, вызывающие сильный стресс. Это такие жизненные периоды, когда человек вынужден работать в режиме хронической «перегрузки», на пределе своих функциональных возможностей: например, спортсмен в период соревновательного цикла или абитуриент при подготовке к сдаче вступительных экзаменов в вуз.

2. Ситуации резкого изменения жизненных условий, необходимость принять важные и ответственные решения (выбор профессии, создание семьи и т.п.). Здесь важно как контролировать свое текущее эмоциональное состояние, так и научиться управлять своим поведением с опорой на более далекую перспективу (определение жизненных целей и ценностей, планирование карьеры и т.п.).

3. Ситуации, связанные с повышенным риском. К ним можно отнести и экстремальные ситуации, и любую деятельность, связанную с высоким уровнем опасности (в частности, это занятие многими видами спорта). Тот, кто при возникновении опасности утрачивает способность к саморегуляции, реагирует на нее неадекватно: либо начинает паниковать, либо, наоборот, «впадает в ступор». И то, и другое приводит к многократному возрастанию вероятности трагического исхода. В таких ситуациях крайне важно, взяв под контроль свои реакции, сохранить способность объективно анализировать обстоятельства и принимать обоснованные решения.

4. Межличностные конфликты, а также ситуации, в которых необходимо противостоять манипулятивному влиянию окружающих. Для продуктивного поведения в таких ситуациях хорошо развитых коммуникативных навыков недостаточно. Наряду с ними, необходимо иметь высокий уровень рефлексивных способностей (т.е. быть в состоянии осознавать собственные действия), а также уметь произвольно регулировать свои эмоциональные состояния и поведенческие реакции.

Человек, владеющий навыками саморегуляции, получает возможность избавиться от излишнего напряжения, препятствующего эффективной деятельности. Так, если в условиях спортивной борьбы ему удастся взять под контроль состояние «предстартовой лихорадки», то его деятельность ста-

---

<sup>1</sup> Грецов А.Г. Лучшие упражнения для обучения саморегуляции. / Учебно-методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. - СПб., СПбНИИ физической культуры, 2006. - 44 с.

новится более эффективной. Это вполне закономерно, поскольку силы тратятся не на излишнее напряжение и переживания, а на совершение тех действий, которые приближают к успеху.

Техники саморегуляции эмоциональных состояний и поведенческих реакций могут носить разноплановый характер.

Во-первых, они позволяют обеспечивать внутреннее «отстранение» от источников беспокойства, сохранение невозмутимости, невзирая на обстоятельства.

Во-вторых, они позволяют управлять своим поведением не только применительно к текущему моменту, но и в более далекой жизненной перспективе: ставить цели, определять свои жизненные приоритеты и т.п.

В-третьих, они могут быть направлены на изменение состояния в текущие моменты времени: например, обучать быстрому «сбрасыванию» возникшего напряжения с помощью релаксации.

В соответствии с этим, представленные в пособии упражнения сгруппированы в три блока:

Игровые упражнения, в которых перед участниками ставятся задачи, требующие произвольной регуляции своего поведения. Упражнения, направленные на осознание и анализ жизненных проблем, поиск конструктивных выходов из стрессовых ситуаций. Техники релаксации, направленные на быстрое снятие как физического, так и психоэмоционального напряжения. Упражнения из первого и второго блоков подразумевают межличностное взаимодействие участников, в силу чего проводятся в групповой форме. Техники релаксации могут проводиться как в группе, так и индивидуально. При организации занятий рекомендуется выполнять не больше двух техник релаксации подряд, чередуя их с упражнениями из других блоков.

## *ПРОИЗВОЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ ПОВЕДЕНИЯ*

### **ЗАМОРОЖЕННЫЕ**

#### *Описание упражнения*

Участники неподвижно сидят в кругу и изображают «замороженных» - людей без эмоций, не реагирующих ни на что происходящее вокруг (при этом закрывать или отводить глаза им нельзя, они должны смотреть вперед).

Водящий выходит в центр круга и пытается «разморозить» кого-нибудь из участников - стараясь своими жестами, мимикой, высказываниями вызвать у них какую-либо эмоциональную реакцию: ответную мимику или какое-нибудь движение тела.

Для этого можно делать все что угодно, кроме физического касания других участников и употребления в их адрес оскорбительных, нецензурных выражений.

Кто «разморозился», т.е. допустил выразительную мимику или дви-

жение, выходит в центр и присоединяется к водящему, теперь они пытаются активизировать других участников уже вдвоем. Каждый последующий «разморозившийся» тоже выходит к ним.

Побеждает тот, кто дольше всего сможет сохранить невозмутимость.

#### *Смысл упражнения*

Тренировка навыков саморегуляции, эмоциональной устойчивости в ситуациях межличностного взаимодействия: умения контролировать выражение своих эмоций, сохранять невозмутимость даже в тех ситуациях, когда другие люди намеренно стремятся вывести человека из этого состояния.

#### *Обсуждение*

Что помогало не реагировать на происходящее вокруг, внутренне отгораживаться от других людей?

Какие способы саморегуляции использовали участники, какие действия окружающих легче всего выводили из этого состояния? В каких жизненных ситуациях может пригодиться умение сохранять спокойствие?

## ЗАПАЗДЫВАЮЩАЯ ГИМНАСТИКА

#### *Описание упражнения*

Участники стоят в кругу. Водящий начинает выполнять какое-либо несложное гимнастическое упражнение (наклоны, приседания, шаги на месте и т.п.) и меняет его приблизительно через каждые 5 секунд. Участник, стоящий справа от него, повторяет за водящим каждое из выполняемых тем упражнений, но делает это не сразу, а с задержкой в 3 секунды. Очередной участник, расположенный справа, повторяет упражнения вслед за вторым участником, также с задержкой в 3 секунды, и т.п.

Приблизительно каждые полминуты становится водящим и начинает демонстрировать упражнения для подражания очередной участник, расположенный справа от предыдущего водящего, и т.д., пока в этой роли не побывает каждый. При смене водящих выполнение упражнений в кругу не прекращается.

#### *Смысл упражнения*

Упражнение учит контролировать свое поведение в ситуациях, когда нужно произвольно задерживать свои реакции, тренирует внимание и наблюдательность.

#### *Обсуждение*

Кому что больше понравилось – самому демонстрировать упражнения, или повторять их за другими? Какие сложности возникли при выполнении этого упражнения, чем они вызваны, как их удалось преодолеть?

## ПРОТИВОПОЛОЖНЫЕ ДВИЖЕНИЯ

#### *Описание упражнения*

Участники разбиваются на пары. Один из партнеров начинает выполнять под музыку любые спонтанные движения. Задача другого партнера – выполнять те движения, которые являются, с его точки зрения, противоположностью движений, выполняемых первым. Через полторы-две минуты участники меняются ролями, и игра повторяется.

#### *Смысл упражнения*

Участники учатся произвольно регулировать свои движения, подавляя естественное в такой ситуации желание «отзеркалить» действия партнера, повторить их буквально. Кроме того, упражнение повышает взаимопонимание партнеров, способствует сплочению команды.

#### *Обсуждение*

Кому кем больше понравилось быть – демонстрирующим движения, или повторяющим противоположные? Когда в реальных жизненных ситуациях важно уметь делать не то, что тебе показывают, а поступать в точности до наоборот?

## КТО БЕЗ МЕСТА?

#### *Описание упражнения*

Вариант 1. Стулья расставлены по кругу, их количество на единицу меньше, чем число игроков. Участники идут по кругу. По сигналу ведущего каждый из них должен занять ближайший стул. Тот, кто остался без стула, выбывает из игры. Затем еще один стул убирается, и проводится следующий раунд и т.д. Победителями признаются 3-4 участника, оставшиеся в игре дольше всего.

Вариант 2. Стулья расставлены по кругу, все сидят на них, а водящий стоит в центре. По его команде все должны встать со своих мест и занять стул своего правого соседа. Задача водящего – занять место того, кто замешкался.

#### *Смысл упражнения*

Выработка умения быстро реагировать на меняющуюся обстановку, регулировать поведение в таких условиях.

#### *Обсуждение*

Какие впечатления возникли у участников по ходу этой игры? Какими качествами обладают те, у кого лучше всего получалась эта игра? Где и для чего в реальной жизни востребованы такие качества?

## ДО ЧЕРТЫ

#### *Описание упражнения*

Участников просят, закрыв глаза, вслепую дойти до финишной черты, расположенной на расстоянии 5-6 м от старта, и остановиться тогда, когда они, с их точки зрения, окажутся максимально близко к ней, но не пере-

ступят ее. Ведущий и 2-3 ассистента следят, чтобы они не отклонились от прямолинейной траектории движения и не столкнулись с чем-либо (особенно если они не остановятся вовремя и продолжат движение за финишной чертой). Победителем считается тот, кто остановился максимально близко от черты, но не заступил за нее. Если позволяет время, желательно дать участникам по 2 попытки. Когда участников много, целесообразно разделить их на несколько групп по 6-7 человек, каждая из которых стартует отдельно.

#### *Смысл упражнения*

Обучение регуляции поведения и принятию решения в условиях риска: чем дальше пройдешь, тем выше шанс победить, но одновременно и выше вероятность проигрыша в случае заступа. Кроме того, упражнение дает материал для обсуждения того, как в нашей жизни сочетается стремление достигнуть успеха и осторожность, стремление избежать неудачи. Как правило, у тех, кто существенно не доходит до финишной черты, ярче выражена мотивация к избеганию неудач, а у тех, кто оказывается рядом с ней или заступает – к достижению успехов.

#### *Обсуждение*

Кто чем руководствовался, принимая решение о том, в какой именно момент остановиться? Осторожные люди, останавливающиеся заранее, имеют мало шансов на победу, а те, кто идет далеко, действуют по принципу «или победить, или проиграть», они готовы к риску. С какими особенностями личности, с точки зрения участников, это связано? В каких жизненных ситуациях важно умение «дойти до черты», т.е. приблизиться к каким-либо ограничениям или источникам опасности, но вовремя остановиться?

## ПОХОДКИ

#### *Описание упражнения*

Участников просят выбрать эмоцию или психологическое состояние, которое бы они хотели продемонстрировать, и пройти перед группой таким образом, чтобы по походке можно было догадаться, что именно она выражает. Каждому дается 3-4 попытки, в них нужно выражать каждый раз новое состояние. Участники идут поочередно, и те из них, кто в данный момент не изображает походку, находятся в роли зрителей. Их задача - угадывать, что выражает демонстрируемая походка. В качестве примера и «разминки» можно попросить всех коллективно продемонстрировать такие варианты походки:

- Уверенная
- Застенчивая
- Агрессивная
- Радостная

- Обиженная

### *Смысл упражнения*

Обучение способу саморегуляции эмоциональных состояний через контроль их внешних проявлений. Развитие наблюдательности, а также умения внешне выражать эмоциональные состояния и понимать их выражение у окружающих.

### *Обсуждение*

На что именно в походке нужно обращать внимание, чтобы понять, что она выражает? Как менялось психологическое состояние участников, когда они демонстрировали различные варианты походки? Скорее всего, оно действительно начинало приближаться к тому, что демонстрировалось. Где и как можно использовать такой способ саморегуляции – внешне демонстрировать те состояния, которые мы хотим у себя вызвать?

## ДВА ДЕЛА

### *Описание упражнения*

Доброволец-водящий садится на стул, в упражнении одновременно с ним участвуют еще три человека. Один из них садится напротив водящего и начинает совершать какие-либо движения, постоянно меняя их. Тот исполняет роль «живого зеркала», повторяя все эти движения. Два других участника в это же время садятся от него по бокам и начинают в быстром темпе поочередно задавать ему какие-либо вопросы. Водящий должен, не прекращая копирования движений, отвечать на эти вопросы, по возможности логично и впопад. Упражнение продолжается 1-2 мин, потом на роль водящего приглашается следующий доброволец.

### *Смысл упражнения*

Тренировка умения распределять внимание между несколькими действиями, уверенно вести себя и не теряться в ситуациях «информационной перегрузки», когда разнородная информация, требующая немедленной реакции, поступает сразу из нескольких источников. Полезно рассказать участникам, что создание такой «информационной перегрузки» - один из излюбленных приемов манипуляторов, стремящихся «задурить голову» человеку, лишить его возможности принять самостоятельное и осмысленное решение.

### *Обсуждение*

Что вызывало затруднения при выполнении этого упражнения, а что помогало распределить внимание и успешно справляться сразу с несколькими делами? Когда в жизни возникают ситуации, требующие восприятия информации одновременно из нескольких источников и быстрой реакции на нее? Можете ли вы привести примеры из жизненного опыта, когда на человека специально обрушивают сразу слишком много информации, чтобы он растерялся, утратил возможность здраво мыслить? Что можно поре-

комендовать себе и другим людям, чтобы не растеряться, если вдруг возникнет такая ситуация?

### ЗАПРЕТНЫЕ СЛОВА

#### *Описание упражнения*

Водящий, выступая в роли журналиста, поочередно задает каждому из участников вопросы любого содержания, на которые тем требуется быстро отвечать. При этом вводится дополнительное условие: в ответах можно пользоваться любыми словами, кроме «да – нет». В качестве «запретных слов» могут быть и другие из числа широко распространенных, например «и-или», «я – ты – он» и т.п. Тот, кто при ответе на вопрос употребит «запретное слово», сам становится водящим.

#### *Смысл упражнения*

Выработка умения контролировать свою речь, «прислушиваться к самому себе», излагать свою точку зрения не только простейшими словами, но и с помощью более сложных, развернутых фраз.

#### *Обсуждение*

Насколько сложно было выполнять данное упражнение; если оно вызывало затруднения, то чем именно они обусловлены? В каких ситуациях и для чего важно уметь контролировать свои высказывания? Согласны ли вы с тем, что затруднения в изложении своей мысли другими словами, не прибегая к таким простейшим, как «да - нет» и т.п. – это признак недостаточной гибкости речи человека? В каких ситуациях имеет смысл прибегать к сложным, развернутым высказываниям, а когда, наоборот, лучше говорить максимально коротко и просто?

## ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ, ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРОБЛЕМ

### ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

#### *Описание упражнения*

Предлагается придумать и кратко, одной-двумя фразами описать примеры двух жизненных событий – хорошего и плохого. Потом участников просят объединиться в подгруппы по 3-4 человека, в них обменяться своими примерами и найти в каждом из этих событий по три положительных момента и по три отрицательных. Это должно касаться и хороших, и плохих событий. Так, например, положительное событие «внезапно разбогатеть» может иметь отрицательным следствием ухудшение отношений с окружающими людьми (т.к. они начнут завидовать), а отрицательное событие «заболеть» - дать возможность прочитать интересную книгу, на которую раньше не хватало времени, отдохнуть от суеты и т.п. После обсуждения (через 10-15 мин.) представители от каждой из подгрупп озвучивают примеры событий, а также положительных и отрицательных следствий каждого из них.

### *Смысл упражнения*

Демонстрация возможности неоднозначной трактовки даже тех событий, которые на первый взгляд воспринимаются как определенно «хорошие» или «плохие». Упражнение учит смотреть на события более гибко, находить в них как положительные, так и отрицательные стороны; дает понять, что оценка ситуации зависит не столько от жизненных событий как таковых, сколько от того, как мы их воспринимаем.

### *Обсуждение*

Мало какие жизненные события можно однозначно отнести к хорошим или плохим, в большинстве из них присутствуют и положительные, и отрицательные стороны. Но часто мы замечаем лишь что-то одно, особенно тяжело разглядеть положительные стороны в отрицательных событиях. К чему приводит такая «однобокость» мировосприятия? Как ее можно преодолеть?

## ЛЕСТНИЦА ДОСТИЖЕНИЙ

### *Описание упражнения*

Участников просят подумать о какой-либо цели, которой им хотелось бы достигнуть в течение ближайшего года, и кратко записать ее. После этого они рисуют на листе бумаги формата А-4 лесенку из шести ступенек. Нижняя ступенька обозначает состояние, когда эта цель совершенно не достигнута, верхняя - когда она осуществлена полностью. Участников просят записать около первой и последней ступенек по 2-3 признака, обозначающие особенности ситуации, когда цель, соответственно, не достигнута либо достигнута полностью. После этого участников просят подумать, на какой ступеньке достижения цели они находятся в настоящий момент, обозначить эту позицию и записать две-три ее главные характеристики. Когда эта часть работы завершена, перед участниками ставится главный вопрос: что конкретно нужно сделать, чтобы подняться в достижении цели на одну ступеньку выше? Для размышления дается 1,5-2 минуты, после чего участников просят записать или зарисовать основные соображения на этот счет. В заключение задается еще один вопрос: когда конкретно каждый из участников сделает то, что ему нужно для приближения к достижению цели на одну ступеньку?

### *Смысл упражнения*

Техника целеполагания, которая помогает человеку конкретизировать желания, разбить достижение результата на этапы и облегчить переход от намерений к действиям.

### *Обсуждение*

Участников просят высказаться, какие выводы они сделали лично для себя при выполнении этого упражнения, а также в каких жизненных ситуациях, с их точки зрения, целесообразно применять подобные техники. При желании несколько участников могут более подробно рассказать, что

за цель они поставили и какие действия запланировали для ее достижения.

## ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ

### *Описание упражнения*

Участники выполняют коллаж на тему «Мой жизненный путь». Им дается следующая инструкция: «Вы идете по дороге, которая называется Жизнь... Откуда лежит ваш путь и куда? Каковы ваши основные достижения в прошлом, настоящем и будущем? Что помогает вам шагать по жизненному пути, а что препятствует? Кто и что вас окружает? И куда вы хотите прийти?»

Сделайте, пожалуйста, коллаж, который бы отражал ваш жизненный путь в прошлом, настоящем и будущем: основные достижения, планы, ваше окружение». Упражнение обычно выполняется индивидуально, хотя может, при желании участников, проводиться и в микрогруппах. В качестве основы для коллажей используются листы формата А2-А3 или полотно светлых обоев. Помимо обычного комплекса изобразительных материалов для коллажа (фломастеры, краски, иллюстрированные журналы, из которых можно вырезать приглянувшиеся картинки), целесообразно попросить участников принести для выполнения этого упражнения несколько собственных фотографий, отражающих значимые события их жизни. На выполнение коллажей дается 35-50 минут, потом проводится их презентация. Она организуется как экскурсия, на которой каждый из участников поочередно выступает в роли экскурсовода, представляющего группе свою композицию (3-5 минут на человека).

### *Смысл упражнения*

Упражнение способствует формированию более осмысленного отношения к планированию собственного жизненного пути. Оно дает повод задуматься, какие события являются наиболее важными, и где источники ресурсов, на которые можно опереться при осуществлении «режиссуры собственной жизни», достижении поставленных целей и преодолении препятствий.

### *Обсуждение*

Какие эмоции и чувства возникали в процессе работы и возникают сейчас, при взгляде на готовые коллажи? Что нового удалось понять о себе, своих жизненных целях и ценностях? Насколько достижимо будущее, отмеченное на рисунке, на что можно опираться, чтобы оно воплотилось в реальность?

## СМЯТЫЙ ЛИСТ

### *Описание упражнения*

Участников просят вспомнить о какой-либо проблеме, решение которой они хотят найти, подумать о ней 2-3 минуты, после чего кратко, в одном-двух предложениях, описать ее суть. Затем каждый участник берет

лист бумаги, сильно сминает его, а потом опять разглаживает. Участников просят внимательно рассмотреть узор, образованный линиями, по которым лист был смят, и разглядеть какой-либо рисунок (2-3 минуты). Потом участники обводят карандашом тот рисунок, который им удалось разглядеть в узоре (5-7 минут). Когда изображение готово, участников просят внимательно присмотреться к нему, еще раз перечитать выполненное ранее описание проблемы, а потом выдвинуть и записать как можно больше идей (ассоциаций) о том, как выполненный рисунок может быть связан с поставленной проблемой и возможными способами ее решения. Фиксируется все, что приходит в голову (4-6 минут). Описанные выше этапы работы выполняются индивидуально. Далее участники объединяются в подгруппы по 4-5 человек, где поочередно демонстрируют свои рисунки, комментируют, что именно на них изображено, кратко рассказывают суть поставленной проблемы и делятся возникшими идеями о том, как изображение может быть связано с этой проблемой и способами ее решения. Если у участников, выступающих в роли слушателей, возникают еще какие-то идеи по этому поводу, они тоже делятся ими. Время работы – 4-6 минут на человека.

#### *Смысл упражнения*

Техника носит проективный характер: как правило, после размышления о проблеме и описания ее сути человек «видит» в хаотичном наборе линий, возникших при смятии листа, нечто связанное с этой проблемой и возможными способами ее решения. Осознание этой связи может позволить разглядеть проблему в новом, непривычном ракурсе, обнаружить неожиданный способ ее решения.

#### *Обсуждение*

Каждого из участников просят высказаться, что дала эта техника лично ему, и в каких реальных жизненных ситуациях ее целесообразно применять.

## *ТЕХНИКИ РЕЛАКСАЦИИ, СНЯТИЯ НАПРЯЖЕНИЯ*

### **ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК**

Участники принимают удобную позу, закрывают глаза, дышат глубоко и ровно. «Сейчас мы будем учиться расслабляться с помощью дыхания. Представьте себе, что в животе у вас воздушный шарик. Вы вдыхаете медленно, глубоко-глубоко, и чувствуете, как он надувается. Вот он стал большим и легким. Когда вы почувствуете, что не можете больше его надуть, задержите дыхание, не спеша, сосчитайте про себя до пяти, после чего медленно и спокойно выдыхайте. Шарик сдувается... А потом надувается вновь... Сделайте так пять-шесть раз, потом медленно откройте глаза и спокойно посидите одну-две минуты». Потом участников просят по-

делиться ощущениями, возникшими в процессе выполнения упражнения, и рассказывают им, что это хорошая техника снятия напряжения. Когда чувствуешь, что сильно испугался или теряешь контроль над собой из-за раздражения, достаточно подышать подобным образом две-три минуты, и станет гораздо легче.

### СЕМЬ СВЕЧЕЙ

«Сядьте удобно, закройте глаза, расслабьтесь. Вам спокойно, удобно и комфортно... Вы дышите глубоко и ровно... Представьте себе, что на расстоянии примерно метра от вас стоят семь горящих свечей... Сделайте медленный, максимально глубокий вдох. А теперь вообразите, что вам нужно задуть одну из этих свечей. Как можно сильнее подуйте в ее направлении, полностью выдохнув воздух. Пламя начинает дрожать, свеча гаснет... Вы вновь делаете медленный глубокий вдох, а потом задуваете следующую свечу. И так все семь...». Упражнение лучше всего выполнять под спокойную негромкую музыку, в полутемном помещении.

### СЛУШАЙ ТИШИНУ

Упражнение проводится в тихом месте, куда могут доноситься извне лишь тихие звуки. Участникам дается следующая инструкция: «Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. И просто послушайте, что происходит вокруг. Обращайте внимание на любые, даже самые тихие звуки. Начинаем слушать...». На это дается минута-полторы. Потом каждый участник рассказывает, какие звуки ему удалось услышать. «Видите, как много звуков можно услышать даже в тишине, стоит только сконцентрировать на них свое внимание! Когда вам беспокойно, тревожно, не получается расслабиться – можно просто закрыть глаза и внимательно послушать, что происходит вокруг... Ваше внимание переключится с предмета беспокойства на то, что вы услышите. И вы почувствуете, как велик, разнообразен и интересен мир вокруг нас...»

### РАССМОТРИ ПРЕДМЕТ

Участникам предлагается найти или выбрать из предложенных ведущим какой-либо небольшой предмет, который их заинтересует своим внешним видом, и взять его в руки.

«Сядьте удобно, расслабьтесь и просто внимательно посмотрите на тот предмет, который находится у вас в руках. Сконцентрируйтесь на нем. Сейчас для вас существует только этот предмет, все остальное отошло на задний план... Чем вас заинтересовал этот предмет?.. Разглядите, каковы его цвет, форма... Каков он на ощупь?.. Осмотрите его со всех сторон, во

всех деталях... Сконцентрируйтесь на минуту-другую на этом предмете, заметьте такие его особенности, которые не видны на первый взгляд...»

После этого каждый участник демонстрирует свой предмет и рассказывает, что интересного ему удалось заметить при его детальном рассмотрении. «Вот видите, как много интересного можно обнаружить даже в самой простой вещи, если на нее просто внимательно посмотреть! Мы обычно куда-то бежим, тревожимся, суемтся, и просто отвыкли глядеть на то, что нас окружает. Хотите расслабиться, почувствовать себя спокойно и уверенно – остановите на минуту свою суету, откройте пошире глаза и просто внимательно разглядите то, что находится вокруг. И вы наверняка увидите много интересного и необычного...»

### ДУМАЙ О ДЫХАНИИ

Участники удобно садятся, им дается следующая инструкция: «Обычно мы не замечаем, как мы дышим. Но сейчас мы потренируемся контролировать этот процесс. Сначала просто сконцентрируйте свое внимание на том, как вы дышите – заметьте, когда вы вдыхаете, а когда выдыхаете... А теперь начинайте дышать медленно и как можно глубже. Представьте себе, как свежий воздух входит в ваши легкие, все ниже и ниже, до самого живота. Почувствуйте, как это происходит. А теперь он медленно и плавно выходит... Сделайте семь таких медленных и глубоких вдохов и выдохов».

После этого участники рассказывают, как изменились их ощущения, когда они стали дышать медленно и глубоко, концентрируя внимание на этом процессе.

«Это хороший способ быстро снять напряжение и стресс. Когда почувствуете, что вам нужно расслабиться и успокоиться сконцентрируйте внимание на своем дыхании, сделайте несколько медленных и глубоких вдохов и выдохов, стараясь почувствовать, как воздух входит в ваши легкие и выходит из них...»

### ПОДАРИ СЕБЕ ТЕПЛО

Участников просят удобно сесть и расслабиться, после чего дают следующую инструкцию: «Вам комфортно и тепло. Источник этого тепла у вас внутри. Представьте себе, как тепло медленно разливается по вашему телу, заполняет его собой. Вот оно появилось в ступнях ног, поднимается все выше. Вам комфортно и приятно. Тепло появляется в руках, в каждом пальце. Становится тепло плечам, спине, животу... Все ваше тело наполнено приятной энергией. Вы купаетесь в тепле, усталость проходит... Побудьте в таком состоянии несколько минут...».

После этого участникам дают возможность спокойно посидеть 2-3 минуты, на протяжении которых ведущий время от времени тихо и спо-

койно говорит фразы о тепле и комфорте участников.

Обратите внимание, что не нужно таким путем «прогреть» голову, так как это может привести к головной боли. Затем участников просят запомнить и сохранить это ощущение тепла в теле и, когда они будут готовы, медленно открыть глаза и потянуться.

«Мысленно подарить себе тепло – простой и хороший способ снять напряжение, расслабиться. Пользоваться им легко и удобно, например, перед сном».

## ТЯЖЕСТЬ И ЛЕГКОСТЬ

1. Участников просят лечь, расслабиться, закрыть глаза и в течение 3-4 минут представлять, что сила тяжести уменьшается, их тело весит все меньше, и, наконец, они оказываются почти в состоянии невесомости. Потом они представляют, что сила тяжести вернулась, начались перегрузки и их прижимает к земле тяжесть в два раза большая, чем их собственный вес (2-3 минуты). Но вот перегрузки прекращаются, им опять становится легко. Сила тяжести становится немножко меньше, чем она была до начала упражнения (1-2 минуты). Потом участников просят открыть глаза и сохранить в своем теле ощущение легкости, полученное в этом упражнении.

2. Участники садятся на удобные стулья или в кресла, закрывают глаза, расслабляются и вытягивают руки перед собой. Их просят представить, что одна рука стала тяжелее («к ней привязана гиря, тянущая ее к земле»), а вторая легче («к ней привязан воздушный шарик, поднимающий ее вверх»). Этот образ нужно удерживать в сознании 2-3 минуты.

Потом участников просят открыть глаза, посмотреть на свои руки и отметить, изменилось ли их положение. Как правило, у большинства участников та рука, которую они представляли нагруженной, и действительно оказывается расположенной ниже другой.

## ДОТЯНИСЬ ДО ЗВЕЗД

Участникам дается следующая инструкция:

«Встань поудобнее и закрой глаза. Сделай три глубоких вдоха и выдоха... Представь себе, что над тобой ночное небо, усыпанное звездами. Посмотри на какую-нибудь особенно яркую звезду, которая ассоциируется у тебя с твоей мечтой: желанием что-либо иметь или кем-либо стать... (15 секунд). А теперь протяни руки к небу, чтобы дотянуться до своей звезды. Старайся изо всех сил! И ты обязательно сможешь достать рукой свою звезду. Сними ее с неба, опусти руки и бережно положи перед собой в красивую просторную корзинку... (Когда у всех участников «звезды будут лежать в корзинках», можно продолжить дальше.) Выбери прямо у себя над головой другую сверкающую звездочку, которая напоминает тебе о другой

твоей мечте... (10 секунд.) Теперь потянись обеими руками как можно выше и достань до неба. Сорви эту звезду с неба и положи в корзинку к первой звезде... »

Подобным образом дайте участникам сорвать с неба еще несколько звезд. Посоветуйте им дышать так: делать глубокий вдох, когда они тянутся за звездой, и выдох, когда они достают ее и кладут в корзинку. Потом желающие рассказывают о какой-нибудь из своих звезд и объясняют, что она для них значит.

### УБАВЬ ТОК

Участников просят сесть, принять удобную позу, закрыть глаза и расслабиться.

«Представьте себе, что у вас внутри электрический мотор. Иногда он работает нормально, а иногда, когда мы находимся в напряжении, начинает крутиться быстрее и быстрее. Шумит, вибрирует, перегревается, искры летят. Так примерно наш организм и работает, когда мы нервничаем. Наш мотор может и сломаться, и тогда мы заболеем. Как же быть? Представьте себе, что у вас в руках регулятор от этого мотора – рычажок, которым можно прибавить ток, а можно и убавить. Добавьте ток – мотор раскручивается быстрее... А теперь убавьте – обороты снижаются, нам становится комфортно и спокойно... Представьте себе это во всех деталях, потренируйтесь... Прибавляем ток – убавляем... Вновь прибавляем – и опять убавляем... Когда почувствуете, что стали нервничать или суетиться – представьте себе такой регулятор и мысленно убавьте ток».

Техника наиболее эффективна для людей, способных к представлению ярких зрительных образов. Немного потренировавшись, они могут научиться использовать ее где и когда угодно, для мысленного «убавления тока» уже не обязательно будет сидеть в удобной позе и закрывать глаза.

### НАПРЯГИСЬ, ЧТОБЫ РАССЛАБИТЬСЯ

«Порой мы пребываем в излишнем, ненужном напряжении, от которого не знаем, как избавиться. Наши мышцы при этом тоже сокращаются, они напряжены, возникают так называемые зажимы. То же самое бывает и после интенсивной физической работы. Один из простых и эффективных способов добиться расслабления мышцы – это на несколько секунд произвольно напрячь ее, а потом «скинуть» это напряжение. Заодно, кстати, это и неплохая тренировка мышц, для нее не нужен никакой спортзал, ее можно проводить где угодно». Например, можно выполнять такие упражнения:

Согнуть пальцы в кулак и удерживать максимальное напряжение.

Согнуть руки перед собой, сжать кулаки и максимально напрячь бицепсы.

Согнуть руки перед грудью, развести локти в стороны, отвести их максимально назад, зафиксировать это положение, напрягая мышцы пле-

чевого пояса и спины.

Стоя ноги врозь, напрячь мышцы ног и спины. Произвольные мышечные напряжения можно выполнять из любых исходных положений, соблюдая общее правило: удержание максимального напряжения в течение 15-20 секунд, с последующим расслаблением.

### ЛЕПИМ ИЗ ГЛИНЫ

Участников просят удобно сесть, расслабиться, закрыть глаза и представить, что в руках у них мягкая, легко мнущаяся глина. В течение одной-двух минут их просят представить себе, как они разминают этот кусок глины, пытаясь сделать его как можно более мягким. Потом им дается несколько заданий:

- «Скульпторы, прежде чем лепить что-либо из глины, сильно-сильно сжимают ее руками, чтобы оттуда вышли все пузырьки воздуха. Сожмите и вы свой кусок глины! Представьте себе, что вы держите его перед грудью, упираясь в него ладонями, и сжимаете изо всех сил, напрягая руки... Достаточно, теперь расслабьтесь...

- Теперь слепите из глины ровный-ровный шар. Как это сделать?

Сначала сомните ваш комок с разных сторон таким образом, чтобы он принял форму шара... А теперь, чтобы сделать его ровным, перекачивайте его в руках, выравнивая ладонями все неровности...

- Превратите ваш шар в колбаску. Для этого сожмите его и начните растирать между ладонями...

- А теперь растяните вашу глиняную колбаску так сильно, как только сможете! Зажмите ее между кончиками пальцев обеих рук и начинайте разводить руки в стороны... Разведите их максимально широко, потянитесь...

- Снова соберите глину в комок и слепите из нее то, что вам захочется...»

На это дается еще 1-2 минуты. Потом участников просят открыть глаза и, при желании, поделиться впечатлениями и рассказать, что они слепили.

### ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЛИЦА

Представленная ниже серия небольших упражнений позволяет решить две задачи. Во-первых, это расслабление мышц лица, что важно для общей релаксации. Во-вторых, упражнения обучают произвольной регуляции мимики, что является неотъемлемым компонентом саморегуляции поведения в процессе общения.

«Маска удивления». Выполняется сидя или стоя, лучше перед зеркалом. Одновременно с медленным вдохом поднять брови, как это делает удивляющийся человек. На свободном выдохе опустить брови.

«Маска гнева». Нахмурить брови, сжать губы, раздуть крылья носа. Мышечное усилие наращивается постепенно, одновременно с медленным

вдохом. Во время свободного выдоха мышцы освобождаются от напряжения.

«Маска смеха». Медленно вдохнуть. Углы рта максимально подняты вверх, глаза прищуриваются, рот приоткрывается, обнажая зубы (между верхними и нижними должно поместиться два пальца). Задержите дыхание. Теперь быстро выдохнуть и расслабить мышцы лица.

«Маска брюзги». Углы рта опустите, рот сожмите, мышцы подбородка напряжены.

«Маска трубача». Выполняя упражнение, следует не только раздувать щеки, но и напрягать мышцы. Рот плотно сжат, круговая мышца рта напряжена.

Упражнение для круговых мышц глаз. Выполняется сидя. На медленном вдохе опускайте верхние веки, сперва мягко, затем с постепенно нарастающим усилием. Наконеч глаза сильно зажмуриваются. Упражнение сначала выполняется для обоих глаз одновременно, потом для каждого глаза поочередно.

Упражнение «ЛЪ». Выполняется стоя. Имитируется движение языка при произношении звука «ЛЪ»: язык прижат к корням верхних зубов на границе с твердым небом. Рот приоткрыт. Медленный вдох - постепенное напряжение, свободный выдох - расслабление.

Упражнение для жевательных мышц. Жуйте жевательную резинку, морковку или хлебную корку. Сжатие челюстей сопровождается вдохом, разжимание - выдохом. «Кусаящие усилия» (в вертикальной плоскости) следует чередовать с растирающими (в горизонтальной плоскости). Движения должны быть неторопливыми, повторять их следует 10-15 раз.

## ОТРЯХНИСЬ

«Вспомните, как отряхиваются, выйдя из воды, собаки и многие другие животные. Они останавливаются, напрягают мышцы и несколько секунд совершают быстрые, короткие, энергичные движения тела. Брызги разлетаются во все стороны, а сами они становятся сухими. Давайте поучимся делать так же!

Встаньте, закройте глаза. Сильно напрягите мышцы рук и ног. А теперь, считая про себя до трех, быстро-быстро подожмите всем телом... Раз-два-три... Скиньте напряжение, расслабьтесь. Сейчас мы сделаем то же самое еще раз, а вы, когда будете отряхиваться, представьте, что от вас летят во все стороны брызги, с которыми уходит усталость и плохое настроение... Напрягитесь. Отряхивайтесь!... Раз-два-три... Скиньте напряжение, потянитесь, расслабьте мышцы рук и ног...»

Техника проста в освоении, эффективна для быстрого «сбрасывания» как психоэмоционального, так и мышечного напряжения.

## АБАЖУР

Участников просят удобно сесть, расслабиться и закрыть глаза. Им дается следующая инструкция:

«Представьте, что у вас внутри, на уровне груди, горит яркая лампа, покрытая абажуром. Когда свет идет вниз, вам тепло, спокойно и комфортно... Но иногда, когда мы начинаем нервничать, абажур поворачивается лампой вверх... Резкий свет бьет в глаза, слепит нас, становится жарко и некомфортно. Вообразите себе такую ситуацию... Но в наших силах ее исправить. Представьте себе, как абажур медленно и плавно поворачивается вниз, принимает нормальное положение... Слепящий свет исчезает, вам вновь становится тепло, уютно и комфортно...».

Такую технику можно использовать для экспресс-регуляции своего эмоционального состояния, быстрого снятия стрессов.

## РЕЛАКСАЦИЯ НА БЕГУ

Представленная ниже серия из трех упражнений, направленных на релаксацию, необычна тем, что выполняется не в спокойном и расслабленном состоянии, а на бегу, при интенсивной мышечной работе. Участников просят неспешно и расслабленно бежать, внимательно слушая слова ведущего и представляя то, о чем он говорит.

Упражнение «Тепло» основано на физиологическом свойстве организма выделять тепло при мышечной работе. Благодаря этому через несколько минут легкого бега можно констатировать: «Мышцы прогреваются приятным глубоким теплом. Руки и ноги теплые, согреваются. Горячая кровь струится по всему телу. Тело пропитано густым глубоким теплом, как губка. Тело излучает тепло». Такие формулы самовнушения помогали прочувствовать ощущения внутреннего тепла и усилить их. А усилить очень хотелось, поскольку закалка заключалась в том, что мы выпрыгивали из бассейна и целый час бегали по обжигающему снегу...

Упражнение «Бодрость» использует ощущение той легкости движений, когда мышцы рук и ног разогрелись, связки суставов обрели эластичность, установился автоматический ритм дыхания, сердцебиения и движений бега. Все эти ощущения сводятся в одно: ощущение свободного полета, парения: «Мне тепло и легко. Щеки овеивает приятный ветерок. Вдох успокаивает. Выдох спокойный. Сердце бьется ритмично, равномерно. На душе спокойно и легко. Мышцы наливаются спокойной силой. Излишнее напряжение уходит само собой. У меня много сил и энергии. Чувствую в себе силу, смелость и бодрость».

Упражнение «Радость». Его задача - не дать энергии уйти в «пар», в какое-нибудь озорство, на которое начинает тянуть в середине пробежки.

«Во мне пульсирует горячая здоровая кровь. Огромный заряд сил и энергии. Я как пульсирующее солнце. Лоб приятно прохладный. Я легко владею собой, своей энергией. Реакция спокойная и деловая. Я верю в свои силы. Мне легко и приятно с людьми. И людям приятно со мной. На душе тепло и спокойно. Полный покой на душе. В моем сердце живет любовь к жизни, к своему телу. Оно дарит мне столько часов счастья. Оно дарит его моим любимым. И получает столько же назад. Я чувствую себя в центре этого горячего, радостного круга любви. Он проходит через землю, через мое тело, уходит в небо и возвращается в землю. Этот круг радости и любви всегда со мной».

### В ПРОЗРАЧНОМ ШАРЕ

Участников просят встать таким образом, чтобы расстояние между ближайшими соседями было не менее одного метра, расслабиться и закрыть глаза.

«Представьте себе, что вас окружает прозрачный шар такого размера, что вы легко помещаетесь внутри. Он защищает вас, отгораживает от всех невзгод... Сильно-сильно вытяните руки в стороны и представьте, что кончики ваших пальцев касаются внутренних стенок этого шара... А теперь приподнимите правую ногу, вытяните ее вперед и коснитесь передней стенки шара ступней. Побалансируйте немного в таком положении, ощупайте поверхность шара кончиками пальцев рук и ступней. Опустите правую ногу, приподнимите левую и ощупайте поверхность шара ее ступней... Теперь устойчиво встаньте на обе ноги, опустите руки и еще немножко мысленно побудьте в прозрачном шаре. Вам спокойно и комфортно... Сохраните эти ощущения, когда откроете глаза».

Подобные техники могут использоваться для психологического дистанцирования от источников переживаний, создания ощущения защищенности и безопасности.

Можно порекомендовать участникам представлять себя в прозрачном шаре или за прозрачной стеной, когда они хотят внутренне «отгородиться» от какого-либо неприятного воздействия, конфликтов и т.п.

### ТЕСНАЯ ОБУВЬ

Наверняка у вас в жизни бывали ситуации, когда вы надевали новую обувь, а она оказывалась тесной и неудобной, жала и натирала. Представьте себе, что вы идете в такой обуви... Тяжело, ноги болят. А ведь бывает, что такая «обувь» у нас на всем теле, на всей нашей душе... Это наши переживания, волнения, страдания... Мы движемся по жизни, а все это нам мешает, причиняет боль... Представьте себе, что вы шагаете по дороге под названием жизнь, а на вас надет груз прошлых переживаний, который давит, «натирает» вам душу. Что если попробовать снять все это с себя, про-

бежаться не в неудобной обуви, а налегке?.. Как хорошо, когда после прогулки по улице в неудобных ботинках вы имеете возможность скинуть их и пройтись босиком! Представьте себе, что вы так же скидываете с себя свои переживания... Двигаться по жизни становится легко и приятно. Ощутите это состояние легкости, поживите в нем... А теперь, когда вы откроете глаза, сохраните в себе это ощущение легкости и комфорта!..

### ПРЕДСТАВЬ СЕБЕ МОРЕ

Участники садятся или ложатся в удобную для себя позу, закрывают глаза и расслабляются. Ведущий медленно, размеренно читает инструкцию:

«Представьте себе, что вы идете по широкой лесной тропинке. На листьях играют солнечные блики, воздух свежий и приятный, поют птицы. Вам комфортно и легко. И вот впереди вы видите просвет, приближаетесь к нему, и перед вами открывается море. Мягкий белоснежный песок, ласковая бирюзовая вода. Вы идете босиком по пляжу, песок теплый и бархатистый. Выбираете место, которое вам нравится, и ложитесь на песок. Вас ласкает солнце, приятно шелестит прибой. Полюбуйтесь картиной, которая вас окружает, поживите в ней несколько минут... Можете просто позагорать на пляже, а можете окунуться в ласковое теплое море... Насладитесь этими ощущениями...»

Участникам дается две-три минуты, чтобы мысленно побыть в представляемом месте, на протяжении этого времени ведущий может изредка говорить фразы по теме (как приятен на ощупь песок, ласково солнце, чиста и освежающая вода и т.п.).

Потом участников, продолжающих находиться в воображаемом месте, просят мысленно медленно закрыть глаза, вернуться туда, где они действительно находятся, и открыть глаза уже в реальности. Напоследок можно пожелать им сохранить в себе те приятные ощущения, которые они получили во время этого путешествия.

### ЗОЛОТАЯ НИТЬ

Участников просят удобно сесть, расслабиться и закрыть глаза. Им дается следующая инструкция:

«Представьте, что вы связаны с Вселенной тонкой золотой нитью, которая тянется от вашей макушки вверх, в бесконечность. Она постоянно вас поддерживает и наполняет энергией. Любое «выбивание из колеи» сопровождается тем, что вы теряете эту связь. Помните о том, что вы всегда можете ее восстановить, освободив эту «золотую ниточку» от тех помех, что лежат на ее пути. Когда вы теряете душевное равновесие, вспоминайте о том, что у вас есть эта поддержка, и представляйте свою связь через эту нить со всей Вселенной».

## ЛИТЕРАТУРА

1. Конституция Российской Федерации.
2. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 № 63-ФЗ.
3. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 № 195-ФЗ.
4. Федеральный конституционный закон от 30.05.2001 № 3-ФКЗ «О чрезвычайном положении».
5. Федеральный закон от 25.07.2002 г. № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности».
6. Федеральный закон от 06.03.2006 г. № 35-ФЗ «О противодействии терроризму».
7. Федеральный закон от 19.06.2004 г. № 54-ФЗ «О собраниях, митингах, демонстрациях, шествиях и пикетированиях».
8. Федеральный закон от 27 мая 1996 г. № 57-ФЗ «О государственной охране».
9. Федеральный закон от 18 апреля 1991 г. № 1026-1 «О милиции»;
10. Федеральный закон от 03.04.1995 № 40-ФЗ «О Федеральной службе безопасности».
11. Указ Президента РФ от 12.05.2009 № 537 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года».
12. Приказ МВД России от 14.07.2005 г. № 047 «О некоторых мерах по усилению борьбы с экстремизмом».
13. Бояринцев В.П. Проблемы психологии и психофизиологии активности и саморегуляции личности [Текст] / В.П. Бояринцев. – М.: Логос, 2007.
14. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для обучения саморегуляции. / Учебно-методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. - СПб., СПбНИИ физической культуры, 2006. - 44 с.
15. Грецов А.Г., Попова Е.Г. Научись преодолевать стресс. – СПб., 2006.
16. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для обучения эффективной коммуникации. / Учебно-методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. - СПб., СПбНИИ физической культуры, 2006. - 48 с.
17. Дикая Л.Г. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы его формирования [Текст] / Л.Г. Дикая, А.В. Махнач // Психологический журнал. – 2006. – №3. – С. 137-147.
18. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс. [Текст] / Р. Лазарус. – М.: Альфа, 2007.
19. Либин А.В. Стили или реагирования на стресс: психологическая защита совладание со сложными обстоятельствами. [Текст] / А.В. Либин, Е.В. Либина. – М.: Смысл, 2008.

20. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – М.: Эксмо, 2009. – 928 с.
21. Маришук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. – СПб.: Сентябрь, 2001.
22. Меерсон Ф.З. Адаптация, стресс и профилактика [Текст] / Ф.З. Меерсон. – М.: Наука, 2003.
23. Миславский, Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте [Текст] / Ю.А. Миславский. – М.: ЛОГОС, 2004.
24. Никифоров Г.С. Самоконтроль человека [Текст] / Г.С. Никифоров. – СПб.: Учение, 2010.
25. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении: практическое руководство / Под ред. И.А. Баевой. – СПб.: Речь, 2006. – 288 с.
26. Психолого-педагогическая и социальная поддержка подростков: программы, групповые занятия, проектная деятельность / авт.-сост. С.А. Пырочкина, О.П. Погорелова. – Волгоград: Учитель, 2008. – 123 с.
27. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – СПб., 2002.
28. Селье Г. Стресс без дистресса. [Текст]/ Г. Селье. – М.: Професс, 2009.
29. Фельдштейн Д.И. Психолого-педагогические проблемы построения новой школы в условиях значимых изменений ребенка и ситуации его развития / Д.И. Фельдштейн // Вопросы психологии. - 2010. - № 3. - С. 48-56.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ  
ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА

*Учебно-методическое пособие*

Часть вторая

*Составители:*

Сапожникова В.А.

Тимерьянова Л.Н.

Ижбулатова Э.А.

Халикова Л.Р.

*Печатается в редакции составителей*

Компьютерная верстка и макет:  
Л.Ю. Королева

Подписано к печати 13.12.2013.  
Бумага ксероксная. Формат 60x84 1/16.  
Гарнитура Times New Roman.  
Отпечатано на KONICA MINOLTA  
Усл. печ. л. 6,8. Уч.-изд. л. 7,4.  
Тираж 10 экз. Заказ 192.  
Цена договорная.

Издательство Института развития образования РБ.  
450005, Уфа, ул. Мингажева, 120.  
rio\_biro@mail.ru

