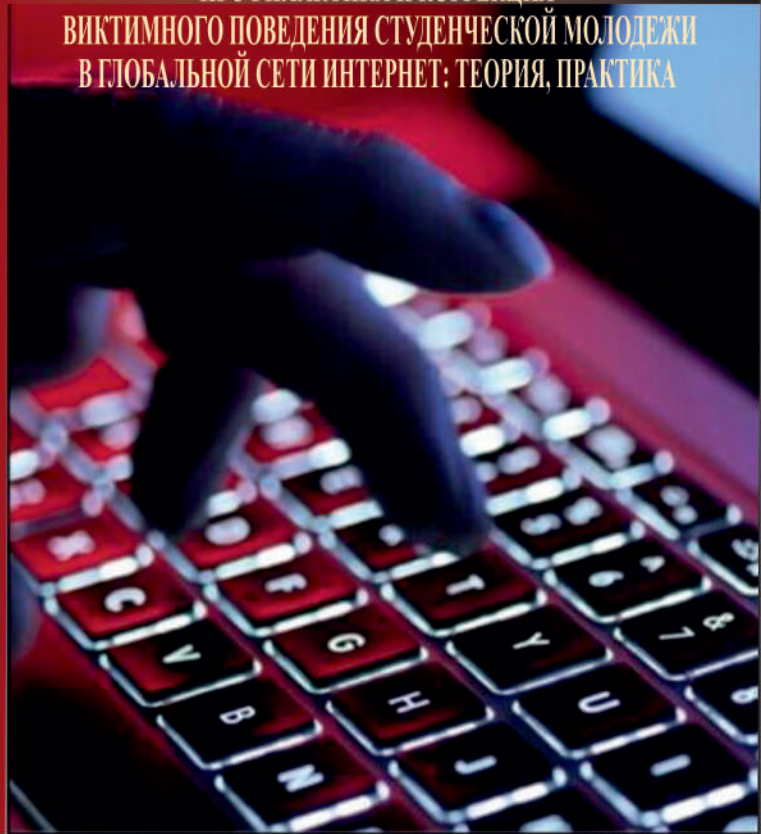


ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В ГЛОБАЛЬНОЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ: ТЕОРИЯ, ПРАКТИКА

Г.Ф.Биктагирова, Р.А.Валеева, А.Р.Дроздикова-Зарипова,  
Н.Н.Калацкая, Н.Ю.Костюнина

ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ  
ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ  
В ГЛОБАЛЬНОЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ: ТЕОРИЯ, ПРАКТИКА



**Г.Ф.Биктагирова, Р.А.Валеева, А.Р.Дроздикова-Зарипова,  
Н.Н.Калацкая, Н.Ю.Костюнина**

**ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ  
ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ  
В ГЛОБАЛЬНОЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ: ТЕОРИЯ, ПРАКТИКА**

**Казань  
Издательство «Отечество»  
2019**

УДК 371.72:616.89-008.44:004.738.5(07)  
ББК 74.200.556.7  
Б60

Издание осуществлено при финансовой поддержке фонда РФФИ  
(проект № 19-013-00814 А)

**Б60 Биктагирова Г.Ф., Валеева Р.А., Дроздикова-Зарипова А.Р.,  
Калацкая Н.Н., Костюнина Н.Ю.** Профилактика и коррекция вик-  
тимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Ин-  
тернет: теория, практика. - Казань: Издательство «Отечество», 2019. -  
320 с.

В монографии дано целостное представление о концептуальных основах и педагогическом обеспечении процесса профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет. Раскрываются сущностно-содержательная характеристика виктимности и виктимного поведения, факторы, причины и механизмы проявления виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет, а также основные направления профилактики виктимного поведения и девиктимизации. В книге освещается российский и зарубежный опыт решения проблемы превенции и интервенции виктимного поведения студенческой молодежи Глобальной сети Интернет, анализируются современные подходы и принципы психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Интернете, предложены апробированные психолого-педагогические условия профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Сети.

Книга может быть использована в качестве учебного пособия преподавателями и студентами высших учебных заведений при изучении курсов «Общая виктимология», «Теория и практика девиктимизации», «Социально-педагогические технологии», «Основы превентологии», «Девиантология», специалистами Центров психолого-педагогической помощи и слушателями учебных заведений системы последипломного образования. Она представляет интерес для психологов и социальных педагогов школ, родителей.

**Рецензенты:**

**В.Ш. Масленникова**, д.п.н., профессор, Институт педагогики, психологии и социальных проблем РАО,

**А.В. Фролова**, к.псих.н., доцент кафедры клинической психологии и психологии личности Института психологии и образования Казанского федерального университета

УДК 371.72:616.89-008.44:004.738.5(07)  
ББК 74.200.556.7

**ISBN**

© Биктагирова Г.Ф., Валеева Р.А., Дроздикова-Зарипова А.Р.,  
Калацкая Н.Н., Костюнина Н.Ю., 2019

© Оформление.  
Издательство «Отечество», 2019

## Оглавление

<b>Введение</b> .....	4
<b>Глава 1. Концептуальные основы профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет</b>	
1.1. Виктимность и виктимное поведение как социально-педагогическая проблема.....	7
1.2. Сущностно-содержательная характеристика понятия «виктимное поведение студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет».....	26
1.3. Факторы, причины и механизмы проявления виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет .....	34
1.4. Профилактика виктимного поведения и девиктимизация.....	48
<b>Глава 2. Педагогическое обеспечение процесса психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет</b>	
2.1. Российский и зарубежный опыт решения проблемы превенции и интервенции виктимного поведения студенческой молодежи Глобальной сети Интернет.....	59
2.2. Современные подходы и принципы психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет .....	104
2.3. Психолого-педагогические условия профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет .....	115
<b>Заключение</b> .....	165
<b>Список литературы</b> .....	170
<b>Приложения</b> .....	191

## ВВЕДЕНИЕ

Своевременность, актуальная необходимость исследования виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет обусловлена значительным влиянием рисков на жизнь и здоровье подрастающего поколения. Мы можем констатировать факты негативного влияния Интернет-сайтов, которые провоцируют подростков и молодежь на рискованные и необдуманные действия, часто приводящие к опасным критическим жизненным ситуациям.

Современной науке известен термин «одинокость в толпе» – одиночество среди людей, в крупном коллективе или группе. Этот термин вполне применим к человеку, который является постоянным интернет-пользователем. Исследовательская компания Mediascope провела исследование, по результатам которого выяснила, что в феврале-июле 2019 года Интернетом в России хотя бы раз в месяц пользуются 95,8 млн. человек в возрасте от 12 лет – это 78% населения страны. За последние два года число пользователей выросло на 10%.

Несомненно, социальные сети открывают перед человеком неограниченные возможности – это и информационный носитель, создание сообществ по интересам, объединение людей разных возрастов, религий и профессий, интересное и увлекательное времяпровождение. Неоспоримым достоинством социальных сетей является возможность найти своих друзей, коллег, родственников которые живут за рубежом, в других странах и городах. Нередко люди регистрируются в социальных сетях, чтобы познакомиться. Стоит отметить, что для людей с ограниченными возможностями социальные сети нередко являются единственной возможностью познакомиться с новыми людьми и общаться с ними «по душам», не боясь, что их отвергнут или не поймут. Не стоит отрицать, что социальная сеть служит средством коммуникации людей и выполняет определенные позитивные функции, однако негативное влияние Интернета на подростков и молодежь достаточно велико, которое может привести к виктимизации личности. В настоящее время угрозу для информационно-психологической безопасности личности представляют молодежные депрессивные субкультуры с суицидальной направленностью, секты и группы экстремистской направленности, которые формируют у молодежи депрессивные состояния, ощущение усталости от жизни, скуки, никчемности, ненужности с

помощью подбора соответствующих картинок, музыки, цитат. На бессознательном уровне весь подобный массив формирует суицидальные мысли.

Современный уровень компьютеризации позволяет каждому иметь доступ к сети Интернет, создать свой собственный интернет-ресурс (сайт, чат, форум, блог) возможно, не обладая специальными познаниями в области программирования, и при этом практически бесплатно. Таким образом, быстрое освоение и бесконтрольное использование достижений человечества в информационно-технологической сфере в преступных целях является серьезной угрозой для подрастающего поколения и государства. Все большую опасность представляют организованные в Интернете «группы смерти», которые вовлекают молодежь и подростков в опасные и рискованные «игры на выживание», «игры на вымирание». Сегодня появляются тысячи сайтов, которые призывают молодежь причинить боль себе и окружающему, рассказывают о привлекательных диетах и способах похудения. Кибер-террор (троллинг), кибермошенничество, порносайты, сайты об азартных играх со сценами насилия, незаконный сбор персональных данных и распространение их в открытом доступе, доведение до самоубийства, далеко не полный список негативных влияний, которые провоцируют подростков на виктимное поведение.

В монографии обобщен материал, касающийся проблемы виктимности и виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет. Виктимность личности рассматривается нами в рамках дезадапционного подхода, а именно отклонения от норм и правил безопасного поведения в Глобальной сети Интернет. Важным в данной монографии будет исследование природы виктимного поведения, выявление факторов, его детерминирующих, генеза и возрастных особенностей формирования виктимных установок, превентивных мер, которые направлены на предотвращение технологических угроз и рисков Интернет-сети, оказывающих негативное влияние на личность студенческой молодежи.

На основе анализа литературы (свыше 200 отечественных и зарубежных источников), авторами освещаются такие важные вопросы, как: факторы, причины и механизмы проявления виктимного поведения студенческой молодежи, современные подходы и принципы психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети интернет. В монографии также подробно раскры-

ваются психолого-педагогические условия профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети интернет.

В приложении представлены: психодиагностическая методика, охватывающая комплекс взаимосвязанных проявлений виктимного поведения студенческой молодежи в Интернет-сети, которая направлена непосредственно на анализ психологической реальности, скрывающейся за виктимными поведенческими аспектами; рабочие программы дисциплин «Общие основы виктимологии», «Теория и практика девиктимизации»; комплексная программа коррекции виктимного поведения студентов в Глобальной сети Интернет.

В монографии «Профилактика и коррекция виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет: теория, практика» сочетается доступность изложения сложных понятий современной социально-педагогической и криминальной виктимологии со строгой научностью и детальностью в описании конкретных методик и превентивных программ.

Книга может быть использована в качестве учебного пособия преподавателями и студентами высших учебных заведений в изучении таких дисциплин как «Общая виктимология», «Теория и практика девиктимизации», «Социально-педагогические технологии», «Основы превентологии», «Девиянтология», специалистами Центров психолого-педагогической помощи и слушателями учебных заведений системы последипломного образования. Она представляет интерес для психологов и социальных педагогов школ, родителей.

Материалы монографии подготовили:

Биктагирова Г.Ф. (п. 1.3)

Валеева Р.А. (заключение, научное редактирование)

Дроздикова-Зарипова А.Р. (п.2.3, приложения 1, 4)

Калацкая Н.Н. (2.1, 2.2., 2.3, приложение 1)

Костюнина Н.Ю. (введение, 1.1., 1.2, 1.4, 2.3, приложение 2, 3)

# **Глава 1. Концептуальные основы профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет**

## **1.1. Виктимность и виктимное поведение как социально-педагогическая проблема**

Виктимология (от латинского "victim" - "жертва" и греческого "logos" - подробно о чем-либо, учение) в буквальном переводе означает - "подробно о жертве", или "учение о жертве".

Ганца фон Гентинга (Henting, 1948) по праву можно считать основателями науки виктимологии. Ганс фон Гентинг в 1948 г. публикует монографию «The criminal and his victim» («Преступник и его жертва») и именно данный труд стал первой научной монографией в области исследования жертвы в системе «преступник – жертва». Автор обосновывал ряд теоретических положений, которые касаются типов поведения жертвы, отношений между «жертвой» и преступником в системе преступного деяния, ее роли в определении видов преступлений. Ганс фон Гентинг (Henting, 1948) обосновал такие важные для криминальной виктимологии понятия, как:

- а) посягатель-жертва,
- б) латентная жертва,
- в) взаимодействие между посягателем и жертвой.

Однако стоит заметить, что первые статьи и публикации по виктимологии появились в конце 1945 г. Историческим фактом яркого примера массовой виктимизации в конце Второй мировой войны являются бомбардировки японских городов Херосима и Нагасаки. В результате данного акта насилия большое количество людей стали жертвами.

В 1949 г. американским психиатром Фредериком Вертхамом (Wertham, 1949) был определен термин «виктимология» в научном труде «The show of violence» («Картина насилия»). Данный труд был посвящен проблеме изучения личности – жертве от криминальных преступлений. Стоит отметить, что автор писал о том, что не всегда можно понять психологию преступника, не понимая психологию и социологию жертвы, и



поэтому необходима специальная наука – виктимология. Данная работа является ценным научным трудом еще и потому, что в главе «Mathematics of Murder» («Математика убийства») отображается мысль автора о том, что убийство в любой из форм проявления не может быть сведено только к криминальным проблемам, потому что существует связь между внутренними конфликтами личности и внешними конфликтами, обусловленными социумом. Убийство следует рассматривать как ситуацию, которая может произойти, а, может быть, и нет. Также автор отмечал, что в центре внимания виктимологии как науки должны стоять вопросы превентивные мер.

У истоков зарождения виктимологической науки стоял известный ученый Б. Мендельсон (Mendelsohn, 1963).. Ученый рассматривал виктимологию как самостоятельную науку. В своем научном труде «Общая виктимология» развил концептуальные идеи о том, что необходима практическая виктимология, которая будет рассматривать не только жертвы преступления, но и жертвы геноцида, этнических конфликтов. Б. Мендельсон вводит в научный оборот понятия «уголовная чета» (дисгармоничное единство носителя агрессии и жертвы), «жертва-provokator», «кандидат в жертвы», «жертва-агрессор», «добровольная жертва», «индекс жертвенности».

Исследуя феномен виктимности, следует отметить труды японского ученого Миядзава Коити (Миядзава, 1987). Автор выделял два вида виктимности: общую и специальную. Общая виктимность зависит от социально-демографических признаков, таких как пол, возраст, социальный статус, род деятельности. Специальная виктимность – от психологической неустойчивости личности, а также от отставания в развитии интеллекта, эмоциональной неустойчивости. Автор предлагал идею о том, что виктимность личности повышается из-за сочетания этих двух видов ее проявления.

Важным этапом становления виктимологии как науки стало учреждение Всемирного общества виктимологов. На международном конгрессе (BOB – The World Society of Victimology) в 1979 году первым Президентом стал Ганс Дж. Шнайдер. Под эгидой Всемирного общества виктимо-

логов организуются Международные конференции, проблемное поле которых изучение виктимного поведения жертв преступлений.

Важную роль в становлении и развитии криминальной виктимологии сыграли труды Стивена Шафера (Schafer, 1975). Авторы отмечали, что в системе преступления не последнюю роль играет провоцирующее поведение жертвы. В некоторых ситуациях жертва несет ответственность за то, что с ней происходит, так как нередко именно жертва ведет себя беспечно, необдуманно, рискованно.

Э. Кармен (Karmen, 1995) в своих трудах рассматривал три основных аспекта, которые представляют интерес для криминальной виктимологии:

- 1) изучение причин криминальной ситуации, а именно исследование динамики событий и социального окружения индивида, которые привели к виктимизации. Вместе с тем, автор не отмечает ответственность со стороны жертвы преступления;
- 2) изучение и оценка интеракции жертвы и системы правосудия: полиции, прокуратуры, суда, адвокатов;
- 3) изучение и оценка эффективности мер, которые предпринимаются различными социальными институтами по возмещению потерь жертвам преступлений.

В России исследования в области криминальной виктимологии начали активно развиваться только с конца 80-х годов. У ее истоков стоял известный российский ученый Л.В. Франк (1972), автор статьи «Об изучении личности и поведения потерпевшего (Нужна ли советская виктимология?)» и монографий «Виктимология и виктимность» (1972), «Потерпевшие от преступления и проблемы советской виктимологии» (1977). Л.В. Франк вводит в криминальную науку такие важные понятия, как: виктимизация, виктимность, связь «преступник – жертва». Автор трактует данные понятия следующим образом:

- 1) виктимизация – процесс превращения человека в жертву преступления и результат функционального воздействия преступности в целом на жертв, членов их семей, социальные группы и общности;

- 2) виктимность – потенциальная или актуальная способность личности индивидуально или коллективно становиться жертвой социально-опасного проявления (жертвой преступления в результате образа действий);
- 3) взаимосвязь «преступник – жертва» – система отношений между указанными субъектами в рамках криминогенной ситуации.

По утверждению Л.В. Франка (1982), виктимология – развивающееся комплексное учение о лицах, находящихся в кризисном состоянии, к которым можно отнести: жертвы преступлений, стихийных бедствий, катастроф, различных форм насилия, аддиктивного поведения, а также о направлениях и способах оказания помощи таким личностям. Автор выделяет следующие виды виктимности:

- 1) реализованную виктимность, к которой относит преступный акт насилия;
- 2) личностную – совокупность социально-психологических свойств личности, предрасположенность человека при определенных обстоятельствах стать жертвой преступления;
- 3) ролевую – «безличное» свойство, обусловленное выполнением человеком определенных социальных функций;
- 4) социальную, определяемую наличием в обществе криминогенной обстановки, которая объективно ставит любого человека в положение потенциальной жертвы.

Следует отметить учение известного отечественного ученого Д.В.Ривмана, который отмечал, что человек при определенных обстоятельствах предрасположен стать жертвой преступления, или неспособен, не умеет или не желает противостоять преступнику.

Д.В. Ривман (Ривман, 2002) выделяет *нормальную, среднюю и потенциальную виктимность* и типы потерпевших, которые представлены в таблице 1.

Таблица 1.

**Типы потерпевших (по Д.В. Ривману)**

<b>Типы</b>	<b>Характеристика типа</b>
агрессивный	поведение потерпевшего связано с нападением на причинителя вреда оскорблением, клеветой, издевательством, характерно создание конфликтной ситуации самим потерпевшим
активный	потерпевшие, побуждающие условия для причинения вреда неконфликтным образом или сами себе причиняющие вред
инициативный	потерпевшие, поведение которых имеет положительный характер, но опасно для них самих
пассивный	потерпевшие, которые не оказывают противодействия преступнику по самым различным причинам
некритичный	потерпевшие, для которых характерны неосмотрительность, неумение оценить ситуацию
нейтральный	потерпевшие, поведение которых не вызывало преступные действия и не способствовало им в той мере, в какой это зависело от потерпевшего

Д.В. Ривман (2002) дополняет свою классификацию и считает, что в определенной жизненной ситуации каждый человек может стать жертвой преступления, то есть в определенной кризисной ситуации не может быть не виктимным, а это предполагает наличие индивидуальных личностных качеств, которые определяют *индивидуальную личностную виктимную предрасположенность*.

Таблица 2.

**Типы личностной виктимной предрасположенности (по Д.В. Ривману)**

<b>Типы</b>	<b>Характеристика типа</b>
универсальный	характеризуется явно выраженными личностными чертами, определяющими высокую потенциальную уязвимость в

	отношении различных преступлений
избирательный	люди, обладающие высокой уязвимостью в отношении определенных видов преступлений
ситуативный	люди этого типа обладают средней виктимностью, и они становятся жертвами в результате стечения ситуативных факторов
случайный	люди, которые стали жертвами в результате случайного стечения обстоятельств
профессиональный	тип включает людей, виктимность которых определяется их профессиональной занятостью

Дополняя и расширяя данные классификации Д.В. Ривмана, ученые В.И. Полубинский (2010), А.С. Минская (1974), А.А. Гаджиева (2000) и В.А. Туляков (2000) составили авторские классификации, в которых описали виды жертв преступлений (Таблица 3.). Как мы видим, авторы выделяют в качестве ведущего критерия различные обоснования, нет единой позиции в классификациях.

Несмотря на то, что феномен виктимности и виктимного поведения достаточно глубоко изучен в криминальной виктимологии, остро стоит проблема смещения акцентов его изучения в плоскость социальной педагогики и психологии.

О.О. Андронникова (Андронникова, 2005) выделяет три основных подхода к рассмотрению виктимности личности, как основы для формирования виктимного поведения:

- виктимность как дезадаптация и отклонение от норм и правил безопасного поведения;
- виктимность как девиация личности и/или социальной общности;
- виктимность как дефицитарная деформация развития личности.

Придерживаясь мнения О.О. Андронниковой, в нашей монографии *виктимность личности* будет рассматриваться в рамках дезадаптационного подхода, а именно как отклонение от норм и правил безопасного поведения в Глобальной сети Интернет. Важным в данной монографии будет

исследование природы виктимного поведения, выявление факторов, его детерминирующих, генеза и возрастных особенностей формирования виктимных установок, превентивных мер виктимного поведения, а также виктимного поведения личности в кризисной ситуации в целом, в Глобальной сети Интернет в частности.

Рассмотрим позиции А.В. Мудрика (Мудрик. 2008), В.И. Загвязинского (Загвязинский, Зайцев, Кудашов, Селиванова, Строков, 2002), А.Л. Репецкой (Репецкая 1994), В.Я. Рыбальской (Рыбальская, 2004), которые описали виды жертв неблагоприятных условий социализации (Таблица 4).

Далее представим концепции современных отечественных и зарубежных ученых в области не криминальной виктимологии. На основе изучения проблемы неблагоприятных обстоятельств социализации человека, в своей статье «Социально-педагогическая виктимология как отрасль знания» А.В. Мудрик и М.Г. Петрина (2016) раскрывают основные понятия социально-педагогической виктимологии: виктимность, виктимогенность, виктимайзер, жертва неблагоприятных условий социализации (Мудрик, Петрина, 2016). Данная статья представляет интерес для социальных педагогов и психологов образовательных учреждений.

Стоит отдельно остановиться на трудах известного современного автора, который внес значительный вклад в развитие некриминальной виктимологии. В работах О.О. Андронниковой (Андронникова, 2005) описываются психолого-педагогические условия трансформации дезадаптивных форм виктимного поведения подростков в образовательном пространстве, характеристики и специфические особенности виктимного поведения личности, уровни виктимности, факторы возникновения виктимного поведения несовершеннолетних подростков, параметры безопасности образовательной среды, выступающей основой для формирования безопасного поведения.

### Типы виктимной предрасположенности жертв преступлений

Концепция В. И. Полубинского (Полубинский, 2010)	Концепция В.С. Минской (Минская, 1974)	Концепция А.А. Гаджиевой Типы виктимности: (Гаджиева, 2000)	Концепция В.А. Тулякова (Туляков, 2000)
<i>индивидуальная виктимность</i> - качество личности, которое обусловлено социальными, психологическими или биофизическими составляющими	<i>преступные действия потерпевшего</i> - общественно опасное посягательство на интересы общества или отдельной личности, поставившие ее в состояние необходимой обороны или вызвавшее состояние сильного душевного волнения	<i>виктимогенная деформация личности</i> - совокупность социально-психологических свойств личности, связанных с особенностями социализации	<i>импульсивная жертва при нападении правонарушителя</i> обладает бессознательным чувством страха, угнетенным состоянием, подавленностью реакций и рациональным мышлением
<i>видовая виктимность</i> - предрасположенность отдельных лиц становиться жертвами определенных видов преступлений. Видовая виктимность чаще всего реализуется в форме личностной, ролевой индивидуальной или групповой виктимности	<i>менее общественно опасные</i> - способные оказать меньшее влияние на общественную опасность ответного преступного деяния действия потерпевшего, нарушившие нормы административного или гражданского права или дисциплинарного устава	<i>профессиональная виктимность</i> - «безличное» свойство, обусловленное выполнением социальных функций	<i>жертвам с утилитарно-ситуативной активностью</i> необходимо благоразумие, так как они характеризуются как добровольные жертвы, «заторможенные» жертвы, не активные, неосмотрительные в криминальных ситуациях
<i>групповая виктимность</i> – люди становятся жертвами преступлений ввиду профессиональной составляющей (работники милиции, инкассаторы, сторожа)	<i>еще менее опасные для общества</i> (при прочих равных условиях) как причиняющие обществу меньший вред представляют нарушения норм нравствен-	<i>«возрастная» виктимность</i> - биофизиологическое свойство личности	<i>установочная жертва</i> характеризуется в криминальной ситуации как агрессивная, неуравновешенная, с истеричными качествами, которые провоцируют преступника на соверше-

	НОСТИ		ние преступления
<i>массовая виктимность</i> - реальная ситуация, при которой люди ввиду их субъективных качеств (физические, моральные, материальные) становятся жертвами преступлений (обстоятельств)		<i>виктимность</i> - «патология» следствие патологического состояния личности: психическая болезнь, физический недуг, слепота, глухота и иные тяжкие соматические расстройства. Психические аномалии способствуют увеличению риска субъекта стать жертвой различных преступлений	<i>рациональная жертва</i> , характеризуется как жертва-провокатор, сама создающая криминальные ситуации и сама попадающая в данные ловушки
		<i>неподозреваемая виктимность</i> - личность может иногда обнаружиться и в особых манерах жертвы, в ее эстетическом виде, которые могли стать стимулом для преступника	<i>жертву с ретрестивской активностью можно охарактеризовать</i> как пассивного провокатора; личность своим внешним видом, образом жизнедеятельности, повышенной тревожностью и доступностью как бы подталкивает преступника к совершению преступления
		<i>исключительно высокая виктимность</i> - состояние личности, которое в процессе жизнедеятельности не исчезает даже после того, как человек изменил образ жизни	



Таблица 4.

### Жертвы неблагоприятных условий социализации

<p style="text-align: center;"><b>Концепция</b></p> <p style="text-align: center;"><b>А.В. Мудрика</b></p> <p style="text-align: center;">(Мудрик, 2008)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Концепция</b></p> <p style="text-align: center;"><b>В.И. Загвязинского</b></p> <p style="text-align: center;">(Загвязинский, Зайцев, Кудашов, Селиванова, Строков, 2002)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Концепция</b></p> <p style="text-align: center;"><b>А.Л. Репецкой</b></p> <p style="text-align: center;">(Репецкая 1994)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Концепция</b></p> <p style="text-align: center;"><b>В.Я Рыбальской</b></p> <p style="text-align: center;">(Рыбальская, 2004)</p>
<p>Автор выделяет следующие жертвы неблагоприятных условий социализации: реальные жертвы, потенциальные и латентные.</p> <p><i>1.Реальные жертвы</i> - люди с ограниченными возможностями здоровья, а именно:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с психосоматическими дефектами и отклонениями;</li> <li>- сироты и дети, находящиеся на попечении государства или общественных организаций.</li> </ul> <p><i>2.Потенциальные жертвы</i> -</p>	<p>Автор выделяет следующие категории жертв:</p> <p><i>1. Люди</i>, которые из-за характерных преобладающих отрицательных нравственно-психологических свойств позиционируют в конфликтах виктимный стиль поведения. К данной группе относятся люди с характерологическими отклонениями (психопатии, неврозы, склонность к аффектам, повышенная демонстративность, негативизм).</p> <p><i>2. Люди в силу недостаточности жизненного опыта</i> не могут адекватно</p>	<p><i>1. Виктимогенная деформация</i> личности проявляется через сочетание личностных и поведенческих характеристик и определяется как совокупность социально-психологических свойств личности, связанных с неблагоприятными особенностями социализации, её неудовлетворительной социальной адаптацией. У личности проявляется эмоциональная неустойчивость, неконтролируемость, сниженная способность к абстрактному мышлению, повышенной конфликтности.</p> <p><i>2.Профессиональная</i>, или «ролевая», виктимность определяется как объективная в данных условиях характери-</p>	<p>В основу классификации В.Я. Рыбальской положены факторы, обуславливающие виктимность:</p> <p><i>1. Виктимность как совокупность социально-психологических свойств личности</i>, связанных с особенностями социализации последней (виктимогенная деформация личности).</p> <p><i>2. Виктимность как исключительно социальное, «безличное» свойство</i>, обусловленное выполнением неко-</p>

<p>люди с пограничными психическими состояниями и с акцентуациями характера:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мигранты;</li> <li>- дети семей с низким экономическим, моральным, образовательным уровнем;</li> <li>- метисы и представители интонациональных групп в местах компактного проживания другого этноса.</li> </ul> <p><i>3. Латентными жертвами автор считает тех, кто не смог реализовать заложенные в них задатки в силу объективных обстоятельств их социализации.</i></p>	<p>вато и своевременно предвидеть возможные негативные последствия собственного поведения и характеризуются неосторожным, неосмотрительным поведением и становятся жертвами посягательства.</p> <p><i>3. Люди, ставшие жертвами обстоятельств объективного характера. К данной группе могут быть отнесены лица с различного рода врожденными недугами (инвалиды детства), пережившие ситуации, связанные с высоким риском для жизни (жертвы катастроф, природных стихий).</i></p>	<p>стика социальной роли человека, независимо от его личностных свойств и повышает опасность посягательств лишь в силу исполнения данной роли.</p> <p><i>3. Возрастная виктимность как биофизическое свойство личности. Автор говорит о повышенном риске виктимизации для людей, имеющих инвалидность, и некоторых возрастных групп населения, выделяющихся в связи с наличием личностных психических особенностей, проявления возрастной специфики, социализации и адаптации в определенных социальных условиях.</i></p> <p><i>4. «Виктимность-патология» - виктимность как следствие патологического состояния личности: психическая болезнь, дефицитарность анализаторов зрения и слуха, иные тяжелые соматические расстройства.</i></p>	<p>торых социальных функций (профессиональная или «ролевая» виктимность).</p> <p><i>3. Виктимность как биофизиологическое свойство личности (возрастная виктимность).</i></p> <p><i>4. Виктимность как следствие патологического состояния личности («патологическая» виктимность).</i></p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Позволим себе остановиться на наиболее важных аспектах исследований виктимолога О.О. Андронниковой. Автор определил, обосновал и проанализировал основные базовые понятия, комплекс факторов, который влияет на проявление виктимного поведения личности, условия и механизмы виктимизации, основные характеристики личности (Таблица 5.).

Таблица 5.

### Концептуальные идеи О.О.Андронниковой

<p>1.Основные базовые понятия:</p>	<p>Виктимизация – процесс реализации вовне присущей личности виктимности.</p> <p>Виктимное поведение – отклонение от норм безопасного поведения, реализующееся в совокупности социальных, психических и моральных проявлений личности.</p> <p>Виктимная идентичность личности является сложным образованием, включающим в себя ядерные и околоядерные компоненты виктимного содержания, проявляющиеся в эмоциональных реакциях, поведенческих паттернах и предпочитаемых способах реагирования.</p> <p>Жертвенная позиция – комплекс представлений о себе, своем месте в социуме, включающий когнитивную, эмоциональную и поведенческую компоненты.</p> <p>Виктимность как реальность социально-психологической организации человеческого сообщества может быть рассмотрена следующим образом: во-первых, как свойство, присущее каждому человеку, заключенное в его диспозициях; во-вторых, как комплекс поведенческих реакций, опирающихся на индивидуальный опыт человека; в-третьих, как феномен, проявляющийся в социальных отношениях и являющийся условием выстраивания социального взаимодействия; в-четвертых, как культурологическая установка и образец социального поведения. Психологическое понимание виктимности и ее роли в организации человеческого взаимодействия свойственно всем институтам социализации человека и проявляется в интеракциях межличностного взаимодействия.</p>
<p>2.Комплекс факторов, который влияет на</p>	<p>Комплекс факторов психофизиологического (специфические особенности возраста, полоролевые различия, др.), индиви-</p>

<p>проявление виктимного поведения личности</p>	<p>дуально-психологического (особенности самооценки, эмпатии, уровень субъективного контроля, ощущение социальной поддержки, тревожность, смелость в общении, самоуглубленность, радикализм, уровень фрустрации) и социально-психологического (враждебность, директивность, непоследовательность родителей, приводящие к виктимности) генеза способствует возникновению виктимного поведения.</p> <p>В качестве факторов социально-психологического воздействия выделяются:</p> <p>1) социокультурные особенности виктимизации (влияние социокультурного и социально-экономического статуса, виктимизация общества, особенности бытового окружения, воздействие средств массовой информации, гендерные особенности);</p> <p>2) семейный фактор (наличие агрессивной или игнорирующей модели воспитания, психопатология одного из членов семьи, нарушение эмоционального климата в семье, наличие моделей жертвенного поведения родителей, физическое насилие, алкоголизация, супружеские конфликты);</p> <p>3) социальнопедагогический фактор (отсутствие индивидуального подхода к учащемуся, виктимная деформация педагога, оскорбительное отношение со стороны педагога и одноклассников, психологическое и физическое насилие, неприятие сверстниками).</p>
<p>3.Условия виктимизации человека в социуме</p>	<p>деструктивные формы общественного жизнеустройства и воздействия на личность;</p> <p>девальвация ценностей;</p> <p>деструктивные формы взаимодействия родителей; насильственные межличностные отношения (унижение, притеснение, др.); несовпадение индивидуально-психологических особенностей личности и требований среды</p>
<p>3.Механизмы виктимизации</p>	<p>интериоризация деструктивных форм поведения, демонстрируемых в социальном окружении (родители, референтная группа, кумиры);</p> <p>искажение прохождения этапов онтогенеза (формирования механизма совладания с агрессией, через демонстрацию подчиняемого поведения, особенности прохождения половой идентификации);</p>

	идентификация (с жертвой или агрессором); переживание личностного травматического опыта, приводящего к виктимной деформации
4. Уровни виктимности	- «нормальный уровень виктимности», присущий личности характеризующейся хорошей адаптацией; - «среднестатистический уровень виктимности», зависящий от конкретных социальных условий и принятой социокультурной нормы виктимности; - «высокий уровень виктимности», связанный со специфическими качествами личности, повышающими степень ее уязвимости, и снижающими уровень адаптации
5. Основные характеристики виктимной личности	агрессия, аутоагрессия, гиперсоциальность, зависимость, не-критичность, реализованная виктимность

М.В. Шакурова (Шакурова, 2002) выделяет виды виктимности, которые проявляются комплексно или как личностное качество, а именно:

- 1) виктимогенная деформация личности – есть совокупность социально-психологических качеств личности, которые связываются с неблагоприятными условиями социализации или социальной дезадаптацией;
- 2) профессиональная виктимность – есть не зависящая от личностных характерных особенностей личности виктимность, которая проявляется объективно в определенных условиях как характеристика социальной роли человека, причем опасность повышается от возможности исполнения этой роли;
- 3) возрастная виктимность – биофизическое свойство личности;
- 4) виктимность-патология – следствие патологии и неадекватности личности.

Г.И. Уразаева (Уразаева, 2014) раскрывает следующие виды и типы виктимности: общую; специальную; ролевую; ситуационную; приобретенную. По типам: потенциальную; реализованную; актуальную.

В.А. Туляков (Туляков, 2000) представляет компоненты виктимности, которые представлены на рисунке 1.



Рис. 1. Компоненты виктимности

Как видим, автор констатирует наличие шести взаимосвязанных компонентов: интеллектуально-ролевого, аксиологического, деятельно-практического, эмоционально-установочного, биологического, социально-ролевого.

Контент-анализ понятия «виктимность» представлен в таблице 6.

Таблица 6.

**Контент - анализ понятия «виктимность»**

Виктимность – есть...	Источник
<p>- не что иное, как реализованная преступным актом „предрасположенность“, вернее, способность стать при определенных обстоятельствах жертвой преступления, или, другими словами, неспособность избежать опасности там, где она объективно была предотвратима.</p> <p>- потенциальная или актуальная способность лица индивидуально или коллективно становиться жертвой социально опасного проявления....</p>	<p>(Франк, 1975)</p>

<p>...реализованная виктимность в данном контексте означает «реализованная преступным актом личная «предрасположенность», вернее способность стать при определенных обстоятельствах жертвой преступления...</p>	
<p>- степень несопротивляемости, восприимчивость жертвы к правонарушению с психической, физической или социальной точки зрения в момент исполнения преступного действия</p>	(Mendelson, 1956)
<p>- системное и динамичное свойство личности, проявляющееся в форме ее социального, биологического, психологического и морального деформационного отклонения, закрепленного в привычных формах поведения, не соответствующего нормам безопасности и обуславливающего потенциальную или реальную предрасположенность субъекта становиться жертвой</p>	(Ривман, 2002)
<p>- повышенная способность (повышенные свойства) человека и определенной группы людей (общности людей) становиться при определенных ситуациях жертвами преступлений</p>	(Емельянов, 2013)
<p>– своеобразный психокультурный статус, определяемый дефицитарной деформацией развития личности и включающий ряд признаков:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- субъективную неудовлетворенность;</li> <li>- утрату идентичности вследствие хронического переживания страха, опасений, тревожности, стрессов, фрустраций;</li> <li>- дезинтеграцию индивидуальной «Я-системы»;</li> <li>- утрату психокультурной автономности;</li> </ul> <p>формирование психокультурного конформизма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- неадекватное восприятие реальности</li> <li>- неадекватные самопознание, самопереживание и самооценку;</li> <li>- снижение толерантности к фрустрации;</li> <li>- нарушенную резистентность по отношению к стрессу;</li> <li>- патогенную и деструктивную социальную адаптацию;</li> </ul>	(Руденский, 2004)

- агрессивно компенсирующее самоутверждение	
- особенности и внутренние качества личности и поведения самого пострадавшего, которые выполняют роль реализаторов потенциальной виктимности	(Полубинский, 1977)
– приобретенные человеком физические, психические и социальные черты и признаки, которые могут сделать его предрасположенным к превращению в жертву (преступления, несчастного случая, деструктивного культа и др.).	(Малкина-Пых, 201)
- определенный комплекс стабильных типичных социальных и (или) психологических (реже физиологических) свойств личности, которые в принципе могут подвергаться коррекции вплоть до полной нейтрализации (устранения) и которые обуславливают во взаимодействии с внешними обстоятельствами повышенную «способность» человека стать жертвой преступления»	(Репецкая, 1994)
– следствие патологического состояния личности: психической болезни, дефицитарности анализаторов зрения и слуха, иных тяжелых соматических расстройств.	(Репецкая, 1994)
- отклонение от норм безопасного поведения, которое реализуется в совокупности социальных (статусные характеристики ролевых жертв и поведенческие отклонения от норм индивидуальной и социальной безопасности), психологических (патологическая виктимность, страх перед преступностью и другими аномалиями) и моральных (интериоризация виктимогенных норм, правил поведения виктимной и преступной субкультуры, виктимные внутриличностные конфликты) проявлений	(Туляков, 2000)
- совокупность свойств человека, обусловленных комплексом социальных, психологических и биофизических условий, способствующих дезадаптивному стилю реагирования субъекта, приводящему к ущербу для его физического или эмоционально-психического здоровья	(Андронникова, 2005)
- совокупность эмоционально-личностных особенностей, способствующих дезадаптивному стилю реагирования индивида, приводящему к ущербу для его физического или эмоционально - психического здоровья	(Кузнецова, 2013)



- склонность человека становиться жертвой при определенных социальнопсихологических условиях и ситуациях	(Сибиряков, 2013)
- комплекс физических, психических и социальных черт и признаков личности, повышающих вероятность ее преобразования в жертву	(Папкин, 2006)
- определённый комплекс стабильных типических социальных и (или) психологических свойств личности - весьма сложное понятие, поскольку уязвимость личности обусловлена существенно различающимися факторами	(Рыбальская, 2004)

Анализируя данные таблицы, следует отметить, что наблюдается неоднозначность и несогласованность в представленных понятиях, виктимность определяется авторами как способность и возможность стать жертвой (Франк,1974), потенциальную способность (Полубинский,2010), годность (Ривман,2002), предрасположенность, уязвимость (Рыбальская,2004) и др.

Контент-анализ понятия «виктимное поведение» представлен в таблице 7.

Таблица 7.

### Контент - анализ понятия «виктимное поведение»

Определение – виктимное поведение – есть...	Источник
...отклонение от норм безопасного поведения, реализующегося в совокупности социальных, психических и моральных проявлений	(Андронникова, 2005)
аутодеструктивное поведение, для которого свойственно совершение опасных для жизни действий, не связанных с осознанными представлениями о собственной смерти. Это широкий спектр аутодеструктивной активности, которая включает в себя действия, прямо или косвенно приводящие к причинению ущерба личности (злоупотребление табаком, наркотическими веществами, алкоголем, склонность к риску, азартные игры, провокация окружающих на драки и т.д.), но не осознаются как таковые. Достаточно часто эти действия носят провоцирующий характер, то есть представляют собой активность, связанную с причинением	(Андронникова, 2009)

ущерба личности в результате осознанной или неосознанной провокации окружающих. По сути, это активность, примыкающая к суицидальной сфере, но таковой не являющаяся.	
... поведение личности, которое значительно повышает риски субъекта стать жертвой преступления.	(Реан, 2015)
... психологическое отклонение, закрепленное в привычных формах человеческой активности (поведении), обуславливающих потенциальную или реальную предрасположенность субъекта становиться жертвой	(Рябкова, 2019)
вызывающее, опрометчивое, патологическое поведение, которое реализуется в комплексе общественно принимаемых и непринимаемых условиях.	(Долговых, 2009)
отклонение от норм безопасного поведения, обусловленное характерологическими особенностями и деформацией ценностно-мотивационной составляющей личности (прежде всего, депривацией потребности в безопасности), в результате которых личность обретает высокую предрасположенность становиться жертвой отрицательных факторов среды (несчастных случаев, стихийных бедствий, катастроф и др.).	(Баширова, 2013)
такое поведение, в результате особенностей которого повышается вероятность превращения лица в жертву преступления, обстоятельств или несчастного случая.	(Андронникова, 2014)
рискованное, неосмотрительное, легкомысленное, провоцирующее потенциального преступника.	(Агамиров, 2016)
сложная система взаимодействия между потенциальной жертвой и окружением. Именно вследствие такого взаимодействия человек при определенных условиях и становится жертвой.	(Лефтеров, 2019)

Анализируя содержание таблицы 7, следует отметить, что виктимное поведение трактуется авторами и как отклонение от норм безопасного поведения (Андронникова, 2005), и как рискованное и провоцирующее (Агамиров, 2016), и как вызывающее, патологическое (Долговых, 2009) и др.

Таким образом, изучив труды зарубежных и отечественных ученых и анализируя виктимность, виктимное поведение как центральные, системообразующие понятия современной виктимологии, следует отметить, что существуют как минимум три направления виктимологии:

- 1) криминалистическая виктимология,
- 2) социально-педагогическая виктимология
- 3) психологическая виктимология.

Трактовка системообразующих понятий разнопланова, многомодальна.

Также заметим, что в исследованиях по виктимологии не уделяется достаточного внимания проблеме виктимного поведения в Глобальной сети Интернет, либо в них характеризуются лишь отдельные подвиды интернет-преступлений, не раскрывающие подробно другие виды и все явление в целом.

## **1.2. Сущностно-содержательная характеристика понятия «виктимное поведение студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет»**

Виктимное поведение в Глобальной сети Интернет – это системное и динамичное свойство личности, проявляющееся в форме ее социального, биологического, психологического и морального деформационного отклонения, закрепленного в неосторожных, импульсивных, провоцирующих формах поведения, не соответствующего нормам безопасности и обуславливающего потенциальную или реальную предрасположенность субъекта становиться жертвой преступлений в Глобальной сети Интернет.

Виктимность в данном случае понимается как вероятность возникновения негативных последствий для здоровья и как становление виктимным объектом в результате неконструктивного и ненормированного использования Интернета, который активно заполняет информационное пространство во всех странах и является основным средством формирования информационного общества.

Согласно статистическим данным Всероссийского центра (2016 г.), число подростков и молодежи, пользующихся Интернетом каждый день,

неуклонно растет (с 2006 года этот показатель увеличился с 5% до 53%) (Методические материалы, 2013).

Несомненно, с развитием ИКТ Глобальная сеть Интернет в связи с информационной открытостью помогает молодежи удовлетворять свои потребности, а именно: получать новые знания и необходимую информацию, расширить круг общения, повысить самооценку. Отдавая должное положительным моментам информатизации, отметим отрицательные стороны этого явления. Отрицательными последствиями длительного использования информационных технологий является сужение круга интересов, уход от реальности в виртуальный мир и развитие киберзависимости.

Современный уровень компьютеризации позволяет каждому иметь доступ к сети Интернет, создать практически бесплатно свой собственный интернет-ресурс (сайт, чат, форум, блог и т.п.), даже не обладая специальными познаниями в области программирования. Таким образом, быстрое освоение и бесконтрольное использование достижений человечества в информационно-технологической сфере в преступных целях является серьезной угрозой для подрастающего поколения и государства. Все большую опасность представляют организованные в Интернете «группы смерти», которые вовлекают молодежь в опасные и рискованные «игры на выживание», «игры на вымирание». Сегодня появляются тысячи сайтов, которые призывают молодежь причинить боль себе и окружающему, рассказывают о привлекательных диетах и способах похудения. Кибер-террор (троллинг), кибермошенничество, порносайты, сайты об азартных играх со сценами насилия, незаконный сбор персональных данных и распространение их в открытом доступе, доведение до самоубийства, далеко не полный список негативных влияний, которые провоцируют молодежь на рискованное поведение. По утверждению британского психолога и нейробиолога Арика Сигмана, социальные сети в Интернете могут вредить здоровью из-за сокращающегося общения с реальными людьми. Ученый утверждает, что социальные сети негативно воздействуют на иммунную систему развивающегося организма, на гормональный баланс, работу артерий, и в особенности на процессы мышления. В долгосрочной перспективе это повышает риск появления и развития различных болезней, среди которых рак, сер-

дечно-сосудистые заболевания и слабоумие (Никогда еще не было целого поколения, выросшего перед экранами, 2017).

И.Ю. Тархановская (2005) отмечает положительные аспекты интернет-пространства, к которым относит:

- 1) выход отрицательных эмоций и удовлетворение деструктивных потребностей в виртуальной коммуникации (оскорбление других, взлом сайтов);
- 2) реализацию потребности в самореализации посредством выхода за рамки социальных норм.

Анализируя негативное интернет-влияние, С.В. Федоренко (2010, 2012) выделяет несколько видов таких отрицательных влияний:

- 1) влияние на молодежь сомнительной информации (порнографии, ужасов, коммерческой рекламы). Потребляя данную информацию, у молодого человека формируются бессистемные знания, ошибочные суждения, неадекватные модели мироощущения и модели поведения;
- 2) влияние неискреннего и фальшивого виртуального общения, которое вытесняет дружественное общение с близкими людьми. У молодого человека формируются искаженные социальные ценности и установки, обесцениваются истинные ценности, традиции и авторитеты (власти, закона, родителей);
- 3) негативное влияние сказывается на психическом здоровье молодежи, так как вызывает интернет-зависимость, разрушает социальную активность личности;
- 4) негативное влияние может вызвать увлечение виртуальным насилием, жестокими сценами из фильмов или видеоигр;
- 5) виртуальное жизненное пространство становится реальной жизнедеятельностью человека, которое влечет за собой разрушение социальных контактов.

Затрагивая аспекты виктимного поведения студентов в интернет-пространстве, необходимо рассмотреть вопросы риска, рискованного поведения и интернет-зависимости, которые были достаточно подробно рассмотрены в статье Н.Ю. Костюниной и И.Г. Корневой «Профилактика

рискованного поведения подростков Глобальной сети Интернет» (Kostyunina & Korneva, 2017).

Изучая рискованное поведение, Б.Фишхоф отмечает следующие характеристики риска, к которым относит: непосредственность эффекта, новизну, добровольность, хронически катастрофический риск, страх, превентивный контроль, масштабность, ненаблюдаемость, справедливость рисков и выгод и др. (B. Fischhof, 1978). Отметим, что данные характеристики наблюдаются и у виктимных личностей, которые зависимы от Интернета.

Поиск сильных ощущений еще одна из характеристик виктимных личностей, которая была предложена в науку М. Цукерманом (2006), который определяет поиск сильных ощущений как стремление к новому, волнующему, к достижению максимальных уровней стимуляции и возбуждения. По мнению ученого, поиск ощущений – это многоаспектная личностная особенность, детерминированная биологическими факторами и включающая такие элементы, как восприятие скуки, авантюризм, поиск нового опыта, новизны и стремление к опасностям.

Сущность риска обозначается Шварцем как «риск-новизна» - «независимость мыслей и чувств личности, открытость для нового опыта, стремление жить полной событиями жизнью» (Schwartz, 1999). Важными признаками представленного определения выступают независимость, открытость для нового опыта. Принимая во внимание, что «ценности управляют выбором или оценкой людей поведения или событий» и, учитывая психологические особенности молодежи, становится очевидной приоритетность риска рискованного («независимого») поведения.

Рискованное поведение – особый стиль поведения, который с высокой степенью вероятности может привести к потере здоровья и социального благополучия, к инфицированию, психической или физической зависимости (включая виртуальную зависимость), к насилию, суицидальному поведению.

*Рискованное поведение молодежи* – активность, направленная на экспериментирование личности со своими собственными возможностями и преобразующая их отношение к ценности жизни. Можно предположить,

что чем больше молодой человек идет на оправданный риск, тем вероятнее он может быть виктимным, в результате чего повышается вероятность превращения личности в жертву (преступления, обстоятельств или несчастного случая). Одним из наиболее ярких проявлений взрослости является стремление к рискованному поведению. Поведение молодежи может быть конструктивным и неконструктивным.

*Конструктивное рискованное поведение* – вид активности, направленный на самопознание и самосовершенствование личности молодого человека и обуславливающий осознание ими ценности жизни (экстремальные виды спорта, служба в «горячих точках», работа в МЧС).

*Неконструктивное рискованное поведение* – вид активности, направленный на разрушение объектов окружающего мира или саморазрушение личности и обуславливающий отсутствие у них осознанного отношения к ценности жизни (наркотики, алкоголь, беспорядочные половые отношения, небезопасный секс, правонарушения различного рода, интернет-зависимость и др.)

Американский ученый Кимберли Янг (2000) выделяет пять основных типов интернет-зависимости, которые представлены на рисунке 2.

Синонимом интернет-зависимости является кибераддикция.

*Кибераддикция* (синоним – компьютерная зависимость, интернет-зависимость) – это психическое расстройство, сопровождающееся проблемами со здоровьем и в коммуникативной сфере, выражающееся в непреодолимой потребности проводить время за компьютером (Бабаева, Войскунский, Смыслова, 2000).

По мнению М.И. Дрепы (Дрепа, 2009), существуют несколько видов кибераддикции:

- 1) навязчивый веб-серфинг (информационная перегрузка) – бесконечные путешествия по Всемирной паутине, поиск информации;
- 2) пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам — большие объёмы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыток знакомых и друзей в сети;
- 3) игровая зависимость — навязчивое увлечение компьютерными играми по сети;

4) навязчивая финансовая потребность — игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет-магазинах или постоянные участия в интернет-аукционах.

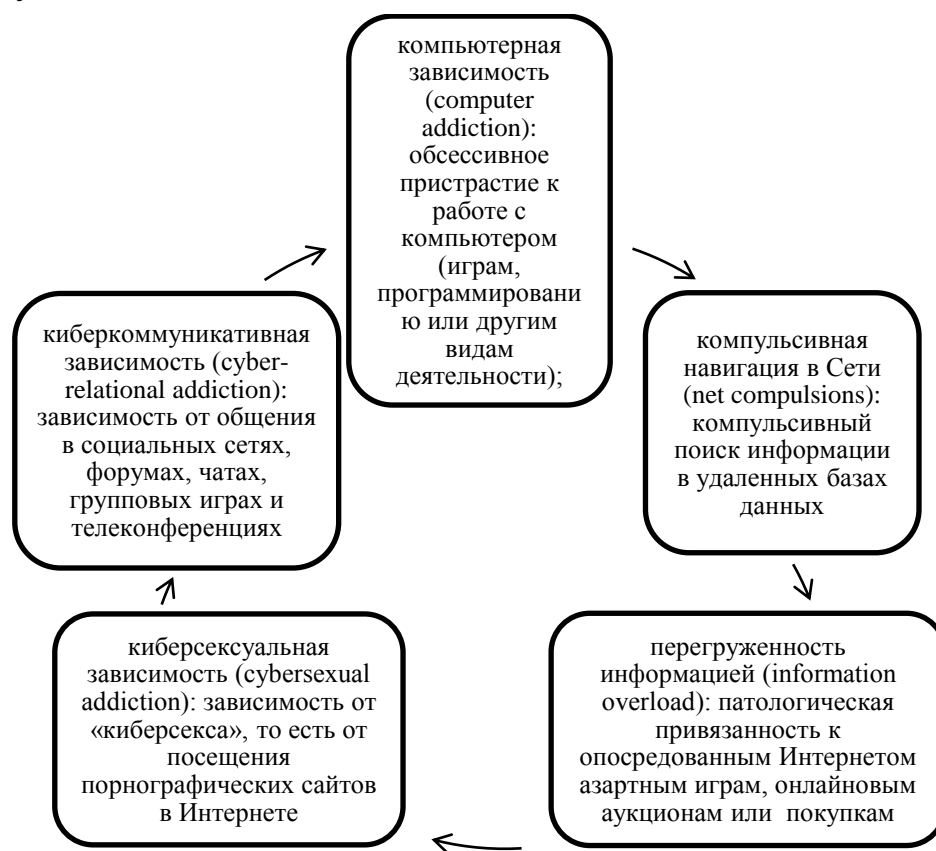


Рис 2. Основные виды интернет - зависимости (по К. Янг)

Ученый Г.П. Артюнина (Artyunina, 2011) в своих исследованиях доказала, что длительная работа за компьютером вызывает негативные психические и физические последствия, к которым она относит:

1. Нарушение дружественных связей с близкими, членами семьи, одноклассниками, учителями.
2. Нарушение познавательных интересов личности, при которых происходит снижение потребности к познанию, снижение уровня памяти, логического и критического мышления, снижение уровня гибкости в принятии решений.
3. Приобретение физиологических и психических расстройств: снижение зрения, переутомление глаз, головные боли, поражение нервных стволов рук, расстройство сна, расстройство пищевого поведения, соматиче-



ские заболевания. Симптомы переутомления организма и как следствие патологии в психическом плане: разреженность и неуправляемость, психомоторное возбуждение, чувство пустоты, тревожность, а также в физическом: болезни опорно-двигательного аппарата, нарушения нервной системы, сердечно-сосудистые заболевания в разы превышают болезни умеренных пользователей как исследователей интересует проблема неконструктивного рискованного (киберкоммуникативная зависимость) поведения подростков и молодежи. Именно они, в силу излишней доверчивости, неосмотрительности, повышенной вспыльчивости, раздражительности и склонности к авантюрам, несдержанным и рискованным поступкам, становятся *виктимными личностями* (жертвами негативного влияния Интернета).

Н.Ю.Костюнина, А.Р. Дроздикова-Зарипова, Н.Н. Калацкая (2015) считают, что именно *виктимное* поведение молодого человека может быть неосмотрительным, *рискованным*, легкомысленным, порой провокационным, следовательно, опасным для себя самого и окружающих, что увеличивает возможность посягательств на собственную жизнь и собственное благополучие, а также на благополучие других людей.

Необходимо рассмотреть *риски киберсоциализации*, которые мы можем разделить на две большие группы: психологические и социальные риски. Нельзя не согласиться с учеными П.В. Дик (2008), Буровой-Лоскутовой В.А. (2000), Семеновым Н. (2011) и др., которые к психологической группе рисков относят: информационные перегрузки и психоэмоциональное напряжение, нарушение уровня самосознания, угрозы манипулятивного характера. Так, при «киберсеансе» подросток свое внимание фиксирует на экране монитора, поэтому данный момент есть наиболее благоприятный для суггестии и манипуляций его сознанием. Безмерное проведение времени в сети Интернет может привести к социальному аутизму, у молодежи может появиться иллюзия постоянной включенности во взаимодействие, отсутствия психологических барьеров при виртуальном общении. В науке выделяют ряд специфических особенностей виртуального общения: анонимность; своеобразное протекание межличностного восприятия; добровольность и желательность контактов; затруднен-

ность эмоционального компонента; стремление к нетипичному, ненормативному рискованному поведению. Из-за полной свободы студенты чаще всего проявляют нетипичное для них в реальном мире поведение. Очень часто это поведение является рискованным, виктимным и ненормативным.

К социальным рискам виртуальной социализации мы относим: нарушение основных функций социализации. К основным функциям относят обеспечение преемственности в развитии, трансмиссии культуры из поколения в поколение, возникновение агрессивного поведения и вовлечение в различные криминальные группы или экстремистские движения и др. Отметим, что каждый из выше перечисленных рисков, может привести к деструктивным формам социальной активности. Причем, девиантное поведение, вызванное именно из-за негативных факторов киберсоциализации, может проявляться как в реальном мире, так и в виртуальном.

Davis (2011) обосновал когнитивно-поведенческую специфику патологического использования интернет-сети, а именно специфическое патологическое использование Интернета (*specific pathological Internet use*), генерализованное патологическое использование интернета (*pathological Internet use*). Под специфически патологическим использованием автор подразумевает активизацию зависимости от сервисов интернета: гемблинг, порнографические сайты. Генерализованное патологическое использование Интернета подразумевает неспециализированное, многоцелевое избыточное пользование Интернета, вплоть до «проведения времени в режиме онлайн без четкой цели»: чаты, социальные сети, веб-форумы.

Таким образом, виктимное поведение в сети интернет-отклонение от норм безопасного поведения в интернет-сети, реализующееся в совокупности социальных, психических и моральных проявлений личности студента. В качестве рабочего мы предлагаем следующее определение. *Виктимное поведение в Интернет* – есть отклонение от норм безопасного поведения, обусловленное характерологическими особенностями студенческой молодежи (рискованностью, импульсивностью, неосторожностью и др.) и деформацией ценностно-мотивационной составляющей личности (прежде всего, депривацией потребности в безопасности), в результате которых

личность обретает высокую предрасположенность становиться аддиктом и жертвой преступлений в Глобальной сети Интернет.

### **1.3. Факторы, причины и механизмы проявления виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет**

Студенческая молодежь – поколение между детьми и подростками, с одной стороны, и взрослыми, с другой. Уже состоялось профессиональное самоопределение, студент определился с выбором ВУЗа, направления, по которому он учится; произошла «оторванность» от семьи, которую многие так долго ждут. Кроме того, это возраст, когда проявляется социальная активность, интенсивное личностное и интеллектуальное развитие. Студенчество – наиболее динамичное и деятельностное поколение общества.

В то же время, исследователи отмечают, что одной из характеристик именно студенческой молодежи является их транзитивность, выраженная в «промежуточном положении между пассивным объектом заботы государства и активным участником социального действия» (Классен, Шипунова, 2013).

Кроме того, не до конца сформированы представления о будущем, остается неопределенность: необходимо найти работу по специальности после окончания, создать семью и сделать карьеру. Кроме того, согласно исследованиям Л.С. Стуколовой и Н.С. Волковой, у студентов-юношей «неадекватная самооценка, высокий уровень тревожности и агрессивности, эмоционально-волевая неустойчивость, он «готов» стать жертвой насилия», а студентки более «сексуально виктимизированы» в силу неопытности общения с другим полом (Стуколова, Волкова, 2016, с. 215). Кроме того, юношеская (мужская) сексуальная виктимизация также присутствует в студенческом возрасте, но менее заметна (Шипунова, 2011). При этом авторы отмечают разные факторы виктимизации.

Анализ социальной и психологической литературы показал, что в юношеском возрасте личности присущи социально-психологические особенности, детерминирующие склонность к виктимному поведению. Юношество - переходный период, когда происходит «постепенное взросление»:

студенческая молодежь становится полноценным членом общества, когда не только формируется осознание себя, формирование своей точки зрения на жизнь и себя, т.е. происходит «мировоззренческий поиск» и окончательное профессиональное самоопределение. «Юношеское «Я» еще обладает в некоторой степени диффузностью, что может переживаться как смутное беспокойство или ощущение внутренней пустоты, которую чем-то необходимо заполнить» (Стуколова, 2016, с.125). Молодежь заинтересована, с одной стороны, в увеличении общения, при этом разнообразного общения, с другой – это общение избирательно. В то же время нередко проявляет чувство тревоги, одиночества в результате самопознания, самооценки и рефлексии, и в то же время оно уже более осознанное, чем в подростковом возрасте. Исследования психологов подтверждают, что саморефлексия в этом возрасте также разнообразна под влиянием многих факторов, как психологических, так и социальных, и по-разному проявляется у девушек и юношей. Это возраст становления, неопределенности поиска. Следовательно, данная социальная группа вполне может стать жертвой.

Таким образом, студенческая молодежь – одна из возрастных категорий виктимности. Что же является факторами проявления виктимного поведения студентов? Вначале определим понятие факторы виктимности и факторы на общественном, государственном уровне.

К.В. Вишневецкий определяет факторы как «совокупность обстоятельств в жизни людей и общества, которые детерминируют процесс превращения данной личности в жертву преступления либо тем или иным образом способствуют содействию реализации этого процесса» (Вишневецкий, 2014, с.416).

Чаще всего на общественном уровне, наряду с другими факторами, называют социальные факторы виктимизации, к которым относят:

- расслоение общества,
- безработицу среди населения,
- бездомность детей и подростков,
- непродуктивность социальной политики государства в области образования, здравоохранения, культуры и др. социальных областей.

Эти факторы называют на общественном уровне, наряду с экономическими организационно-управленческими, правовыми, психологическими и культурно-нравственными факторами.

К экономическим факторам относят:

- экономические кризисы;
- устаревшие производственные мощности;
- низкие заработные платы;
- наличие монополий;
- высокий уровень инфляции и т.д.

К культурно-нравственным факторам относят:

- падение нравов;
- идеалы криминальной субкультуры;
- поддержку культа силы;
- изменения в приоритетах в направлении потребительского, корыстного характера;
- безразличное отношение к преступности и т.д.

Правовыми факторами называют:

- мягкие законы,
- пробелы в законодательстве,
- недейственность норм права и др.

Организационно-управленческие факторы виктимизации представлены:

- слабым контролем за деятельностью органов исполнительной власти и финансов,
- неэффективной кадровой политикой;
- бюрократизацией;
- низкой исполнительной дисциплиной;
- низким уровнем раскрываемости преступлений.

Все они ведут к увеличению риска стать жертвой преступлений, коррупции и т.д.

Психологические факторы на общественном уровне проявляются в:

- повышении агрессивности населения;
- страхе, неуверенности в завтрашнем дне и т.д.

Данные факторы чаще относят к объективным факторам виктимизации. Исследователи выделяют, что на виктимное поведение оказывает влияние совокупность объективных (внешних) и субъективных (внутренних) факторов виктимизации (Мудрик, 2010; Одинцова, 2012; Худик, Шигапов, 2013), а также ситуативные факторы (Матанцева, 2016).

Некоторые исследователи к объективным факторам чаще всего относят: этнокультурные, социальные, политические, экономические особенности; выделяют макро-, мезо-, микро-факторы виктимизации.

С точки зрения социально-педагогической виктимологии, предложенной А.В. Мудриком (2007), к объективным факторам виктимизации относят:

- неблагоприятные климатические условия;
- общество и государство, в котором живет человек;
- различного рода катастрофы (политические (войны, депортации), экологические, стихийные бедствия),
- специфические условия конкретных микросоциумов и поселений;
- неблагоприятные условия жизни в асоциальных семьях;
- группы сверстников асоциального, антисоциального характера.

Выделяют большое количество субъективных факторов, разделяя и не разделяя их на индивидуальные и на личностные:

- осознание себя жертвой социализации,
- субъективное восприятие себя,
- активность в неблагоприятной среде,
- конфликтность, тревожность,
- темперамент,
- особенности характера и др.

Так, согласно исследованиям, «существует связь между виктимным поведением и тремя главными факторами высшего порядка – внутренними предпосылками, то есть экстраверсией, нейротизмом и психотизмом» (Ривман, 2002, с.94), т.е. являются личностными свойствами темперамента. Ситуативные факторы усиливают возникновение виктимных ситуаций и их дальнейшее развитие.

Ученые также выделяют:

- индивидуально-психологические факторы (особенности эмоциональной сферы, темперамента, способностей и др., которые затрудняют адаптацию к социуму);
- психолого-педагогические факторы (неблагоприятная межличностная ситуация развития);
- социально-психологические факторы (неблагоприятные особенности взаимодействия с ближайшим окружением);
- личностный фактор (отношение субъекта к нормам, ценностям, правилам социального окружения) (Ившин, Идрисова, Татьяна, 2011).

Среди факторов виктимизации В.И. Загвязинский выделяет постоянные-непостоянные и устранимые-неустранимые (Загвязинский, 2012). Примером постоянного неустранимого фактора виктимизации могут служить психические заболевания, не поддающиеся кардинальным изменениям в течение жизни. Примером непостоянного устранимого фактора называется задержка психического развития ребенка, которая может успешно в коррекционных образовательных организациях.

Некоторые исследователи (А.Е. Быстров, Ю.Б. Михайлюк, С.А. Фалкина и др.) заостряют внимание на социальных и психологических факторах виктимизации.

Психологи, психотерапевты и медики (К.Н. Аракелян, Л.С. Стуколова Н.С. Волкова и др.) выделяют разнообразные психологические факторы. К факторам, влияющим на психологическое состояние жертвы, относятся:

- особенности возраста и пола;
- стресс, депрессивное состояние;
- общее состояние здоровья, прежде всего психологического (психологическая уязвимость, психологические травмы и т.д.);
- неблагоприятная Я-концепция.

При этом указываются и социальные факторы:

- социальное положение и взаимоотношение с людьми;
- характер работы и финансовое состояние (Титова, 2016).

Исследования психолога Р.А. Субботиной подтверждают наличие следующих факторов у виктимной молодежи: «смыслоразнонаправленности ориентаций; жизнестойкости в конфликтном соотношении с социальной ролью

жертвы; конфликтного состояния виктимных характеристик психологического благополучия и позитивного отношения к миру (виктимность); конфликтного соотношения самопринятия, позитивности, активности и социальной роли жертвы, эмоциональной оценки себя и своей жизни, эмоционально относительно конструктивных копингов (психологическое благополучие); автономии и оптимизма; конфликтного соотношения когнитивных конструктивных, неконструктивных, эмоционально конструктивных копингов (когнитивное совладание); конфликтного соотношения эмоционально конструктивных и неконструктивных копингов (эмоциональное совладание)» (Субботина, 2016, с.52.).

Авторы отмечают, что фактором становится принадлежность не только к определенному полу и возрасту, но и к определенной социальной и профессиональной группе. Отмечается, что женщины более виктимны, т.к. «являются объектом воздействия как минимум двух систем социального неравенства – гендерного и неравенства социальных слоев общества» (Башанаева, Субботина, 2016, с.18).

В эмпирическом исследовании П.Н. Кемяшовой и А.Г. Фаустовой отмечается, что помимо семейного фактора, «на развитие виктимного поведения молодого человека, в частности студента, накладывает отпечаток его актуальная деятельность, а именно процесс профессионального становления» (Кемяшова, Фаустова, 2017, с.748). Особенно отмечается взаимосвязь виктимного поведения, как с низкой, так и с высокой осмысленностью жизни.

Эмпирические исследования также подтверждают наличие взаимосвязи с так называемыми внутренними предпосылками, свойствами личности – экстраверсией, нейротизмом и психотипом (Ривман, 2002; Калашникова, 2018 и др.).

К социальным факторам, например, Е. В. Руденский относит:

- снижение адаптации людей в изменяющемся мире;
- влияние особенностей социального контроля со стороны государства;
- напряжение, перегрузки, сложности социальной обстановки, и как следствие, психологические стрессы (Руденский, 2013).



Исследователи К.И. Юрова и И.А. Юров отмечают, что при формировании виктимного поведения большое значение придается «факторам семейного и школьного воспитания, таким как:

- 1) высокий уровень требований и ожиданий семьи и школы к ребенку;
- 2) перенапряжение ребенка (многофункциональная нагрузка (школа, музыка, спорт, студии, языки);
- 3) воспитание ребенка как «сверхценность» (ты должен достичь того, чего достигли или хотели достичь мы)»;
- 4) воспитание по типу гиперсоциализации («ребенок сам по себе – полная свобода» или гипосоциализации (оградить ребенка от реалий современной жизни или по принципу «Делай как я»))» (Юрова и Юров, 2017, с. 23).

Виктимологом О.О. Андронниковой наиболее полно представлен комплекс следующих факторов проявления виктимного поведения: факторы психофизиологического характера, социально-психологического воздействия, семейный фактор и социально-педагогический фактор. Более подробно данные факторы были представлены выше (в таблице 5, параграф 1.1.), поэтому мы не будем здесь на них останавливаться. Таким образом, в российских исследованиях сегодня наблюдается стабильная тенденция изучения разнообразных факторов виктимизации и виктимного поведения детей и подростков, как отдельных личностей, так и целых социальных групп.

Выявление факторов можно было бы продолжать, но они напрямую связаны с причинами виктимного поведения студенчества. Исследователь Е.В. Руденский выделяет следующие причины, приводящие к виктимному поведению: наличие низкой самооценки и неуверенности к себе; внушаемость, инфантилизм, зависимость от мнения окружающих; «боязнь выделиться». При этом отмечает, что «деривационный виктимизм» (Е.В. Руденский), вероятнее всего, связан с проблемами из детства: с нехваткой родительского тепла в детстве, проблемами во взаимоотношениях со сверстниками, а иногда и с издевательствами с их стороны. Проблемы возможны также из-за «школьного рефлекса», когда ребенок приучается к «нормированному строгому учебному процессу», а отклонения от норм не приветствуются. Во взрослой жизни он сталкивается с различными проблемами,

«ненормированными» и нестандартными, а как из них выходить, такой «бывший» ребенок–взрослый не знает и не умеет, он становится уязвимым, одиноким и незащищенным.

Ученые также отмечают, что причины виктимного поведения молодежи могут быть различным в силу случайности или злонамеренности. В случае, когда это становится случайностью, данное поведение называют неосторожностью, доверчивостью, неопытностью в поведении и взаимоотношениях, при злом (осознанном) виктимном поведении данное проявление связывают с активной, настойчивой, требовательной манерой решения проблем (Юрова, 2017). Поэтому очень важно определить тип и механизмы виктимного поведения. Раскроем далее механизмы виктимного поведения.

По мнению А.А. Волгушевой, механизмы социального поведения определяются как социально-психологические регуляторы поведения. Они связывают личность и социальную среду (социальные установки, ценностная ориентация, роли) (Волгушева, 2018).

Как отмечал В.Г. Агеев, говоря о сущности понятия «психологический механизм»: «Идея механизма, то есть некоторого более элементарного уровня анализа, к которому не сводима специфика более высокого уровня, но который способен выполнить здесь функцию средства, всегда была заманчива для психологического исследования» (Цит. по Коверзневой, 2010, с.7).

Исследователи виктимного поведения (А.В. Мудрик, 2007, 2015, 2016; Т. В. Варчук, К. В. Вишневецкий, 2009) чаще всего отмечают социально-психологические механизмы, которые влияют под воздействием как внешних, так и внутренних факторов.

Виктимолог Е.С. Фоминых обращает внимание на психологические механизмы виктимности как «совокупности внутренних детерминант, обуславливающих дисбаланс между негативными внешними воздействиями и способностью преодолевать различные риски, угрозы, опасности» (Фоминых, 2014, с.2).

Ученые О.О. Андронникова (2005), О.А. Клачкова (2008), М.А. Одинцова (2012) к внутренним детерминантам относят:

- психодинамические базисные свойства личности, отражающие индивидуальный уровень функционирования личности;

- программирующие свойства личности, которые отражаются в их поведении (моральные свойства, установки, мотивы по отношению к себе, окружающим, работе и т.д.; индивидуально приобретенный опыт; взаимодействие человека по своему жизненному сценарию).

Можно было бы продолжать данные исследования факторов, причин и механизмов виктимности и виктимного поведения, но необходимо конкретнее определить именно факторы проявления виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет.

Сегодня мало работ, которые комплексно бы рассматривали данную проблему. В основном, рассматривают причины и факторы социализации в сети (киберсоциализации), интернет-зависимости. Тем не менее, их понимание позволяет определить и факторы виктимизации в Глобальной сети Интернет.

Современный мир изменяется, причем в геометрической прогрессии. С ним могут меняться факторы, причины и механизмы проявления виктимного поведения. Меняются поколения. С появлением и развитием компьютерных технологий, с приходом глобальной сети Интернет современное человечество, и, прежде всего молодое поколение, стало превращаться в новый тип современного человека - «Номо Cyberus» (по определению В.А. Плешакова, 2011). Параллельно социологом М.А. Даниловой вводится понятие Номо virtualis, которое особенно присуще студенческой молодежи (Данилова, 2009). Молодое поколение больше стало проявлять себя в сети, и не только проявлять, но и развиваться, социализироваться, киберсоциализироваться и, к сожалению, виктимизироваться (Андронникова, 2015).

Поэтому необходимо разобраться, что происходит с личностью в результате взаимодействия с киберпространством. Рассмотрим вначале понятие «киберсоциализация», предложенное в 2005 г. В.А. Плешаковым, как «локальный процесс качественных изменений структуры личности, происходящий в результате социализации человека в киберпространстве виртуальной интернет-среды...» (Плешаков, 2009, с.34).

Педагог соотносит группы факторов киберсоциализации с факторами социализации, предложенными его учителем А.В. Мудриком – мегафакторы, макрофакторы, мезофакторами и микрофакторами. Но сами факторы отличаются (Таблица 8.):

Таблица 8.

### Факторы киберсоциализации человека

Группа факторов киберсоциализации	Факторы киберсоциализации по В.А. Плешакову
Мегафакторы	Киберпространство Интернет WWW Сотовая (мобильная) связь
Макрофакторы	Национальная доменная зона Почтовые сервисы интернет-среды Интернетпорталы и сайты Поисковые системы интернет среды Файлообменные сети Интернет-реклама Блогосфера Массовые многопользовательские онлайн-игры
Мезофакторы	Вики-проекты и интернет-словари Интернет-телевидение и интернет-радио IP-телефония и видеозвонки... Форумы интернет-среды Средства мгновенного обмена сообщениями и чаты Интернет-магазины, интернет-аукционы, электронные пла-

	тежные системы Компьютерные и (или) консольные игры
Микрофакторы	Программное обеспечение персональной компьютерной техники и сотовых телефонов Персональная зона киберпространства Игровой персонаж в компьютерной игре

Отметим, что данные факторы отличаются и от факторов виктимизации, описанных ранее.

Факторы киберсоциализации могут оказывать как положительное, так и негативное влияние. Но отрицать их влияние сегодня мы не можем, так как и киберпространство (как мегафактор), так и персональная зона киберпространства или игровой персонаж в компьютерной игре (как микрофактор) таят в себе опасности и могут привести к виктимному поведению. При этом можно рассмотреть каждый из факторов киберсоциализации, и какие опасности он влечет. Глобальная сеть Интернет является лишь одним из факторов киберпространства. К тому же перед нами стоит другая задача, поэтому рассмотрим общие опасности.

Среди этих опасностей авторы называют:

- доверие интернет-пространству и, как следствие, эксплуатация данного доверия мошенниками, в результате чего человек становится жертвой;
- доступность вредоносных сайтов с деструктивным характером, вовлекающих детей и молодежь в организации контркультурного характера (сайты порнографические, неонацистские и т.д.);
- увлеченность компьютерными играми с агрессивным, жестоким, насильственным содержанием;
- троллинг, киберхарассмент, кибербуллинг как феномены интернет-среды.

Следовательно, процесс виктимизации и виктимного поведения имеет многофакторный характер. Данный многофакторный подход должен учитывать все их многообразие. Если в криминологии факторы, причины виктимизации рассматриваются в зависимости между самой личностью, ее со-

стоянием и поведением жертвы (Федоренко, 2012), то факторы виктимности в Интернете не менее значимы, но менее изучены и носят фрагментарный характер. С точки зрения психологических и социальных аспектов также больше изучены вопросы интернет-аддикций.

Поэтому помимо факторов виктимного поведения, рассмотренных в начале параграфа, необходимо учитывать факторы киберпространства, а также и то, каким образом человек становится жертвой: осознанно или неосознанно, объективно или субъективно. Среди причин виктимизации в Интернете исследователи (Каткова, Чолак, 2016) особенно отмечают следующие психологические качества, которые, прежде всего, проявляются именно в Глобальной сети:

- доверчивость, наивность пользователей, которые попадают под влияние и становятся либо сами жертвами киберпреступлений, или совершают их в Сети;
- низкий уровень осведомленности о самих преступлениях, совершенных в Интернете, а также о том, как защититься от таких атак.

Отмечаются также повышенная тревожность, меньшая терпимость по отношению к другим, непризнаваемость другими, конформизм, высокая нормированность в поведении и высокая чувствительность. Большинство этих психологических свойств проявляется у молодежи экстернального типа. Кроме этого, исследователи обращают внимание, что виктимизация в процессе игровой деятельности в юношеском возрасте, уход в виртуальный игровой мир свойственен определенным типам молодых людей, тем, кому свойственны «депрессивные отклонения в сфере эмоциональных психических состояний» (Медведева, 2018).

Зарубежные исследователи тоже отмечают психологические угрозы Интернета. Так, Палфрей Д. Г. (Palfrey J. G, 2012), выделяет:

- кибербуллинг: оскорбления, агрессивность и др.;
- нежелательные контакты в сети,
- опасные тексты с призывами негативного характера (экстремистского, сексуального) и т.д.

Известна и подробно описаны российскими и украинскими учеными А.Е. Войскунским (2015), М.А. Даниловой (2009), С.А. Фалкиной (2014),

С.В. Федоренко (2012) риски со стороны внешних и внутренних источников. М.А. Данилова (2009) выделяет «основные мотивы сетевого поведения студенческой молодежи»:

- «информационный мотив, связанный с представлением об Интернете как о «фабрике информации», нередко без критической рефлексии содержания информации;
- достижительный мотив, связанный с инструментальным подходом к Интернету как к способу заработка;
- коммуникативный мотив, базирующийся на представлении об Интернете как способе общения;
- мотив потребления разного вида услуг;
- мотив самореализации, проявляющийся в контексте попыток использования интернет-пространства для публичного обсуждения собственных достижений, результатов своего творчества, позиций» (Данилова, 2009, с.17).

Из этих мотивов можно определить и «внутресетевые» причины, которые приводят к виктимности в Сети:

- отсутствие критической рефлексии приводят к использованию непроверенной информации;
- «желание заработать» - возможность «попасть на удочку мошенников»;
- общение с малознакомыми людьми;
- желание «показать себя» - возможность использования личной информации в корыстных, преступных и др. целях.

Чаще всего ученые называют основным механизмом виктимизации в Глобальной сети Интернет отсутствие рефлексии, определяющий баланс между своим Я и общим пониманием, социальным и индивидуальным, между опасным и возможным. Также очень важным является определение типа, связанного с особенностями психики человека. Они не только по-разному реагируют на себя, на других, на реальность вокруг себя в жизни, но и по-другому ведут себя в Сети, иначе воспринимают информацию в виртуальном пространстве, отличаются и сами источники восприятия.

Сама Глобальная сеть Интернет является сегодня источником формирования кибераддикции при неучете описанных ранее факторов и меха-

низмов. При этом очень важно обращать внимание на то, что те, кто «ищет жертву в Сети» довольно быстро перестраивается и находит новые способы виктимизации особенно подрастающего поколения. Поэтому грамотное использование Сети, умение использовать безопасные средства присутствия в глобальной сети – важная составляющая для социализации, развития, коммуникаций в Интернете. Следовательно, наиболее важными составляющими виктимизации студенческой молодежи являются:

- индивидуально-личностные (психологические) составляющие, присущие студенческой молодежи (темперамент, психологический тип человека, особенности эмоционально-волевой сферы, недостаточная рефлексия, состояние, в котором он находится в Сети, восприятия себя, и т.д.);

- государственно-общественные составляющие (состояние общества и его отношение к виктимности, отсутствие или недостаточный социальный контроль государства, экономические отношения и т.д.);

- социально-психологические составляющие (осознанность или неосознанность виктимизации, способности, приводящие к виктимизации, нормы и ценности, правила, сформированные к данному возрасту и отношение к ним и т.д.)

- психолого-педагогические факторы (неблагоприятные особенности взаимодействия с ближайшим окружением, семейный фактор, образованность в киберпространстве, межличностная составляющая самой возрастной категории, умение выстраивать коммуникации в Глобальной сети, актуальная деятельность и связанные с ней время и необходимость виртуального общения и т.д.);

- изменения и развитие самой Глобальной сети Интернет (развитие киберпространства; аддиктивный потенциал сети Интернет, этика поведения в Сети, недостаточное наличие программного обеспечения защиты от опасностей, доступность к сайтам деструктивного характера, необеспеченность защиты информации и т.д.)

Таким образом, большинство исследователей виктимизации в Глобальной сети Интернет рассматривают данную проблематику через социализацию и киберсоциализацию молодежи, интернет-аддикцию и включенность в виртуальное пространство, особенности поведения в Интернете



различного типа молодежи. Ученые, изучающие различные аспекты виктимизации, приходят к выводу, что Глобальная сеть Интернет со своими продуктами сама является «условием, в которых происходят те или иные действия человека» (Слюсарев, Хусяинов, 2019).

Поэтому, необходимо обращать внимание на все факторы, предпосылки, причины, опасности и механизмы виктимизации, которые влияют на студенческую молодежь. Принимая их во внимание, необходимо так выстраивать воспитательное пространство ВУЗа, чтобы одной из основных задач высших учебных заведений сегодня являлось создание безопасного поведения в Сети и проведение виктимологической профилактики среди студенческой молодежи.

#### **1.4. Профилактика виктимного поведения и девиктимизация**

Международные специалисты США, Европы, России пришли к выводу о недостаточных превентивных мерах, которые направлены на предотвращение технологических угроз и рисков, оказывающих негативное влияние на личность, тем самым превращая ее в виктимную. Остановимся на важных понятиях: виктимологическая профилактика и профилактика виктимного поведения в сети Интернет:

*Социально-педагогическая профилактика* – это научные, своевременные, эффективные действия, которые направлены на:

- 1) предотвращение воздействий негативных физических, психологических или социокультурных факторов, направленных на отдельного ребенка или группы несовершеннолетних и молодежи;
- 2) сохранение, поддержание и защиту нормальной жизнедеятельности и здоровья ребенка;
- 3) содействие ребенку в достижении социально значимых целей и раскрытие его внутреннего потенциала

*Виктимологическая профилактика* – это система взаимосвязанных, организационно обеспеченных государственных, общественных и индивидуальных мероприятий, направленных на выявление и устранение или

нейтрализацию факторов, которые формируют возможность стать жертвой преступления.

*Виктимологическая профилактика* на социально-педагогическом уровне, как отмечает И.С. Бубнова (Бубнова, 2014), – это организованная целенаправленная деятельность психологов, социальных педагогов, педагогов, виктимологов, которая направлена на выявление, снижение различных виктимологических явлений и девиктимизацию личности.

Представляем контент-анализ понятия «виктимологическая профилактика» в таблице 9.

Таблица 9.

**Контент – анализ понятия «виктимологическая профилактика»**

<b>Виктимологическая профилактика – это...</b>	<b>Источник</b>
...направленное влияние специалистов на людей с преступным или безнравственным поведением, а также на причины, которые могут обуславливать виктимность, относящуюся к такому поведению.	(Ривман, 2002)
...система целенаправленных специализированных воздействий на лиц с аморальным или неправомерным поведением для выявления, нейтрализации и устранения его факторов виктимности и виктимного поведения.	(Рябкова, 2019)
<p>...деятельность субъектов по предупреждению преступлений в сфере реализации общих и индивидуальных мер, направленных на снижение у молодых людей риска стать жертвой преступных посягательств,</p> <p>Профилактические действия, направленные на:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предотвращение возможных негативных физических, психологических или социокультурных обстоятельств у молодых людей;</li> <li>– сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья;</li> <li>– помощь и поддержку молодых людей в раскрытии их внутреннего потенциала и достижении социально значимых перспективных целей развития;</li> </ul>	(Чурляева, 2009)

– проведение профилактических бесед с молодыми людьми, характеризующимися повышенным уровнем виктимности.	
...деятельность субъектов предупреждения преступлений.	(Филиппова, Туленков, 2018)
...процесс предупреждения негативных тенденций социального развития в нестабильных условиях микросреды.	(Мудрик, 2006)
...обоснованные и своевременно предпринимаемые действия, направленные на предотвращение возможных физических или социокультурных коллизий у отдельных индивидов групп риска, сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья людей.	(Педагогический словарь, 2008)
...система взаимосвязанных, организационно обеспеченных государственных, общественных и индивидуальных мер, которые направлены на выявление и исключение или ослабление факторов, которые формируют возможность стать жертвой преступления.	(Голобородько, Кондрашова, Хахина)
...направленное влияние специалистов на людей с преступным или безнравственным поведением, а также на причины, которые могут обуславливать виктимность, относящуюся к такому поведению.	(Ривман, 2002)
...система целенаправленных специализированных воздействий на лиц с аморальным или неправомерным поведением для выявления, нейтрализации и устранения его факторов виктимности и виктимного поведения.	(Макаров, Бобченко, 2018)
...специфическая деятельность социальных институтов, направленная на выявление, устранение или нейтрализацию факторов, обстоятельств, ситуаций, формирующих виктимное поведение и обуславливающих совершение преступлений; выявление групп риска и конкретных лиц с повышенной степенью виктимности с целью восстановления или активизации их защитных свойств; а также разработка либо совершенствование уже имеющихся специальных средств защиты граждан и конкретных лиц от преступлений.	(Конончук, 2018)
...научно обоснованные и своевременно предпринятые действия, направленные на:	(Статмен, 2004)

<p>1) предотвращение возможных негативных физических, психологических или социокультурных обстоятельств у отдельного ребенка или группы несовершеннолетних;</p> <p>2) сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья ребенка;</p> <p>3) содействие ребенку в достижении социально значимых целей и раскрытие его внутреннего потенциала.</p> <p>Эффективность профилактических мероприятий может быть обеспечена только при условии обязательного включения следующих составляющих:</p> <p>1) направленности на искоренение источников дискомфорта как в самом ребенке, так и в социальной и природной среде и одновременно на создание условий для приобретения несовершеннолетним необходимого опыта для решения возникающих перед ним проблем;</p> <p>2) обучение ребенка новым навыкам, которые помогают достичь поставленных целей или сохранить здоровье;</p> <p>3) решение еще не возникших проблем, предупреждение их возникновения</p>	
<p>...комплексное воздействие на все факторы виктимности и виктимного поведения потерпевших, то есть широкий спектр мероприятий в различных аспектах жизнедеятельности подростка: сопровождение деструктивных семей, ранняя профилактика психических заболеваний, алкоголизма и наркоманий у лиц из ближайшего окружения несовершеннолетних для исключения возможности совершения ими противоправных действий в отношении детей и подростков, жестокого обращения с ними, своевременное адекватное психологическое воспитание детей, формирование у них общественно приемлемых форм и безопасных стереотипов поведения в кризисных ситуациях.</p>	<p>(Малкина-Пых, 2006)</p>
<p>...психологическая профилактика должна включать следующие аспекты:</p>	<p>(Левина, Фатейчева, 2012)</p>

<p>1) раннюю психологическую диагностику виктимогенных качеств и свойств личности, а также раннее выявление устойчивых психоэмоциональных состояний подростков, провоцирующих их виктимное поведение;</p> <p>2) раннее выявление видов подростковой виктимности;</p> <p>3) индивидуальную и групповую психологическую коррекцию виктимогенных особенностей личности и устойчивых психоэмоциональных состояний подростков;</p> <p>4) психологическую коррекцию стереотипов самовосприятия, стабилизацию самооценки, шаблонов жертвенного поведения подростков и обучение навыкам безопасного поведения;</p> <p>5) формирование и закрепление у подростков конструктивных коммуникативных навыков, приемов эффективного взаимодействия с потенциальными «обидчиками», навыков адекватной оценки и прогнозирования виктимогенных ситуаций через включение их в социальнопсихологические тренинги;</p> <p>6) просветительскую работу с родителями и подростками о сущности виктимного поведения, причинах возникновения, признаках и путях из адекватного безопасного разрешения посредством различных организационных форм;</p> <p>7) реализацию систематической работы со взрослыми по снижению уровня детской виктимизации, снижению частотности возникновения виктимогенных ситуаций, инициируемых взрослыми.</p>	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

И.С. Бубнова (2014) предлагает следующие направления виктимологической профилактики:

1. Продуманное планирование архитектурных зданий и сооружений в области социальной инфраструктуры микрорайона или города, минимизация тупиковых и темных улиц может предотвратить криминальную виктимность.
2. Проведение психологических тренингов (индивидуальных занятий) по обучению управления конфликтами, приобретению навыков психологиче-

ской саморегуляции. Данный опыт позволит личности эффективно взаимодействовать с окружающими.

3. Консультирование родителей по вопросам виктимности позволит снизить риски эмоционального дискомфорта в семьях, налаживанию благоприятного психологического климата и соблюдению норм правовой безопасности.

4. Оказание в кризисных Центрах своевременной помощи лицам, ставшим жертвами неблагоприятных условий социализации: жертвам насилия, беженцам, жертвам катастроф и др.

Виды виктимного поведения представлены в таблице 10.

Таблица 10.

### **Виды виктимологической профилактики**

<b>Основания классификации</b>	<b>Виды</b>
По кругу лиц	Общая
	Индивидуальная
По времени	Ранняя
	Ситуативная
	Поствиктимная

*Профилактика виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет* – это система взаимосвязанных, эффективных, своевременных государственных, общественных и индивидуальных действий и мероприятий, направленных на выявление, устранение или нейтрализацию негативных влияний интернет-пространства и действий преступников, а также обучение граждан правилам правовой и психологической безопасности в Сети для сохранения, поддержки и защиты нормальной жизнедеятельности личности.

*Задачи виктимологической профилактики*

- 1) повысить осведомленность молодежи об опасностях и негативном влиянии Интернет;
- 2) обучить молодежь безопасным моделям поведения в Глобальной сети Интернет;
- 3) привить студенческой молодежи навыки, позволяющие избегать попадания под влияние сомнительных сообществ Сети;
- 4) помочь в выработке ответственного стиля поведения, что предполагает разъяснение того, что человек несет ответственность, как за свои действия, так и за свою безопасность.
- 5) снизить уровень рискованного и виктимного поведения в Глобальной сети Интернет.

Элементы виктимологической профилактики представлены в таблице 11.

Таблица 11.

#### **Элементы виктимологической профилактики**

<b>Уровни</b>	<b>Объекты</b>	<b>Субъекты</b>
Общесоциальный	Виктимные личности, жертвы неблагоприятных условий социализации, с девиантной виктимностью	Семья, специальные общеобразовательные учреждения закрытого типа, КДН и ЗП, общеобразовательные учреждения, ПДН, детские дома и приюты, службы социальной защиты, кризисные центры
Специально-групповые	Социальные группы с повышенной виктимностью, с девиантной виктимностью	Службы ОВД, отделения наркоконтроля,
Индивидуальный	Виктимные личности	Семья, специальные общеобразовательные учреждения закрытого типа, КДН и ЗП, общеобразовательные учреждения, ПДН, детские дома и приюты, службы социальной защиты, кризисные центры, службы ОВД, отделения наркоконтроля

В зоне индивидуальной профилактики студентам необходимо:

- 1) иметь современную, надежную техническую защиту компьютерной системы;
- 2) помнить о психологической безопасности в сети Интернет: не передавать пароль другому лицу, не делать покупки в незнакомых интернет – магазинах, не давать личную информацию
- 3) повышать уровень правовой грамотности.

Психолого-педагогическая профилактика виктимного поведения подростков и молодежи в сети Интернет должна быть системной, своевременной и включать следующие направления:

- 1) объединение усилий государства и учреждений (правовых, медицинских, психолого-педагогических), направленных на превенцию виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет.

Обеспечение государством информационной безопасности детей, защита их физического, умственного и нравственного развития во всех аудиовизуальных медиа-услугах и электронных СМИ – требование международного права (Рекомендации Европейского Парламента и Совета ЕС от 20.12.2006 о защите несовершеннолетних и человеческого достоинства в Интернете). Согласно российскому законодательству, *информационная безопасность детей* – это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию (Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию").

Защита подростков и молодежи от негативного влияния Интернета - одна из наиболее важных и актуальных проблем государства. Для защиты подростков и молодежи от деструктивного, травмирующего их психику информационного воздействия, а также от информации, способной развить у подростков рискованное поведение, в России был принят Федеральный закон № 139-ФЗ от 28 июля 2012 года «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» и отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросу ограничения доступа к противоправной информации в сети Интернет.



Указом Президента РФ от 1 июня 2012 г. N 761 "О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы" обозначены «Меры, направленные на обеспечение информационной безопасности детства: «создание и внедрение программ обучения *детей и подростков* правилам *безопасного* поведения в *интернет-пространстве*, профилактики интернет-зависимости, предупреждения рисков вовлечения в противоправную деятельность, порнографию, участие во флешмобах. Президент РФ В.В. Путин, отмечая важность и актуальность мер профилактики девиантного поведения, в рамках послания ФС РФ заявил: «Надо признать, уважаемые друзья, влияние школы на формирование детей и подростков в последние годы ослабло. У неё появились сильные конкуренты: интернет, электронные СМИ» (Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г.).

Администрация социальных сетей ведет работу по блокировке запрещенного материала. На порталах разработана система обратной связи, где можно «пожаловаться» на публикацию с нежелательным содержанием и присвоить категорию «спам», «оскорбление», «материал для взрослых», «пропаганда наркотиков», «детская порнография», «насилие/экстремизм» (система обратной связи в социальной сети «ВКонтакте»). Однако данных мер недостаточно. Нужно объединение усилий всех государственных учреждений и ведомств, направленных на профилактику виктимного поведения подростков и молодежи в глобальной сети интернет.

2) своевременная диагностика по выявлению уровня рискованного (виктимного поведения), уровня интернет-зависимости (киберкоммуникативной зависимости), факторов и причин такого поведения у студенческой молодежи.

*Психолого-педагогическая диагностика* (от греч. *diagnostikos* – способный распознавать) как процедура постановки психолого-педагогического диагноза.

Психолого-педагогический диагноз – заключение о проявлениях качеств личности студентов, на которые предполагается воздействовать в ходе психолого-педагогической деятельности. Диагноз должен содержать

*выводы о причинах*, повлекших за собой виктимное поведение, к которым мы относим:

а) биологические: особенности нервной системы, а именно ее слабость, ригидность и сниженная гибкость реакции в ответ на изменяющиеся характеристики окружающей среды, при прочих неблагоприятных условиях влияют на формирование виктимного и рискованного поведения и др.;

б) социальные: неконструктивное использование Интернета, которое может привести к потере здоровья и благополучия, конфликты и насилие в семье, непонимание родителей и др.;

в) индивидуально-психологические: поиск острых ощущений из-за скучной, обыденной жизни, нейротичность и импульсивность, склонность к авантюрам и лихачеству, любопытство, рискованность, нескритичность др.

Необходимо также учитывать *ингибиторы виктимного поведения*, к которым мы относим: неприятие риска и стремление к безопасному пользованию Интернетом, правильное социальное воспитание и безконфликтное общение в семье, здоровый образ жизни родителей и приучение к нему детей, глубокое осознание студентами ценностей жизни и здоровья, уверенность в собственных силах, эффективная работа психолого-педагогических центров и образовательных учреждений по превенции виктимного поведения личности в целом, в Глобальной сети Интернет в частности.

3) апробация в образовательных учреждениях специальных курсов и превентивных программ, включающих эффективные методы и формы профилактики, такие как: всеобучи студентов, педагогов, представителей общестственности и родителей о безопасном и конструктивном пользовании Интернетом, а также тренинги, решение ситуаций, ролевые игры, «психолого-педагогический кинозал», организация встреч с юристами и врачами и др.

Методы и формы виктимологической профилактики в Глобальной сети Интернет:

1. Диагностика аддиктивного поведения, уровня виткимности.
2. Вербальные методы (обучение, суггестия, убеждение) с целью формирования безопасного поведения в интернете, развития психологического

иммунитета к негативным внутренним и внешним факторам, которые вызывают депрессию, истерику, неврозы, агрессию.

3. Психологические и социально-психологические тренинги адекватного поведения в различной социальной среде.
4. Демонстрация и анализ кино-видеофильмов о правилах поведения в интернет-сети.
5. Арт-терапия.
6. Консультирование по проблемам виктимного поведения в Сети.
7. Вовлечение лиц, склонных к виктимному поведению, к общественно значимой деятельности (волонтерской, спортивной, рекреативной).

В вопросах профилактики необходимо рассмотреть вопрос об информационной безопасности. *Информационная безопасность* – состояние сохранности информационных ресурсов и защищенности законных прав личности и общества в информационной среде. Информационная безопасность – это процесс обеспечения конфиденциальности, целостности и доступности информации (Безопасность в Интернете, 2018).

Первые исследования проблемы безопасного поведения в Глобальной сети Интернет затрагиваются в трудах западных ученых. Американский исследователь Палфри Джон выделяет три группы угроз психологической безопасности подростков и молодежи в интернет – пространстве:

- 1) негативные контакты и опасные знакомства, которые нередко могут привести к сексуальному насилию);
- 2) кибербуллинг: оскорбления, клевета, агрессивные нападки, преследования в сети;
- 3) «социально - опасные» материалы, такие как видео – порно, порнография, изображения и тексты сексуального, экстремистского характера, призывы к насилию) (Gasser, 2012).

## **Глава 2. Педагогическое обеспечение процесса психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет**

### **2.1. Российский и зарубежный опыт решения проблемы превенции и интервенции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет**

Интернет – гигантская всемирная компьютерная сеть, объединяющая десятки тысяч сетей всего мира. Её назначение – обеспечить любому желающему постоянный доступ к любой информации. Интернет предлагает практически неограниченные информационные ресурсы, полезные сведения, учёбу, развлечения, возможность общения с компетентными людьми, услуги удалённого доступа, передачи файлов, электронной почты и многое другое.

Интернет обеспечивает принципиально новый способ общения людей, не имеющий аналогов в мире (Безопасность в Интернете, 2018). Однако, как показала практика, используя сеть Интернет необходимо заботиться о безопасности работы. Кроме того, возникает проблема интернет-рисков.

На фоне столь масштабного развития интернет-коммуникаций и внедрения их в нашу повседневную жизнь, развиваются тенденции использования их возможностей против личности. Возникают опасности, такие как кибер-преступления, вербовка людей в секты, группировки и прочие асоциальные организации, появляется необходимость обратить внимание обществу на манипуляции людьми и целыми массами людей и, как следствие, появление понятия психологической уязвимости в Интернете. Стоит обратиться к статистике интернет-преступлений, по данным которой ежегодно в интернет-среде совершается более 10 000 преступлений, и мы заметим огромный масштаб этой проблемы. В качестве способа совершения и организации преступлений правонарушители стали активно пользоваться возможностями Интернета. На это указывает широкое распространение сайтов террористических организаций; сайтов, рекламирующих и продающих наркотики и оружие; сайтов с порнографическими материала-

ми, а также порталов расистской, националистской, экстремистской направленности и других преступно ориентированных ресурсов. «Глобальная сеть в последние годы стала использоваться не только для совершения общеуголовных преступлений, но и крайне опасных деяний международного значения – таких как «Сетевая война», «Интернет-терроризм», «Интернет-забастовка», что создает угрозу безопасности целых государств и всего мирового сообщества» (Дремлюга, 2008, с.5).

Американский психолог Дэвид Финкельхор, директор Центра исследований преступлений против детей, изучающий риски Интернета с 1999 года, подводя итог многолетней работы, отметил улучшение практически всех социальных показателей, отражающих риски молодежной среды. Это позволило ему сделать вывод, что представление об Интернете как катализаторе различных проблем в детской и молодежной среде – весьма преувеличенное утверждение и может рассматриваться лишь в качестве гипотезы.

Результаты исследований говорят о том, что кибер-виктимизация возросла с 6,5 до 72% по всему миру (Smith, Mahdavi, Carvalho, Fisher, Russell, 2008; Hinduja, Patchin, 2008; Tokunaga, 2010; Juvonen, Gross, 2008). В Европе оценка исследователями уровня киберзапугивания существенно различается. Ortega и др. (2012) и Genta и др. (2012) в рамках программы DAPHNE II сравнивали эмоциональные реакции и коэффициент вовлеченности в кибербуллинг жителей Испании, Великобритании и Италии, получив коэффициенты 6,2, 4 и 5,4%, соответственно. «EU Kids Online» исследовав более 25 000 детей в возрасте от 9 до 16 лет, обнаружили, что коэффициент кибервиктимизации колеблется от 2 до 14%. Самый низкий показатель обнаружился в Италии и Португалии, а самый высокий – в Эстонии и Румынии (Livingstone, Haddon, Görzig, Ólafsson, 2011; Lobe, Livingstone, Ólafsson, Vodeb, 2011). Национальные исследования в отдельных европейских странах обнаружили рост уровня виктимизации в сфере киберзапугивания от 5,5 до 44% (Almeida, Correia, Marinho, Garcia, 2012; Athanasiades, Kamariotis, Psalti, Baldry, Sorrentino, 2015; Calvete, Orue, Estévez, Villardón, Padilla, 2010; Estévez, Villardón, Calvete, Padilla, Orue, 2010; Kapatzia, Sy-

gkollitou, 2008; Katzer, Fetchenhauer, Belschak, 2009; Riebel JRSJ, Jaeger, Fischer, 2009; Slonje, Smith, 2008; Tsorbatzoudis, Aggelakopoulos, 2012).

Выводы Spitzberg and Hoobler (2002) говорят о том, что почти треть студентов колледжей подвергались некоторым формам нежелательного онлайн-преследования. Кроме того, результаты исследования Pullet, Rota, and Swan (2009) показали, что 13% из 302 студентов и аспирантов стали жертвами кибер-преследования.

Исследования Фонда Развития Интернет, осуществленные в рамках международного европейского проекта «Дети Европы Онлайн», показали, что каждый второй ребенок 9-16 лет считает, что в Интернете есть что-то плохое для его сверстников, а каждый пятый хотя бы раз сталкивался в Интернете с чем-либо, что огорчило или обеспокоило его. Чаще всего в ситуации, когда дети не могут справиться с чем-либо в Интернете, они обращаются за помощью к родителям и друзьям. Учителя стоят в этом ряду на последнем месте. Как показало исследование «Моя безопасная Сеть» (2009-2010 гг.), даже ИКТ-продвинутые педагоги далеко не всегда имеют адекватные представления о том, чем занимаются их ученики в Сети, какие угрозы кажутся им наиболее значимыми.

В настоящий момент проблема безопасности является основной и решается на протяжении многих лет. Безопасность использования Интернета и информационных и коммуникационных технологий представляет собой одну из актуальнейших и важнейших проблем современности. Данную проблему пытаются решить не только в России, но и за рубежом. Следует отметить, что изучение данной проблемы ведется, в основном, на выборке детей школьного возраста. Данная проблема практически не рассматривается на более старшей выборке. Небольшой процент работ посвящен изучению данной проблемы у студенческой молодежи. Обобщив весь материал, хотелось бы остановиться на тех направлениях, в рамках которых ведут свои исследования зарубежные и отечественные ученые.

**Первое направление** ученых связано с изучением личностных характеристик, социально-психологических детерминант виктимного поведения жертв виктимизации. Причем авторы изучают респондентов, столк-

нувшихся с различными носителями асоциального поведения, такими как хакеры, буллеры, кибертеррористы, мошенники и пр.

Xiao-Wei Chu и др. (2019) считают, что кибербуллинг наносит вред психическому здоровью подростков, но механизмы такого воздействия пока еще не изучены. В их исследовании были выявлены взаимосвязи между различными видами кибербуллинга и шестью частыми психосоциальными проблемами в подростковом возрасте: депрессия, общая тревожность, стресс, низкая самооценка, социальная тревожность и одиночество. На основе опроса 661 китайского подростка 7 и 8 классов, было установлено, что подростки с психосоциальными проблемами (депрессия, тревожность, стресс, одиночество) чаще подвергаются запугиванию и склонны к виктимизации. Мальчики с более высоким уровнем одиночества чаще, чем девочки, подвержены кибербуллингу и виктимизации.

Еще одно исследование ученых (Varela, Guzmán, Alfaro, Reyes, 2019) было направлено на изучение жертв кибербуллинга. Они установили, как связаны между собой подверженность к кибербуллингу и удовлетворенность своей жизнью и общественной поддержкой жертв. Результаты исследования говорят о том, что чем ниже удовлетворенность жизнью у респондента, тем выше шансы оказаться жертвой издевательств и киберзапугивания. Ученые считают, что школа и общество должны найти способы профилактики и коррекции виктимного поведения через повышение удовлетворенности жизнью.

Интерес вызывают исследования, которые посвящены психопатологическим симптомам, включая интернализирующие проблемы жертв киберзапугивания (Bonanno, Hymel, 2013; Tsitsika, Janikian, Wójcik, Makaruk, Tzavela, Tzavara, et al., 2015). Среди них чувство одиночества, депрессия (Gradinger, Strohmeier, Spiel, 2009), заниженная самооценка (Kowalski, Giumetti, Schroeder, Lattanner, 2014; Kowalski, Limber, 2007), социальная тревога и изоляция (Juvonen, Gross, 2008; Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Mukopadhyay, Scherlis, 1998), употребление запрещенных наркотиков и проблемы с поведением (Smith, Mahdavi, Carvalho, Fisher, Russell, et al, 2008; Hinduja, Patchin, 2008; Sánchez, Romero, Navarro-Zaragoza, Ruiz-Cabello, Frantzisko et al., 2016).

Tsitsika and colleagues (Tsitsika, Janikian, Wójcik, Makaruk, Tzavela, Tzavara et al., 2015) отмечают, что кибербуллинг оказывает постоянное влияние на психосоциальное благополучие во всех изученных странах, хотя показатели различаются по величине.

Жертвами кибервиктимизации, как правило, становятся молодые люди с низким уровнем самооценки, низкой удовлетворенностью жизнью и успеваемостью, имеющие высокий уровень личной виктимизации, употребляющие психоактивные вещества, склонные к депрессии, агрессии и беспокойствам, одиночеству (Kowalski, Giumetti, Schroeder & Lattanner, 2014).

Анализ исследований российских ученых последних лет показывает, что в настоящее время исследователями изучаются преимущественно психологические характеристики подростковой возрастной группы, обуславливающие их виктимность. В частности, в исследовании С.А. Фалкиной (2014) рассматриваются психологические характеристики подростков, склонных к виктимному поведению в интернет-сети. По результатам проведенного исследования она выделила следующие особенности подростков, склонных к виктимному поведению в интернет-сети (таблица 12):

Таблица 12.

### **Модели виктимного поведения подростков в Интернете и их характеристики (по Фалкиной С.А.)**

<b>Тип/модель виктимного поведения</b>	<b>Основные характеристики</b>	<b>Примеры</b>
1. Модель агрессивного типа виктимного поведения в Интернете	<ul style="list-style-type: none"> <li>- попадают в опасные ситуации в результате проявленной ими агрессии в форме нападения или иного провоцирующего поведения (оскорбление, клевета, издевательство и т.д.),</li> <li>- интернет-пространство выступает местом самореализации своих способностей, реализацией возможности иметь больше друзей, чем в реальной жизни, демонстрации своего творчества дру-</li> </ul>	Подростки могут создавать «опасные материалы» (порнография, изображения и тексты сексуального, экстремистского характера, призывы к насилию и др.)



	<p>гим,</p> <p>-как правило, данная самореализация в Интернете может иметь и антиобщественную направленность (проявляют агрессивность к определенным пользователям, преднамеренно создают или провоцируют конфликтные ситуации),</p> <p>- склонны к антиобщественному поведению, нарушают социальные нормы и правила.</p>	
<p>2. Модель активного типа (подростки со склонностью к самоповреждающему и саморазрушающему поведению).</p>	<p>-характерна жертвенность, связанная с активным поведением, провоцирующим ситуацию виктимности своей просьбой или обращением в сети,</p> <p>- для активных потерпевших характерно поведение двух видов: провоцирующее, если для причинения вреда привлекается другое лицо, и самопричиняющее, которые характеризуется склонностью к риску, необдуманному поведению, зачастую опасному для себя и окружающих,</p> <p>-имеют более высокие показатели вовлеченности в интернет-пространство, имеют лучшие инструментальные навыки для овладения нормами интернет-сети.</p>	<p>В сети подростки размещают информацию о себе и своей семье, заводят нежелательные контакты, новых знакомых друзей, встречаются с данными незнакомыми людьми в реальной жизни, что может привести к столкновению с насилием не только в пространстве Интернета, но и в реальной жизни подростков</p>
<p>3.Модель инициативного типа (подростки с гиперсоциальным виктимным поведением)</p>	<p>-из-за положительного поведения могут спровоцировать преступные действия агрессора,</p> <p>-считают недопустимым уклонение от вмешательства в конфликт, даже если это может стоить им здоровья или жизни</p>	<p>В общении на форумах, в группах подростки проявляют отзывчивость, принципиальность, требовательность, готовность рисковать.</p>

	<p>ни,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- не всегда последствия таких поступков осознаются.</li> </ul>	<p>Пользователи нетерпимы к поведению, нарушающему общественный порядок.</p>
<p>4. Модель пассивного типа (подростки с зависимым поведением)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-характерна моральная нормативность,</li> <li>- отсутствие ощущения социальной поддержки и включенности в социум,</li> <li>-характерна склонность к зависимому, беспомощному поведению,</li> <li>- несамостоятельность и потребность в помощи других,</li> <li>-имеет ролевую позицию жертвы и не оказывают сопротивления преступникам по различным причинам,</li> <li>-имеют высокие показатели вовлеченности в интернет-пространство, что может свидетельствовать о их склонности к интернет-зависимому поведению</li> </ul>	<p>Ищут поддержку в пространстве Интернета. Обращаются за советами и помощью в различные группы и форумы с целью получения сочувствия и поддержки окружающих</p>
<p>5. Модель не критического типа.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрируют неосмотрительность, не умеют правильно оценивать жизненные ситуации в реальном и виртуальном взаимодействии,</li> <li>- обнаруживают неразборчивость в знакомствах,</li> <li>-доверчивы, легкомысленны,</li> <li>-склонны к идеализации людей,</li> <li>-оправдывают негативное поведение других, не замечают опасности,</li> <li>-имеют высокие показатели виртуальности и вовлеченности.</li> </ul>	<p>Данные подростки создают псевдонимы, предоставляют различную информацию о себе (реальную и вымышленную), создают множество виртуальных личностей, переносят нормы виртуального мира в реальное взаимодействие.</p>

О.О.Андронникова (2005) считает, что подростковый возраст является фактором, повышающим степень виктимной уязвимости подростка, но тип виктимного поведения во многом определяется индивидуально-психологическими (склонность к риску, тревожность, неустойчивая самооценка, радикализм, подозрительность), психофизиологическими особенностями (половая дифференциация) и индивидуальным опытом (агрессивное поведение родителей). Системообразующими факторами возникновения потенциальной виктимности, по мнению ученого, являются стратегии семейного воспитания отца и матери (с различным факторным весом и особенностями во всех выделенных типах); отсутствие ощущения социальной поддержки у подростков.

В своей диссертационной работе Андронникова О.О. смогла выделить модели, а также факторы, провоцирующие виктимное поведение в рамках каждой модели (таблица 13).

Таблица 13.

**Модели и факторы виктимного поведения подростков  
(Андронниковой О.О.)**

<b>Модели поведения</b>	<b>Факторы, характерные для модели</b>
<b>Виктимное поведение</b>	
<i>модель агрессивного типа</i>	наличие сформированного агрессивного поведения; напряженность; интеллект; общительность; непринятие со стороны матери
<i>модель активного типа</i>	наличие сформированного активного поведения; доминантность; общительность; доброжелательность; директивный стиль и непоследовательность или позитивный интерес в воспитании со стороны отца при его постоянном контроле; отсутствие ощущения социальной поддержки и включенности в социум
<i>модель инициативного типа</i>	наличие сформированного агрессивного, пассивного или активного поведения; самостоятельность; самоуглубленность; моральная нормативность; жизнерадостность

<i>модель пассивного типа</i>	моральная нормативность; интеллект; склонность к лжи; отсутствие ощущения социальной поддержки и включенности в социум
<i>модель некритичного типа</i>	наличие сформированного некритичного поведения, которое может реализовываться как агрессивное, пассивное или активное; напряженность; раздражительность; несамостоятельность; беспечность; готовность идти на риск; низкий самоконтроль
<b>Невиктимное поведение</b>	
<i>модель невиктимного поведения</i>	позитивный интерес и доброжелательность со стороны отца, последовательность и демократичность в воспитании со стороны матери, ощущение социальной поддержки и включенности в социум, дающие подростку ощущение спокойствия, уверенности в себе, независимость, эмоциональную устойчивость, общительность, самосохраняющее поведение, самоконтроль, эмпатийность и дружелюбное отношение к другим

Основными признаками виктимности, по мнению В.Е. Христенко (2004), являются низкая самооценка, экстернальный локус контроля, отсутствие ощущения социальной поддержки, а также чрезмерно выраженная эмпатия, высокая тревожность. К гипертрофированным социальным признакам виктимности подростков В.Е. Христенко отнес неконструктивные стратегии семейного воспитания (директивность, враждебность, радикализм, непоследовательность в воспитании), негативное влияние средств массовой информации и низкий социально-экономический статус семьи.

М.П. Долговых (2009) обоснованы и охарактеризованы индивидуально-психологические детерминанты виктимной личности подростка. Она обнаружила следующие психологические детерминации различных иерархических уровней индивидуальности: а) психофизиологические, б) индивидуально-психологические и в) социальные.

Психофизиологическими предпосылками виктимности подростков являются специфические биологические особенности подросткового возраста (физические изменения и изменения гормонального фона, преобла-

дание процессов возбуждения, повышенная эмоциональная возбудимость, неустойчивость настроения, органопатия, резидуально-органическая церебральная недостаточность, гиперактивность, психическая или физическая патология).

По мнению ученого, к индивидуально-психологическим составляющим виктимной личности подростков относятся специфические подростковые комплексы; эмоционально-установочную готовность лица, выражающуюся либо в агрессивном реагировании, либо в виде конформного поведения, склонности к самоупрекам, тревожности, фрустрированности; неадекватную самооценку; нарушение ценностных ориентаций; сексуальные девиации; присутствие сформированных и закреплённых в виде ригидных паттернов моделей виктимного поведения; индивидуально приобретенный опыт подростка, наличие в его жизни травматических событий и образцов виктимного поведения.

Среди социальных детерминант виктимности подростков М.П. Долговых (2009) выделила:

- социокультурные характеристики виктимизации (влияние социокультурного и социально-экономического статуса, виктимизация общества, специфика бытового окружения, воздействие средств массовой информации, тендерные особенности);
- семейный фактор (агрессивная или игнорирующая модель воспитания, психопатология одного из членов семьи, нарушение эмоционального климата в семье, наличие моделей жертвенного поведения родителей, физическое насилие, алкоголизация, супружеские конфликты);
- социально-педагогический фактор (отсутствие индивидуального подхода к учащемуся, виктимная деформация педагога, оскорбительное отношение со стороны педагога и одноклассников, психологическое и физическое насилие, непринятие сверстниками).

Рассматривая особенности виктимного поведения в юношеском возрасте, Т.Г. Дюбина (2010), О.А. Клячкова (2007), Ю.В.Никитина, М.П.Семкова (2013) изучили индивидуально-психологические особенности молодых людей, которые детерминируют дезадаптивный стиль реагирования в опасной объективно предотвратимой ситуации. В результате

своих исследований учеными было доказано, что юноша с такими качествами личности, как неадекватная самооценка, высокий уровень тревожности и агрессивности, эмоционально-волевая неустойчивость «готов» стать жертвой насилия. Ученые считают, что тип виктимного поведения во многом определяется и социально-психологическими особенностями (склонность к риску, тревожность, неустойчивая, неадекватная, заниженная самооценка, радикализм, подозрительность).

Т.Н. Баширова (2016) считает, что повышенный риск проявления виктимного поведения в молодежной среде связан с формированием Я-концепции, представлениями юношей и девушек о самих себе, самооценкой, ранее сформированным комплексом психологических качеств (эмоциональная неустойчивость, тревожность, неадекватная самооценка), отсутствием ощущения социальной поддержки и определенными стратегиями семейного воспитания отца и матери.

Изучая особенности виктимного поведения юношей и девушек Ю.В.Никитина и М.П. Семкова (2013) установили, что уровня агрессивного виктимного поведения у юношей выше, чем у девушек. Сравнивая показатели виктимного поведения в корреляционных плеядах у юношей и девушек, Ю.В. Никитина и М.П. Семкова выявили, что данные различия можно объяснить тем, что среднее значение агрессивности у юношей выше, для них важен, как контроль над нею, так и определенная социальная компетентность, поскольку некритичность выглядит для них как социально нежелательная. Для девушек некритичность не так важна. Возможно, они лучше разбираются в нюансах отношений, чем юноши. Кроме того, для девушек не так важны отношения иерархии, для них более приемлема и опасна аутоагрессия, а для юношей – гетероагрессия.

В структуре внутриличностных характеристик гипервиктимных юношей и девушек были обнаружены следующие факторы: смысложизненных ориентаций; жизнестойкости в конфликтном соотношении с социальной ролью жертвы; конфликтного состояния виктимных характеристик психологического благополучия и позитивного отношения к миру (виктимность); конфликтного соотношения самопринятия, позитивности, активности и социальной роли жертвы, эмоциональной оценки себя и своей жизни,

эмоционально относительно конструктивных копингов (психологическое благополучие); автономии и оптимизма; конфликтного соотношения когнитивных конструктивных, неконструктивных, эмоционально конструктивных копингов (когнитивное совладание); конфликтного соотношения эмоционально конструктивных и неконструктивных копингов (эмоциональное совладание)

Р.А. Субботина (2016) в своем исследовании выявила психологическую характеристику личности юношей и девушек разных виктимных типов (таблица 14).

Таблица 14.

**Психологическая характеристика личности  
юношей и девушек разных виктимных типов**

<b>Тип виктимности</b>	<b>Характеристики</b>	<b>Копинг-стратегии поведения в преодолении стрессовых ситуаций</b>
Гипервиктимный тип	<ul style="list-style-type: none"> <li>- молодых людей отличает незаинтересованность жизнью, чувство отверженности, собственной беспомощности, ощущение себя «вне» жизни,</li> <li>- пассивность, отсутствие упорства в достижении целей, трудности в общении с новыми людьми.</li> <li>- действуют в зависимости от обстоятельств, откладывают решение проблем до лучших времен, не рискуют,</li> <li>- не жизнестойки,</li> <li>- не умеют работать над собой и обстоятельствами своей жизни,</li> <li>- не склонны осмысливать свои жизненные цели в перспективе, при этом могут придавать полноценный смысл воспоминаниям</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- поведенческие неконструктивные копинги</li> <li>- избегание неприятных мыслей, изолирование от общения с людьми;</li> <li>- когнитивные неконструктивные копинг-стратегии</li> <li>- неприятие проблем, признании фатальности ситуации («это судьба, нужно с этим смириться»), отрицание проблем;</li> <li>- когнитивные конструктивные копинги (их они склонны использовать чаще остальных): не терять самообладания и контроля</li> </ul>

	<p>о прошлом или нацеленности в будущее,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- склонны испытывать неудовлетворенность своей жизнью,</li> <li>-в общении с другими гипервиктимные не имеют доверительных отношений, испытывают трудности в проявлении открытости, не умеют поддерживать позитивные отношения с окружающими, переживают собственную изолированность,</li> <li>-свойственна ориентация на мнения и оценки других людей, неспособность противостоять социальному давлению, проявление конформизма,</li> <li>- отсутствуют убеждения, придающие смысл жизни, жизненные перспективы,</li> <li>- часто испытывают недовольство собой и обстоятельствами собственной жизни, обеспокоенность некоторыми чертами собственной личности (желание быть другим, не таким, каков есть на самом деле),</li> <li>- не умеют преодолевать жизненные препятствия и не желают усваивать новые умения и навыки</li> </ul>	<p>над собой в сложных ситуациях, не показывать своего истинного состояния, проанализировать ситуацию и объяснить себе ее причины.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>–эмоционально неконструктивные стратегии</li> <li>–подавление эмоций, состояние безнадежности, чувство вины, самообвинение и агрессия</li> </ul>
Невиктимный тип	<ul style="list-style-type: none"> <li>-вовлеченность в происходящие вокруг события,</li> <li>-получение удовольствия от собственной деятельности,</li> <li>- убеждены в том, что они сами могут повлиять на результаты происходящего,</li> <li>- ставят труднодостижимые цели и стремятся их реализовать, чувствуют себя хозяевами своей жизни, убеждены в том, что все изменения и трудности способствуют</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>–поведенческие конструктивные копинги выражаются в помощи и заботе о других людях, в сотрудничестве со значимыми людьми с целью преодоления трудностей, в поиске людей, способных помочь в решении проблемы;</li> <li>–поведенческие относительно конструктивные ко-</li> </ul>



	<p>их развитию,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовы идти на риск и действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, считая стремление к комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности,</li> <li>- неожиданности и непредсказуемость событий дарят им интерес к жизни,</li> <li>- целеустремлены, умеют преодолевать трудные жизненные обстоятельства, прилагают усилия по работе над собой, испытывают интерес и эмоциональную насыщенность жизни, наполненность ее смыслом,</li> <li>- свойственно представление о себе как сильной личности, обладающей свободой выбора, способностью строить жизнь в соответствии с собственными целями и смыслами,</li> <li>- являются активными оптимистами, верят в свои силы и успех, позитивно настроены на будущее, предпринимают активные действия для того, чтобы добиться желаемых целей, не подвержены унынию или плохому настроению, проявляют жизнерадостность,</li> <li>- свойственна независимость в мышлении и поступках, способность противостоять социальному давлению, возможность регулировать собственное поведение и оценивать себя, исходя из собственных стандартов, умение отстаивать собственное мнение,</li> <li>- стремиться постоянноповышать свой личностный рост и саморазвиваться, реа-</li> </ul>	<p>пинги</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>–любимое дело, отвлечение, осуществление своих целей, желаний;</li> <li>–когнитивные относительно конструктивные копинги</li> <li>–«по сравнению с проблемами других людей мои - это пустяк», из любой ситуации стараются извлечь пользу, трудности рассматривают как способ совершенствования, придавая им особый смысл;</li> <li>–эмоционально конструктивные копинг-стратегии проявляют готовность бороться со сложившимися обстоятельствами.</li> </ul>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>лизывывать свой потенциал,</p> <p>- имеют собственные цели в жизни, отличаются убеждениями, придающими смысл жизни, поддерживают позитивное отношение к себе, открыты новому опыту</p>	
Средневик- тимный тип	<p>-имеют средний показатель «вовлеченности», «контроля» и «принятия риска» и в целом жизнестойкости, меру преодоления личностью трудных жизненных обстоятельств, прилагаемых усилий по работе личности над собой, удовлетворенности собственной жизнью.</p> <p>-характеризует средняя степень наличия жизненных целей, которые придают жизни осмысленность, ощущения результативности и осмысленности прожитой жизни,</p> <p>- в меньшей степени светлойственно представление о себе как о сильной личности, обладающей свободой выбора, способность строить свою жизнь в соответствии с собственными целями и представлениями об ее смысле,</p> <p>-выражена в меньшей степени убежденность в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь,</p> <p>- отличаются нормативными оценками осмысленности процессов жизни, наличия осознаваемых жизненных целей и степени личной ответственности за их реализацию, удовлетворенности своей жизнью, представлений о себе как о человеке, способном строить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле,</p>	<p>–поведенческие конструктивные копинги</p> <p>–помощь и забота о других людях, сотрудничество с другими людьми с целью преодоления трудностей;</p> <p>–когнитивные конструктивные копинги склонны использовать чаще остальных</p> <p>–не теряют самообладания и контроля над собой в сложных ситуациях, стараются проанализировать, обдумать ситуацию, объяснить ее себе.</p> <p>–эмоционально конструктивные копинг-стратегии</p> <p>–уверены, что всегда есть выход из трудной ситуации и проявляют готовность бороться со сложившимися обстоятельствами</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оптимистичные реалисты,</li> <li>-показатели активности у них выражены в средней степени, а показатели оптимизма высокие,</li> <li>- свойственно проявлять жизнерадостность, энергичность, безмятежность и склонность к риску в средней степени,</li> <li>- нормативные показатели психологического благополучия личности,</li> <li>- в адекватной средней мере свойственны доверительные отношения с окружающими, способность к эмпатии, независимость в мышлении и поступках, возможность регулировать собственное поведение и оценивать себя, исходя из собственных стандартов, необходимость личностного роста и самосовершенствования, реализация своего потенциала, наличие целей в жизни и убеждений, придающих ей смысл, позитивное отношение к себе, умение приобретать и поддерживать контакты с окружающими, общая удовлетворенность собственной жизнью.</li> <li>-в средней нормативной мере данной группе испытуемых свойственна способность усваивать новую информацию, обладать реалистичными взглядами на жизнь, быть открытыми новому опыту.</li> <li>- свойственна озабоченность ожиданиями и оценками других людей, неразвитость умения противостоять чужому мнению и давлению окружающих</li> </ul>	
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

В рамках **второго направления** ученых интересуют факторы, причины, виды рисков кибервиктимизации.

Изучением характеристик и потребностей жертв сексуального насилия занимались Bruce G. Taylor, Weiwei Liu, Elizabeth A. Mumford (2019). Ими были определены факторы, способствующие рискованному поведению жертв сексуального насилия: биологический пол, одобрение насилия к женщинам, высокие показатели агрессивности и др. Ученые выяснили, что девушки в большей степени, чем мальчики, подвергаются словесному кибер-насилию. По мнению авторов, школам необходимо уделять внимание взаимоотношениям в коллективе с целью формирования взглядов и убеждений школьников. Наконец, психологам, работающим в школах, необходимо уделять пристальное внимание детям, склонным к гневу и / или имеющим склонность к насилию, как потенциальным жертвам или организаторам кибер-виктимизации.

В своем исследовании S.L. Bradbury и др. (2018) пытаются выяснить, насколько родители и сверстники могут помочь в выработке конкретных стратегий выживания, какие стратегии используют подростки, чтобы противостоять кибер-издевательствам? Опрос 329 подростков выявил, что чаще всего подростками применяются такие положительные стратегии выживания, как решение проблем, поиск социальной поддержки, а также неэффективные, например, дистанцирование, мщение.

Ученые выявили, что подростки использующие стратегию преодоления кибер-виктимизации «мщение» чаще всего, не могут противостоять внешним воздействиями. Такие подростки постоянно недовольны собой, своим поведением, тем, как они справляются с ситуацией и как они ведут себя в той или иной ситуации. Результаты исследования показывают, что подростки не применяют стратегию «социальная поддержка семьи или других взрослых», в случае кибер-проблемы. Исследования показали, что подростки, ставшие жертвами, чаще всего имеют напряженные отношения со своими родителями, практически с ними не общаются.

Robert S. Tokunaga, Krystyna S. Aune (2017) в своей статье поднимают вопросы киберсталкинга. Им были опрошены 53 человека, ставшие жертвами кибер-преследований. Результаты показали, что жертвы использова-

ли семь основных тактик управления кибер-преследованиями, которые авторы обобщили.

### **Стратегия 1: Игнорировать / Избегать**

1. Игнорировать
2. Избегать сайтов и программ, через которые преследователь связался с вами

3. Поменять тему
4. Удалять сообщения, не читать
5. Действовать так, как будто вас это не беспокоит

### **Стратегия 2: Активная технологическая диссоциация**

6. Удалил старый аккаунт и сделал новый аккаунт
7. Удалил/ отклонил преследователя как друга
8. Сделал информацию конфиденциальной, чтобы только «друзья» могли получить к ней доступ

9. Заблокировал сообщения преследователя

### **Стратегия 3: Поиск помощи**

10. Связь с местными правоохранительными органами / предъявление обвинения

11. Хранение бумажной копии всех письменных доказательств
12. Приглашение команды частных следователей.
13. Просьба к третьему лицу ответить преследователю
14. Получение помощи через сайт поддержки
15. Сообщение о преследователе владельцу веб-сайта / провайдеру интернет-услуг (ISP)

### **Стратегия 4: Переговоры / угроза**

16. Угроза преследователю
17. Спор с преследователем
18. Выяснение у преследователя, что он/она хотел/а, чтобы это прекратилось / не интересовался

### **Стратегия 5: Соблюдение / Оправдание**

19. Совместная игра
20. Ложные сведения о себе
21. Оправдания о том, что не может или не хочет общаться

## **Стратегия 6: Технологическое обеспечение конфиденциальности**

22. Изменение изображения профиля
23. Изменение имени пользователя и / или пароля
24. Изменение адреса электронной почты
25. Скачанное антивирусное программное обеспечение

## **Стратегия 7: Отступление**

26. Противостояние преследователю как
27. Непосредственное оскорбление преследователя
28. Размещение публичного дискурсивного замечания для преследователя

Ученые также предположили, что тактики управления связаны с личностными характеристиками жертвы. Для борьбы с такими формами киберсталкинга, как гиперинтимность и угрозы поведения, авторы предлагают воспользоваться более пассивными формами управления рисками, такими как игнорирование или избегание преследования. Однако по мере того, как поведение становится более угрожающим, можно использовать тактику «уход от преследователей»: удалить старые учетные записи, заблокировать преследователей в их списках контактов и изменить настройки в социальных сетях, чтобы сделать их закрытыми для гостей. Ученые рекомендуют бороться с вторжениями путем изменения имен пользователей и паролей, удаления учетных записей электронной почты и установки программного обеспечения, которое не дает преследователям возможности взлома их компьютеры и доступ к личной информации.

R. Del Rey, P.Elipe, R. Ortega-Ruiz (2012), R.S. Tokunaga (2010) изучили социально-демографические факторы кибер-рисков и социокультурные различия. Они утверждают, что такие факторы, как пол и возраст являются наиболее заметными из немногих социально-демографических переменных, как потенциальные факторы риска, связанные с виктимизацией.

Некоторые исследователи обнаружили обратную связь между возрастом и кибербуллингом (Slonje, Smith, 2008; Williams, Guerra, 2007), возможно, из-за большой нерассудительности молодых людей, популярной среди молодежи услуги SNS (система уведомления сообщений) для знакомства с новыми людьми (Kowalski, Giumetti, Schroeder, Lattanner, 2014).

Опытным путем были выявлены взаимосвязи между высокими показателями склонности к виктимному поведению и низким и выше среднего уровнями образования родителей (Tsitsika, Janikian, Wójcik, Makaruk, Tzavela, Tzavara, et al., 2015).

Наконец, семейные отношения (отсутствие сплоченности семьи, эмоциональной связи между членами семьи, совместного времяпровождения родителей и детей) и структура семьи (например, неполная семья), являются также ключевыми факторами, которые способствуют кибервиктимизации молодых людей (Sasson, Mesch, 2013; Mehari, Moore, Waasdorp, Varney, Berg, Leff, 2018).

Международное исследование «ЕВРОПА Kids Online» было посвящено изучению того, как контроль со стороны родителей может быть связан с киберзапугиванием, является ли он кибер-риском (Livingstone, Haddon, Görzig, Ólafsson, 2011; Haddon, Livingstone, 2012). Результаты показывают, что чаще всего становятся кибер-жертвами подростки, имеющие активный профиль в социальных сетях и зарегистрированные в чатах, но не участвующие в онлайн-играх. Некоторые методы родительского посредничества помогают справиться таким подросткам с кибер-виктимизацией, но большинство - нет. Результаты отмечают, что родители должны более активно помогать подросткам в снижении рисков в сети Интернет, использовать Интернет в качестве средства межличностного общения (Mesch, 2009). Они должны установить, обговорить правила поведения в Интернете, вести разговоры о сексе, как и кому можно отправлять личную информацию, с кем можно встретиться в Интернете, информировать детей о потенциальных опасностях, связанных с такой деятельностью. (Mitchell, Finkelhor, Wolak, 2007).

Т.М. Вакулич (2009) относит к индивидуально-психологическим факторам виктимной личности подростков, приводящим в совокупном воздействии к личностным деформациям и последующей виктимизации, специфические подростковые комплексы, эмоционально-установочную готовность личности ребенка, которая проявляется либо в агрессивном реагировании, либо в виде конформного поведения, тревожность, фрустрированность, неадекватную самооценку: нарушение ценностных ориентаций,

наличие сложившихся и закрепленных в виде ригидных паттернов моделей виктимного поведения, наличие образцов виктимного поведения.

В исследовании К.В. Вишневого (2014) были выявлены установки позиции жертвы виктимизации: установка на беспомощность, нежелание изменять собственное положение без вмешательства извне, низкая самооценка, запуганность, повышенная сугестивность, готовность к обучению виктимному поведению, усвоение виктимных стереотипов со стороны общества.

**Третье направление**, которое мы обозначили, связано с оказанием адресной помощи жертвам виктимизации разного характера. Растущее внимание к проблеме кибербуллинга привело к разработке программ профилактики и коррекции среди молодых людей. Michael Westerlund, Gergö Hadlaczky and Danuta Wasserman (2015) предлагают изучать веб-сайты и дискуссионные форумы с целью предотвращения суицидов. Ученые изучали ответы, мнения, которые были опубликованы молодыми людьми на форуме до, во время и после акта самоубийства. Почти половина опубликованных сообщений до самоубийства содержали одобрительные комментарии жертве, изъявившей намерение совершить самоубийство. Большое количество постов после самоубийства содержали трогательные комментарии, авторы выражали сочувствие, горе. Около половины постов считали самоубийство трагичным фактом. По мнению ученых очень важно изучать на разных форумах в интернете письма людей, в которых прослеживаются суицидальные намерения.

Многие ученые считают, что первое, что нужно сделать, прежде чем говорить о создании и реализации профилактических программ, необходимо понять социальные нормы корректного поведения в интернет-пространстве. Многие исследования связывают, что данные нормы ничем не должны отличаться с нормами поведением в реальной жизни (Doane, Pearson, Kelley, 2014; Heirman, Walrave, 2012; Pabian, Vandebosch, 2014).

Некоторые школьные программы профилактики киберзапугивания направлены на уменьшение факторов риска киберзапугивания путем изменения социальных норм у подростков. Например, исследование в Греции состояло в том, что у подростков формировалось представление о кибер-



буллинге, как девиантном, социально неприемлемом поведении (Barkoukis et al., 2016).

Исследователи сходятся во мнении, что профилактическая программа дает положительный эффект только для определенной группы респондентов, зависит от продолжительности и систематической работы по предотвращению и уменьшению случаев издевательств (Leff и др., 2010; Williford et al., 2013). Исследование корейских подростков показало, что около 61% подростков, ставших свидетелями киберзапугивания, не предприняли никаких мер по оказанию помощи жертве (Song & Oh, 2018). Поскольку подросткам безопаснее бездействовать в таких случаях, этим пользуются кибер-преступники. Поэтому ученые предпринимают попытку разработать правила, по которым необходимо действовать, если ты стал свидетелем кибер-преступления, не нанося вред себе и своим близким (Lereya, S. T., Samara, M., Wolke, D, 2013; Navarro, R., Serna, C., Martínez, V., Ruiz-Oliva, R, 2013).

Такая мера, как запрет доступа к компьютеру, по мнению Ang (2015) показала свою неэффективность. Интересны результаты исследований ученых F. Mishna, M. Khoury-Kassabri, T. Gadalla, J. Daciuk (2012), которые выяснили, что подростки, чьи родители устанавливают блокирующие программы, фильтры, пароли на компьютер своего ребенка, с большей вероятностью становятся жертвами киберзапугивания. Bauman (2010), напротив, установил, что подросток, чьи родители ограничивают их доступ к Интернету в меньшей степени склонны к кибервиктимизации (Bauman, 2010). Такие противоречивые результаты говорят о том, что не существует прямой и обратной зависимости между контролем родителей и кибервиктимизацией их детей. Возможно, кроме уровня и степени (качества) родительского контроля на виктимизацию молодых людей влияют и другие факторы, которые изучаются учеными, как в России, так и за рубежом. Необходимо глубже изучать нормы контроля за детьми со стороны родителей в сети Интернет (Bradshaw, 2014; Waasdorp, Mehari,Bradshaw, 2017).

Далее остановимся на интересных программах превенции и интервенции виктимного поведения молодых людей в сети Интернет. Вызывает интерес программа *WebQuest* (Lee, Zi-Pei, Svanström, Dalal, 2013), которая

состоит из восьми занятий (продолжительность курса 360 минут, 4 недели). Содержание курса WebQuest охватывает шесть частей: введение, задачи, процесс, ресурсы, оценки и выводы. Содержание программы представлено в таблице 15.

Таблица 15.

### Содержание программы WebQuest

Разделы	Содержание
1. Введение	Исследователь помогает обучающимся продумать свое ежедневное использование компьютерной сети, чтобы участвовать в этой учебной деятельности.
2. Задачи	<p>С помощью модели совместного обучения учащиеся делятся на команды для выполнения четырех задач, поставленных в этом исследовании.</p> <p>Задание 1. Сетевые пикеты. В качестве пикетов проверяется обычное использование компьютерной сети, а сетевой этикет проверяется через групповое обсуждение.</p> <p>Задание 2. Погоня за новостями: в качестве телекомментаторов анализируются кейсы киберзапугивания, предлагаются способы реагирования на киберзапугивание, а также стратегии реагирования и защиты.</p> <p>Задача 3. Правоохранительные органы сети: понять проблемы, связанные с правонарушениями, и принять участие в «Викторине вопросов и ответов».</p> <p>Члены команды создают агитационные плакаты на тему «Сетевая безопасность».</p>
3. Процессы	Для четкого описания процедур и шагов, через которые учащиеся проходят, выполняя задания.
4. Ресурсы	Для предоставления ресурсов, необходимых для выполнения задачи. Ресурсы включают веб-страницы, документы, базы данных и т. д.
5.Оценки	Для установления комплекса оценочных стандартов, позволяющих

	обучающимся заблаговременно понять различные критерии оценки результатов задания
6. Выводы.	Для помощи учащимся осмыслить и обдумать весь процесс обучения и представить отзывы

После реализации данной программы было установлено, что курс WebQuest качественно и эффективно повышает знания школьников о киберзапугивании, способствует профилактике и коррекции кибербуллинга в подростковой среде. Однако данная программа имеет недостаток. Как отмечают ученые - разработчики данной программы, им не удалось существенно изменить отношение к киберзапугиванию как недостойному поведению в сети Интернет у подростков.

Группа итальянских ученых Menesini, Nocentini, Palladino (2012) разработала и представила в своем исследовании результаты внедрения программы профилактики и коррекции кибербуллинга в средней школе. Данная программа включала в себя два исследования.

### **Исследование 1: Noncadiamointrappola фаза первая**

Noncadiamointrappola на веб-сайте (Давайте не падать в ловушку) проект был запущен в 2008 году. В рамках данного проекта обучающиеся из двух школ были включены в проектирование и разработку веб-сайта для продвижения однорангового контента (peer-to-peer content) против издевательств и киберзапугивание. На следующий год в данный проект было вовлечено еще больше школ (2009-2010).

В своей статье ученые представили несколько этапов работы над данным проектом.

- Запуск проекта и популяризация проекта. Презентация проекта его участникам для повышения осведомленности и организации общения по вопросам, связанным с запугиванием.
- Отбор четырех онлайн-инструкторов и четырех преподавателей, непосредственно работающих с учащимися класса.
- Тренинг для преподавателей (восемь часов) по развитию навыков общения, разрешению проблем и развитию социальных навыки в реальном и виртуальном пространстве.

- Вмешательство онлайн-преподавателей в форум Noncadiamointrappola, где каждый педагог работал в течение двух недель согласно графику. В его задачи входило каждый день контролировать форум, публиковать новые темы, отвечать на вопросы пользователей, модерировать обсуждения.
- Контактная работа преподавателей. В частности,
  - 1) проведение ознакомительной встречи по вопросам издевательств и киберзапугивание со школьным классом;
  - 2) встреча с местной администрацией, полицией и т. д., с просьбой об оказании конкретной помощи, делающей жизнь в их городе более безопасной;
  - 3) подготовка телевизионной передачи о запугивании и киберзапугивании для всеобщего просмотра.
- Подведение итогов: повторная диагностика.

### **Исследование 2: Noncadiamointrappola- фаза два**

Вторая фаза Noncadiamointrappola опиралась на первоначальные результаты и имела целью улучшить некоторые аспекты модели, которые были признаны недостаточно развитыми в первом испытании.

Были добавлены четыре компонента:

- повышенное внимание к роли жертвы и оказание поддержки жертве;
- увеличение выборки испытуемых, участников проекта;
- более широкое вовлечение учителей-предметников в целях улучшения действий по борьбе с издевательствами в повседневной жизни. Преподаватели, участвующие в проекте, выбирались учителями, работающими с классом. Им давалось право участвовать в жизни класса. В проекте участвовали школьники всего класса, ими выпускался видеоролик о киберзапугивании, руководство по более безопасному использованию электронной почты и социальных сетей, а также плакат против киберзапугивания;
- создание группы в Facebook для интеграции в интернет-форуме: онлайн-коллеги размещали фотографии, ссылки и видеоклипы в качестве администраторов группы Facebook.

Результаты такой комплексной работы позволили получить положительные результаты: снизился процент учащихся, пострадавших в классе от кибербуллинга. Хотя эти модели подчеркивают важность активного вовлечения школьников, необходимо также содействовать вовлечению и

контролю со стороны взрослых, чтобы создать пространство для общения и найти время для работы со школьниками.

Вызывает интерес опыт группы ученых, разработавших и внедривших в практику программу *KiVa*, направленную на профилактику кибербуллинга в подростковой среде. Полученные результаты показывают, что *KiVa* позволяет уменьшить травлю детей в интернет (Williford, Elledge, Boulton, DePaolis, Little, Salmivalli, 2014).

*Цель программы KiVa:* формирование эмпатии, самооффективности и правовой грамотности свидетелей, которые не являются ни хулиганами, ни жертвами.

Программа состоит из двух основных компонентов: универсальные действия и указанные действия. Универсальные действия включают в себя уроки в классе, которые

- а) повышают осознание роли, которую группа играет в поддержке издевательств,
- б) увеличить сочувствие к жертвам, и
- в) продвигать молодежные стратегии поддержки жертвы и, следовательно, развивать их самооффективность.

В программу также включены и уроки, предполагающие несколько видов деятельности, направленных на профилактику киберзапугивания. Например, действия описывающие запугивание через ИКТ, обсуждение вопросов уважительного и корректного поведения в кибер-коммуникации, и овладение конкретными способами реагирования на киберзапугивание у обучающихся.

Между уроками, школьники играли в компьютерную игру, которая позволяет закрепить изучаемый материал и сформировать навыки общения в виртуальной среде. Школьникам предоставлялись различные ситуации, конкретные случаи издевательств, в том числе кибер, осуществляемые взрослыми и сверстниками. В ходе компьютерной игры, обучаемые учились применять полученные знания на практике, противостоять кибербуллингу.

В процессе игры члены команды *KiVa* (два-три сотрудника школы) проводили индивидуальные и групповые дискуссии с хулиганами и жерт-

вами, тогда как учитель в классе определял несколько жертв одноклассников и заставлял их думать о том, как они могут поддержать своего одноклассника в будущем.

В своем исследовании ученые представили описание двух учебных программ KiVa: вторая ступень начальной школы (4-6 классы) и средняя школа (7-9 классы). Начальная учебная программа (20 часов) проводилась в классе в течение учебного года (два занятия в месяц, 1 занятие по 2 часа). Учителям предоставлялись учебный материал, презентации для каждого урока, с помощью которых осуществлялась работа на занятиях.

Учебная программа средней школы отличалась по количеству уроков. Вместо месячных уроков, занятия в классе средней школы проводятся по четырем последовательным темам четыре раза в год. Эти темы похожи по объему на элементарную учебную программу тем, что они нацелены на повышение уровня знаний школьников о характере издевательств в Интернете, развитие эмпатии у школьников, знакомство со стратегиями поведения для предотвращения кибербуллинга.

Кроме того, KiVa включала в себя руководство для родителей, которое содержало информацию о запугивании, включая киберзапугивание, и советы о том, что могут сделать родители, чтобы предотвратить и уменьшить кибервиктимизацию. Руководство для родителей, однако, не содержало конкретных правил по решению проблемы киберзапугивания, но состояло из общих советов для родителей по работе со школой и с их ребенком по профилактике кибербуллинга.

Там образом, программа KiVa включала в себя программу занятий с подростками в классе, модули для подготовки учителей, руководство для родителей, а также разнообразные формы работы со школьниками, такие как кибер-формы, направленные на профилактику буллинга в подростковой среде.

В этом смысле KiVa выходит за рамки других школьных программ по борьбе с издевательствами, разработанных специально для борьбы с традиционными формами издевательств, в том числе и киберзапугиванием. Результаты внедрения данной программы KiVa показали позитивное влияние программы на различные формы виктимизации, включая кибервикти-

мизацию. Результаты свидетельствуют о положительном эффекте вмешательства на все формы виктимизации. Другими словами, уменьшилось количество школьников, ставших жертвами различных форм издевательств (словесные, исключения, физические, манипуляции, материалы, угрозы, расовые, сексуальные и кибер).

Программа предотвращения *кибербуллинга «Media Heroes»* разработана учеными R. Wölfer, A. Schultze-Krumbholtz, P. Zagorscak, A. Jäkel, K. Göbel, H. Scheithauer (2014). Media Heroes - это универсальная, управляемая и предотвращающая киберзапугивание в школе программа, предназначенная для учащихся средних школ, осуществляемая под непосредственным руководством учителей, работающих с данными учащимися. Программа Media Heroes является программой внеурочной деятельности. Включение школьных учителей в реализацию данной программы обязательно, поскольку с их помощью можно добиться хороших результатов.

Программа строится на нескольких психологических концепциях развития (в том числе на теории запланированного поведения (Ajzen, 1991), а также эмпирических результатах исследований в этой области.

Авторы программы стремятся помочь молодым людям противодействовать кибербуллингу за счет вооружения их знаниями и компетенциями, включающими психологические знания, знание терминов, законных прав, варианты безопасного поведения в Интернете, а также обучение социальным навыкам, таким как навыки восприятия перспективы. Кроме того, программа фокусируется на отношении к целевому поведению. Это включает повышение осведомленности студентов о последствиях и правовых рисках киберзапугивания.

Кроме того, Media Heroes стремится повысить социальную ответственность школьников, общий психологический климат в коллективе. Наконец, программа направлена на повышение поведенческого контроля школьников, что включает в себя знакомство с онлайн стратегиями защиты и помощи себе и других в случае столкновения с киберзапугиванием.

Содержание этой теоретической модели было переведено в две версии программы: длинную версию, которая реализуется в течение 10 недель с

90-минутным сеансом в неделю и короткая версия - 1 день с четырьмя 90-минутными сеансами.

Причина такой дифференциации двойка: во-первых, дополнительная короткая версия программы предоставляет учителям и школам экономическую альтернативу, в случае если они не могут реализовать полную программу в рамках своей обычной школьной программы. Вторая причина относится к возможности сравнения обеих версий в рамках оценки программы, которая повышает степень информированности об ее эффективности.

В таблице 16 показано, что программа включает в себя последовательные модули, которые опираются друг на друга, дифференцируются в соответствии с их содержанием и используют установленные элементы профилактики. В сокращенном виде большинство модулей применяются аналогичным образом, так что в общем случае обе версии содержат одинаковое содержание.

Таблица 16.

### Основные модули программы «Media Heroes»

Модули: Профилактический элемент	Описание	Пояснение
1. Плюсы и минусы новых медиа: психообразование	Подростки знакомятся с программой	Первый модуль обеспечивает необходимую основу для программы, обучая конкретным приемам, формам, методам и повышает осведомленность школьников о новых медиа
2. Определение и последствия: психообразование	Киберзапугивание и отношение школьников к этому явлению	Поскольку киберзапугивание - это функция отношения и норм к этому поведению (Ajzen, 1991; Barlett & Gentile, 2012), этот модуль направлен на повышение осведомленность о киберзапугивании, а также его последствиях.
3. Чувства и пер-	Школьники изучают последствия кибер-	Крайне важно принять различные точки зрения, в том числе связанные с чувства,



спективы: обучение эмпатии	запугивания	которые испытывают жертвы травли для того, чтобы обучить школьников социальным навыкам и эмпатии (Ang, Goh, 2010).
4. Роли участников: ролевые игры	Приобретение опыта школьниками в последствиях киберзапугивания	Этот когнитивно-поведенческий метод учит различать различные роли при кибербуллинге (см. Salmivalli, 1999), повторяет обучение навыкам восприятия перспективы и обеспечивает знание о способах противостоять киберзапугиванию
5. Интернет-безопасность: одноранговое обучение	Школьники, имеющие опыт участия в кибербуллинге, делятся со сверстниками навыками онлайн-защиты	Школьники рассказывают о содержании программы, ее целях, поднимают вопросы, которые интересны целевой группе (Харден, Оукли и Оливер, 2001). Такой формат улучшает, как передачу знаний, так и осознание значения. Более того, в этом модуле преподаватели самостоятельны (Бандура, 1997), а школьники находятся в зоне ближайшего развития (Выготский, 1978).
6. Правовой диапазон действий: моральная дилемма	Занятия проходят в форме урок-суд, где изучаются последствия киберзапугивания с точки зрения закона.	Этот модуль направлен на информирование об ответственности перед законом и последствиях киберзапугивания, формирование моральных навыков обучающихся (Perren & GutzwillerHelfenfinger, 2012).
7. Родительский вечер: педагогическое обучение	Подготовленные обучающиеся информируют своих родителей о новых медиа и проблеме кибербуллинга.	С одной стороны, этот модуль служит для информирования родителей. С другой стороны, он побуждает школьников собирать информацию о новых медиа и киберзапугивании и размышлять об этих фактах самостоятельно. Данный модуль развивает самостоятельность, самоорганизацию и расширяет права и возможности школьников.

8. Отражение: психообразование	Школьники повторяют содержание программы.	Последний модуль дает возможность закрепить и отразить знания и компетенции, приобретенные в ходе программы
-----------------------------------	-------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Проект «Media Heroes» также предполагает подготовку учителей (8 часов в день, 2 дня), в которой учителя, которые будут в дальнейшем сопровождать школьников, знакомятся с программой, особенностями ее реализации.

Ученые отметили, что в классах, прошедших обучение по данной программе, произошло снижение показателей киберзапугивания. Было установлено, что совокупные навыки восприятия последствий кибербуллинга связаны с общим снижением поведения киберзапугивания.

Программа *социальной компетентности ViSC* была разработана, реализована и изучена в рамках австрийской национальной стратегии по предупреждению насилия в школах (Spiel, Strohmeier, 2011, 2012). Данная программа является основной профилактической программой против издевательств, в том числе против киберзапугивания (Gradinger, Yanagida, Strohmeier, Spiel, 2012). Программа эффективна в предотвращении киберзапугивания и кибер-виктимизации после 1 года реализации, указывающая на то, что традиционные издевательства и киберзапугивание имеют сходные механизмы.

Цель программы: коррекция агрессивного поведения и издевательств; содействие формированию социальной и межкультурной компетенции в школах. Программа ViSC предназначена для учащихся средней школы (5–8 классы). Она состоит из начального (1 год) этапа реализации, за которым следует каскадная модель обучения и подготовки инструкторов, в рамках которой ученые обучают инструкторов, инструкторы готовят учителей, а учителя школьников.

В ходе реализации программы учителя обучаются:

- а) тому, как распознавать случаи издевательств;
- б) как бороться с острыми случаями издевательств;

в) как принять превентивные меры в школе и на уровне класса (проект класса).

Целью проекта является дать возможность студентам взять на себя ответственность за то, что происходит в их классе. В рамках ориентированного на ученика обучения учителя и учащиеся активно работают вместе, чтобы найти способы предотвращения агрессивного поведения в своем классе.

В конце они проектируют маленький проект и таким образом работают вместе для достижения позитивной общей цели (подробнее см. Atria, Spiel, 2007; Strohmeier, Hoffmann et al., 2012) и отработки своих социальных навыков.

Программа включает в себя тренинги для учителей и родительские собрания, реализуется в течение 1 года и включает в себя несколько компонентов для учителей и учащихся. Соответственно, ожидается, что программа также предотвращает киберзапугивание и кибер-виктимизацию. Опытным путем доказано, что программа ViSC эффективно и устойчиво предотвращает киберзапугивание и способствует профилактике кибер-виктимизации.

Поднимая в своей статье вопросы киберзапугивания, Ashley N. Doane, Michelle L. Kelley, Matthew R. Pearson (2016) предлагают свой способ решения данной проблемы. Ими была разработана и реализована *программа профилактики киберзапугивания для студентов колледжа* на основе конструкций, изложенных в теории разумного действия (TRA; Айзен, 1985).

*Цели исследования:* разработать видеопрограмму на основе теории разумного действия (TRA) для повышения знаний о киберзапугивании; развитие эмпатии по отношению к жертвам киберзапугивания; уменьшение терпимого отношения к киберзапугиванию; описание тактики поведения в случае кибербуллинга и снижение намерений киберзапугивания.

Программа включает в себя несколько профилактических видео, состоящих из следующих блоков.

1) четыре кратких видео, в которых была обобщена информация о подростках, которые подвергались кибербуллингу, и в конце концов совершили самоубийство (это видео используется для того, чтобы повысить эм-

патию у зрителей по отношению к жертвам буллинга, изменить их отношение к киберзапугиванию;

2) для привлечения внимания применяются информационные слайды с озвучкой, включающие важную информацию о киберзапугивании (например, определение киберзапугивания, различные типы киберзапугивания, тактики, используемые для киберзапугивания, последствия, связанные с запугиванием, и распространенность киберзапугивания; с целью информирования зрителей о кибербуллинге);

3) шесть коротких, запоминающихся, реалистичных сюжетов, которые состоят из повествования и описания общих событий киберзапугивания (например, получение типичных текстовых сообщений; цель: формирование эмпатии по отношению к жертве буллинга, формирование тактики поведения при киберзапугивании). Шесть сюжетов основаны на реальных событиях киберзапугивания.

Для повышения эмпатии к жертве и уменьшения терпимого отношения к киберзапугиванию четыре сюжета включали в себя общие способы работы с электронной почтой, используемые для киберзапугивания (например, обмен мгновенными сообщениями). Эти сценарии иллюстрируют, как происходит киберзапугивание. Например, один фрагмент видео показывает актрису, сидящую за своим ноутбуком в своей комнате, на экране ноутбука у нее открыты несколько диалоговых окон. Она пытается открыть полученное от других людей сообщение с вредоносным контентом. Она также описывает свои ощущения, как она расстраивается, когда получает эти сообщения.

Чтобы уменьшить терпимое отношение к кибербуллингу, в одном из видео пять участников обсудили, что киберзапугивание неприемлемо и не «круто». Обоснование для включения молодых актеров, обсуждающих неуместность киберзапугивания, заключается в том, что:

1) школьники могут думать, так же как и их сверстники, что киберзапугивание неприемлемо,

2) они могут чувствовать, что их сверстники не совершают киберзапугивание в жизни. Другими словами, видео может скорректировать отношение школьников к киберзапугиванию. Например, один сценарий показы-

вает группу студентов, обсуждающих опыт своих друзей, считающих кибербуллинг «глупым» и «незрелым».

В целом ученые обнаружили, что разработанная профилактическая программа, основанная на использовании видео, эффективна и способствует снижению конкретных видов киберзапугивания.

Вызывает интерес профилактическая программа Prev@cib, разработанная и реализованная на практике группой ученых (Ortega-Barón, Buelga, Ayllón, Martínez-Ferrer, María-Jesús, 2019), ориентированная на подростков в возрасте от 12-17 лет. Программа Prev@cib опирается на три теоретические теории: экологическая модель (Bronfenbrenner, 1981), теория расширения прав и возможностей (Zimmerman, 2000) и модель личной и социальной ответственности (Hellison, 1995).

Первая модель позволяет учитывать отдельные микросоциальные и контекстуальные факторы риска и защиты, связанные с традиционными издевательствами и киберзапугиванием. Хотя программа Prev@cib ориентирована на школьников, ученые считают, что необходимо обучить учителей тому, как реализовать программу. Для того, чтобы предложить подросткам инструменты и ресурсы, которые можно использовать при решении проблемы кибервиктимизации, эта программа опирается на теорию расширения прав и возможностей. Согласно этой теории, индивидуальные, групповые и общественные ресурсы позволяют подросткам контролировать свою жизнь, как в виртуальном, так и в реальном (школьном) пространстве. Программа Prev@cib предлагает различные ресурсы и стратегии преодоления проблемы издевательства и киберзапугивание.

Эта программа также основана на модели личной и социальной ответственности Hellison (1995), в которой утверждается, что ответственному поведению можно научить и применять в разных сферах жизни. Эта теория используется для обеспечения более широкого участия подростков в профилактике и коррекции. Основываясь на этой теории, в Модуле 3 программы Prev@cib школьники вовлекаются в решение и противодействие запугиванию сверстников и киберзапугиванию.

Программа Prev@cib состоит из 10 одночасовых занятий, поделенных на три модуля: информация, осведомленность и участие (таблица 17).

### Содержание модулей программы Prev@cib

Модули	Занятия
Модуль 1. Информация	Занятие 1. Моя жизнь-это дисплей Занятие 2. Буллинг и кибербуллинг Занятие 3. Секстинг и груминг Занятие 4. Киберзащита
Модуль 2. Осведомленность	Занятие 5. Последствия и мы все ответственны Занятие 6. Что, если бы вы стали жертвой?
Модуль 3. Участие	Занятие 7. Что делать, когда сталкиваешься с издевательствами? Занятие 8. (Кибер) помощники Занятие 9. Я люблю себя, ты мне нравишься Занятие 10. Нет больше издевательствам

Модуль 1. Содержит информацию о секстинге и груминге. Модуль состоит из четырех занятий, предназначенных для подростков. Они получают информацию о характеристиках, типах и факторах риска, связанных с этими проблемами.

Таким образом, подростки узнают об особенностях, рисках и опасностях в виртуальном мире. Их также обучают стратегиям самозащиты в Интернете и способам противодействия киберзапугиванию.

Модуль 2. Осведомленность и информирование о киберзапугивании. Этот модуль состоит из двух занятий, направленных на знакомство с вредом и негативными последствиями, формирование неприятия насилия по отношению к сверстникам, как в школе, так и с помощью технологий. Для подростков важно понять вредоносные последствия школьного кибернасилия, чтобы способствовать изменениям на когнитивном, поведенческом и

отношенческом уровнях, заниматься профилактикой и коррекцией насилия со стороны сверстников в школе и онлайн.

Модуль 3. Вовлечение и участие в профилактике и коррекции киберзапугивания. Этот модуль состоит из четырех занятий, мотивирующих учащихся участвовать в профилактических и коррекционных мероприятиях. В связи с этим, акцент делается на роли каждого учащегося в остановке и предотвращении появления и продолжения издевательств. Таким образом, в классе создается атмосфера уважения, среди подростков в школе или виртуальной среде не допускается никаких актов насилия.

Полученные данные подчеркивают эффективность программы вмешательства Prev@cib, как по отношению к издевательствам, так и к киберзапугиванию. В частности, в экспериментальной группе наблюдалось снижение фактов участия в издевательствах и киберзапугивании по сравнению с контрольной группой. Это уменьшение фактов запугивания и киберзапугивания в экспериментальной группе можно объяснить разнообразием и эффективностью содержания программы.

Кроме того, программа Prev @ cib значительно снизила уровень виктимизации в школах. Этих положительные результаты важны для жертв школьных издевательств, которые обычно испытывают чувство тревоги, депрессии, психосоматизации, суицидальные мысли и проблемы в школе как результат продолжающегося насилия. Эти негативные последствия издевательств усиливаются еще больше, когда над жертвой издеваются не только в школе, но и с помощью новых технологий.

Анализируя исследование Н.И. Хохловой (2009), можно сделать вывод, что борьба за безопасный Интернет охватила многие страны, и каждый разрабатывает свои методы борьбы с нежелательным контентом. Автор разрабатывает отдельные уроки по правилам поведения в сети Интернет, которые применяет на уроках информатики и во внеурочной деятельности.

В работе Р.Д. Абрарова и Д.А. Курязова (2016) предлагаются современные способы защиты от несанкционированного доступа к сетевым ресурсам. Авторы отмечают, что возникает необходимость в создании дополнительных аппаратных и программных средств защиты сетевых ресур-

сов от несанкционированного доступа или подключения. К аппаратным средствам защиты относятся различные брандмауэры, сетевые экраны, фильтры, антивирусные программы, устройства шифрования протокола и т. д. К программным средствам защиты можно отнести: отслеживание сетевых подключений (мониторинг сети); средства архивации данных; антивирусные программы; криптографические средства; средства идентификации и аутентификации пользователей; средства управления доступом; протоколирование и аудит. При создании крупномасштабных (локальных, корпоративных и т. д.) компьютерных сетей возникает проблема обеспечения взаимодействия большого числа компьютеров, серверов, подсетей и сетей.

Многие ученые также предлагают рассмотреть решение проблемы безопасного использования Интернет со стороны школы, педагогов, родителей и учащихся. О просвещении подрастающего поколения, знакомство с элементарными правилами поведения и отбора информации в сети Интернет ведется речь в работе исследователя И.А Желтова (2013).

Проблему обучения школьников безопасному использованию средств ИКТ рассматривают авторы статьи М.С. Анурьева, Н.Л. Королева, К.И. Остапчук (2018). Ими предлагаются рекомендации по проведению многоплановой работы с обучающимися по привитию навыков безопасного поведения в виртуальной среде; обосновывается важность проведения дополнительных занятий со школьниками с целью развития компетентности безопасного применения ИКТ. Учеными утверждается, что необходимо разработать комплекс мероприятий с учащимися и их родителями по обеспечению безопасной работы в сети Интернет в урочной и внеурочной деятельности. Важно также проводить групповые и индивидуальные беседы с родителями и учащимися по правилам безопасного использования интернет-ресурсов.

Н.И. Баскакова (2011) разработала рекомендации для руководящих и педагогических работников, родителей обучающихся и детей разного возраста. Автор утверждает, что перед государством, школой, родителями стоит одна из важных и первостепенных проблем – это защита несовершеннолетних от противоправных действий с использованием сети Интернет.



нет. Государство должно заботиться о поддержании эффективного комплекса мер по профилактике, предотвращению и преодолению последствий вредоносных действий в отношении несовершеннолетних, совершаемых с применением Интернета. Образовательное учреждение играет ключевую роль в обеспечении мер по интернет-безопасности.

По мнению Н.И. Баскаковой, в образовательном учреждении должен быть сформирован пакет нормативно-правовой документации, регламентирующий работу в сети Интернет участников образовательного процесса, положения об организации профилактической работы по медиабезопасности, о формах профилактической работы с детьми и родителями по интернет-безопасности. В организационном плане должен выполняться ряд мер технико-технологической направленности – это установка антивирусных программ, программ-фильтров, лицензионного программного обеспечения. К внутришкольным мероприятиям также относится реализация правил интернет-безопасности с привлечением всех работников образовательного учреждения.

Автор предлагает разнообразную тематику школьных мероприятий: «Достоверность информации в сети», «Этика сетевого общения», «Интернет-зависимость», «Компьютерные вирусы», «Азартные игры в сети», «Кибермошенничество», «Как защитить личную информацию в Сети?», «Как защититься от нежелательного общения?».

Педагогу важно повышать свою компетентность в этом вопросе. Учитель должен знать виды Интернет угроз, уметь распознавать и предотвращать, уметь вместе с детьми анализировать полезную информацию в Сети Интернет, научить детей правильно реагировать на агрессию в Сети, рассказать, куда необходимо обратиться в подобных случаях. Особое внимание необходимо уделять раскрытию психологических, интеллектуальных и коммуникативных особенностей каждого ребенка, которые готовят человека к безопасной жизнедеятельности в информационном обществе. Необходимо проводить индивидуальные беседы с ребенком, если он попал в трудную ситуацию в Сети, необходимо понять проблему и найти пути ее решения. Это может быть психологическая атака на ребенка, угрозы в Сети, домогательства, что может привести к психологической травме у ре-

бенка. Этого нельзя допускать, поэтому необходимо проводить профилактические меры по правилам поведения в Сети, как в школе, так и дома.

О.О. Андронникова (2005) считает, что индивидуальная виктимологическая профилактика подростков должна базироваться на понимании психофизиологических предпосылок и дефектов индивидуально-психологического характера (включая нарушения эмоционально-волевой и мотивационной сфер), социально-психологических особенностей личности виктимного подростка и ориентироваться на тип определенного виктимного поведения.

С точки зрения В. Ю.Никитиной, М. П.Семковой (2013), для девушек и юношей могут потребоваться разные профилактические меры, способствующие предупреждению виктимного поведения. Однако необходимо отметить общие задачи профилактики, заключающиеся в выявлении и закреплении положительных качеств личности, формировании умения самостоятельно делать выбор, осознанности, ответственности.

Н. А.Левина, М. Г. Дубовицкая (2012, 2013), разработали программу для профилактики виктимизации подростков. Целью программы является психологическая профилактика виктимного поведения подростков в условиях, содействующих развитию личностного потенциала.

Задачи программы профилактики:

- 1) диагностировать у подростков склонность к разным типам виктимного поведения, определение более выраженного типа виктимного поведения (при этом необходимо учитывать показатели подростков по шкале «Реализованная виктимность»);
- 2) предоставить подросткам, родителям, учителям знания о виктимологии, особенностях виктимного поведения и причинах его возникновения, раскрыть сущность ролевой, личностной виктимности, рентной установки, сущность безопасного поведения, а также проанализировать связь виктимного поведения с личностным потенциалом;
- 3) на основе эмпирических данных разработать программы для профилактики и предупреждения виктимизации подростков, склонных к различным типам виктимного поведения в условиях, содействующих развитию личностного потенциала.

Программа первичной профилактики состоит из трех блоков: диагностического, просветительского, практического.

*Первый* предполагает диагностику виктимности подростков по «Методике исследования склонности к виктимному поведению» О. О. Андронниковой. Целью *второго блока* является просветительская работа с подростками, родителями, учителями по проблеме виктимного поведения. Целью *третьего блока* является снижение факторов риска попадания подростков в неблагоприятные жизненные ситуации в условиях, способствующих развитию личностного потенциала.

Автор считает, что практическую работу с подростками необходимо осуществлять на основе выявления у каждого из них склонности к определенному типу виктимного поведения. В зависимости от этого будут различаться цели профилактических мероприятий с подростками. Программа психологической профилактики подходит, как для индивидуальных занятий, так и групповых.

*Целью программы для подростков, склонных к агрессивному типу* виктимного поведения, является предупреждение провоцирующего поведения, проявляющегося в форме агрессии или нападения, повышение мотивации, волевого контроля, саморегуляции и обучение способам преодоления внутреннего напряжения за счет стойкого совладания со стрессом.

*Целью программы для подростков, склонных к активному типу* виктимного поведения, является предупреждение жертвенного поведения, связанного с активным поведением подростка, провоцирующим ситуацию виктимности своей просьбой или обращением, а также повышение волевого контроля и формирование ценностных ориентаций.

*Целью программы для подростков, склонных к инициативному типу* виктимного поведения, является формирование адекватной оценки восприятия ситуаций конфликта, уменьшение сверх-активности, возбудимости, а также развитие навыков общения у подростков.

*Целью программы для подростков, склонных к пассивному типу* виктимного поведения, является формирование уверенного поведения, авторской позиции жизни, самостоятельности, ценностных ориентаций, в первую очередь, семейных ценностей.

*Целью программы для подростков, склонных к не критичному типу виктимного поведения, является формирование у них умения правильно оценивать жизненные ситуации, повышение уровня эмоциональной устойчивости, волевого контроля, мотивации и нравственных устоев.*

А.Р. Дроздиковой – Зариповой, Р.А. Валеевой и А.Р. Шакуровой (2012) была разработана комплексная превентивная программа «Мы за конструктивное пользование Интернетом!».

Цель программы: обеспечение информационной безопасности несовершеннолетних обучающихся и воспитанников путем привития им навыков ответственного и безопасного поведения в современной информационно-телекоммуникационной среде.

Задачи:

- 1) информирование учащихся о видах информации в Интернете, способной причинить вред здоровью, запрещенной или ограниченной для распространения на территории РФ, а также за правовые меры ответственности;
- 2) информирование учащихся о способах незаконного распространения запрещенной информации в информационно-телекоммуникационных сетях, в частности, в сетях Интернет и мобильной (сотовой) связи (в том числе путем рассылки SMS-сообщений незаконного содержания);
- 3) обучение детей и подростков правилам ответственного и безопасного пользования услугами Интернет и мобильной связи, в том числе способам защиты от противоправных и иных общественно-опасных посягательств в Глобальной сети Интернет, в частности от таких способов разрушительного воздействия на психику подростков, как кибербуллинг (жестокое обращение с детьми в виртуальной среде) и буллицид (доведение до самоубийства путем психологического насилия);
- 4) профилактика формирования у учащихся интернет-зависимости и игровой зависимости (лудомании, гэмблинга);
- 5) предупреждение совершения учащимися правонарушений с использованием информационно-телекоммуникационных технологий;

б) формирование субъектной позиции подростка в отношении собственной жизни и будущего, развитие эмоционального интеллекта, повышении нервно-психологической устойчивости к негативному влиянию Интернета.

Реализация программы длилась в течение одного года (1 раз в неделю 60-80 мин) с подростками и их родителями в виде обучающих и тренинговых занятий. На информационных занятиях изучались негативные влияния и воздействия на личность в Глобальной сети Интернет (информационные перегрузки, пропаганда насилия и агрессии, дезинформация, манипуляция сознанием и поведением, вовлечение в «группы смерти», популяризация нецензурных, подмена реального «живого общения» виртуальным и др.). С подростками на реальных примерах из Сети выявлялись и изучались различные методы манипулятивного воздействия («наклеивание ярлыков», повторение информации, рекламные ролики для похудения за 1 неделю и др.).

Рассмотрены формы кибербуллинга, такие как флейминг, постоянные изнурительные атаки, клевета, самозванство, выманивание конфиденциальной информации, киберпреследование. Изучены профилактические меры, способные остановить повсеместное распространение киберпреследования, а также меры по борьбе с кибербуллингом. Также анализировались симптомы киберинформационной зависимости, к которым можно отнести: навязчивое желание побывать в сети, еда перед монитором, потеря ощущения времени on-line; более частое общение on-line, чем при личной встрече; жалобы родителей на чрезмерное долгое сидение в Интернете; игнорирование семейных и учебных обязанностей, общественной жизни, научной деятельности или состояния своего здоровья в связи с углубленностью в Интернет; вход в Интернет с целью ухода от проблем или заглушения чувства беспомощности, вины, тревоги или подавленности; появление усталости, раздражительности, снижение настроения при прекращении пребывания в сети и непреодолимое желание вернуться за компьютер; отрицание наличия киберинформационной зависимости.

В работе с подростками применялись следующие методы: дискуссии, психокоррекционные упражнения, ролевые игры, проективные методики,

психологические задачи, пантомимы, рисуночные тесты. Предметом обсуждения на занятиях были мыслительные процессы, эмоции, настроения. Информация к некоторым занятиям представлена в монографии одного из авторов (Дроздикова-Зарипова, Мингазиева, 2019).

Однако в ходе реализации программы авторы отмечают, что им не удалось полностью решить ряд проблем, таких как:

1. Переориентировать всю группу респондентов на конструктивное пользование Интернетом, так как, несомненно, кибераддикция – это диагноз, и требует клинического лечения и добровольного обращения подростка к психотерапевту (клиническому психологу).
2. Кроме тренинговых занятий необходимо проводить сеансы психологического консультирования, направленные на обучение саморегуляции и умению справляться со стрессовыми ситуациями, воспитание волевых качеств, повышение самооценки.
3. Программа профилактики рискованного поведения подростков реализовалась в образовательном учреждении в течение одного года, в свободное от учебы время. Данного времени недостаточно. Вместе с тем необходима целенаправленная работа с родителями и педагогами общеобразовательного учреждения. Родителям необходимо формировать у ребенка новые жизненные увлечения (спорт и др.)

Общеизвестно, значимую роль играет просвещение населения, о наиболее частых преступлениях, связанных с посягательством на жизнь и достоинство граждан, причинах и факторах возникновения подобных ситуаций, эффективных и безопасных способах выхода из них, особенностях поведения преступников и т.д. А.Э. Жалинский считает, что риск стать жертвой преступления уменьшается, «если человек обладает:

- 1) знаниями: о роли виктимного поведения и его последствиях; о правилах безопасного поведения; о способах действий «обидчиков» или преступников, использующих особенности виктимного поведения подростками; о способах, повышающих личную и материальную безопасность и др.;
- 2) воспитанными привычками безопасного поведения в социуме: на улице, в общественных местах, в общении с незнакомцами;

- 3) развитыми культурными интересами, увлечениями, способами проведения здорового досуга;
- 4) наличием определенных личностных качеств: разумной осторожностью, наблюдательностью, самообладанием, находчивостью, быстротой реакций, умением быть стойким к успокаивающим уговорам малознакомых и незнакомых людей;
- 5) наличием специальных приемов самозащиты - самообороны: поведенческих, словесных, технических и двигательных» (Жалинский, 2014, с.124).

Теоретический анализ научной и методической литературы показал, что российские ученые и практики предлагают следующие *формы работы с учащимися по профилактике кибервиктимизации*: проведение игр, круглого стола, беседа, анкетирование, классный час, тематические уроки по безопасности в интернете, внеклассные мероприятия, тренинги, конкурсы, участие в различных проектах, выпуск стенгазет, урок–путешествие, урок-викторина, урок-игра, урок-презентация проектов, урок-пресс-конференция, урок- практикум, урок-встреча со специалистами, деловая игра, дискуссия, дебаты, день медиабезопасности, встреча со специалистами, мониторинг, диагностика проблем по Интернет-безопасности, интерактивные занятия в виде брифингов, интерактивные беседы, творческие мастерские, тренинги по сказкотерапии, арт-терапии, акции, которые позволяют подросткам реализоваться в социально активной деятельности («День международной толерантности», «Жизнь без насилия», «Неделя семьи», «Профилактика ПАВ» и пр.).

Рекомендуются также следующие *направления профилактической работы*: разъяснительная работа, направленная на убеждающий эффект; применение методов противодействия идеологии экстремизма; приемы и способы воздействия на отдельных учеников, на целевые аудитории; приемы, направленные на нейтрализацию замечаний; приемы, направленные на нейтрализацию технологий информационного воздействия; развитие социальной компетентности; вовлечение в досуговую деятельность; формирование толерантности, позитивного отношения к жизни.

Ученые считают, что профилактическая и коррекционная работа должна строиться с учетом следующих направлений:

1. Социально-психологическая подготовка к негативным внутренним и внешним факторам (работа с семьей и ближайшим окружением). Задачами являются проработка психологических и социальных ситуаций; разрешение проблем адаптации личности, а также гармонизация межличностных отношений.

2. Использование вербальных методов и формирование морально-нравственного мировоззрения (беседы, индивидуальная и групповая психотерапия, дискуссии). Психологическая поддержка позволяет смягчить стрессовые события жизни (стресс, вызванный на учебе, работе). Такая поддержка позволяет защитить индивидов от разрушительного поведения, а также придает чувство самоконтроля и самоуважения.

3. Привлечение лиц к общественно-значимой деятельности (волонтеры, члены общественных организаций, кружков и т.п.), так как считается, что направление энергии в значимое русло, благоприятно сказывается на поведении.

4. Проведение различных психологических тренингов для формирования адекватного поведения. Выработка иммунитета к неблагоприятным внутренним и внешним факторам (истерика, депрессия, неврозы и т.д.).

5. Психологическое исследование лиц, склонных к виктимному поведению (наблюдение, социометрия, тестирование, психологический мониторинг). Углубленное психологическое исследование помогает выявить личностные особенности человека, которые затрудняют его адаптацию и функционирование в различных системах отношений, а именно (межличностных, профессиональных, семейных и т.д.).

6. Главной мерой виктимологической профилактики является правовое воспитание, поскольку некоторые преступления связаны с правовой неосведомленностью. Необходимо ознакомление с правовыми документами, демонстрация кино-видеофильмов.

Ученые и практики предлагают организовывать совместную работу образовательных учреждений с родителями. *Профилактическая работа с родителями* может осуществляться с помощью таких форм, как родительские собрания («Психологические особенности периода адаптации», «Формы родительской поддержки и помощи подросткам», «Роль взрослых



в оказании помощи подростку в кризисной ситуации»), индивидуальные беседы, лекции, тестирование, анкетирование родителей по выявлению компетентности оказания помощи в кризисной ситуации подростка, разработка методических рекомендаций по профилактике кибервиктимизации обучающихся, индивидуальные и групповые консультации для родителей, размещение и ознакомление родителей с Памятками по обеспечению информационной безопасности на сайте.

## **2.2. Современные подходы и принципы психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет**

В данном параграфе мы остановимся на раскрытии подходов и принципов психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет.

Исходным содержанием понятия «подход» является определенная идея, концепция, точка зрения или позиция, совокупность принципов, обуславливающая исследование, организацию того или иного явления, процесса. В педагогике термин «подход» определяется как совокупность принципов, определяющих стратегию обучения или воспитания. При этом каждый принцип регулирует разрешение конкретных противоречий, возникающих в процессе обучения, а их взаимодействие – разрешение основных его противоречий (Сластенин, Исаев, Шиянов, 2007).

В нашем исследовании мы предлагаем следующие **методологические подходы**, с учетом которых должна строиться профилактика и коррекция виктимного поведения студенческой молодежи в глобальной сети Интернет. Использование данных методологических подходов позволяет, во-первых, определить научно-теоретические проблемы виктимизации студенческой молодежи в сети Интернет, установить их иерархию, разработать стратегию и основные способы их разрешения, во-вторых, обосновать, создать и реализовать технологические механизмы профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в интернет-пространстве.

Мы опираемся в своей работе на следующие подходы: **аксиологический, системно-личностный, подход развития критического мышления, деятельностный подход, здоровьесберегающий подход, интегративный подход.**

**Аксиологический подход** предполагает ориентацию профилактической и коррекционной работы с виктимными студентами на систему общечеловеческих ценностей, ценностному отношению к субъектам профилактической и коррекционной работы, понимание и утверждение ценности человеческой жизни, свободной созидательной деятельности и гуманного общения. Концептуальные основы профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в интернет-пространстве должны опираться на абсолютные и относительные общечеловеческие ценности, такие, как Жизнь, Человек, Здоровье, Любовь, Свобода, Разум, Нравственность, Самоконтроль, Активная жизненная позиция, поскольку ценности управляют всей жизнью человек, определяют смысл жизни. Падение этих ценностей неизбежно наносит непоправимый вред, прежде всего, самому человеку, а также окружающим его людям, приводит к многочисленным катастрофам, создаёт угрозу здоровью и жизни человека.

Согласно данному подходу важно вооружать студенческую молодежь знаниями, которые он добыли в процессе непосредственной деятельности (например, в процессе тренинговой работы), путем обобщения. Это могут быть знания о сущности, видах и факторах виктимного поведения, знания о природе насилия и жестокого обращения с людьми в сети Интернет; представления о здоровом образе жизни, эффективных способах преодоления виктимизации, в том числе и в интернет-пространстве; знания о возрастных особенностях молодежи; знания о ненасильственных способах взаимодействия; представления о безопасном мире; знания о способах противодействия интернет-рискам (контентные, коммуникационные, электронные и потребительские риски.).

**Системно-личностный подход** позволяет выявить и плодотворно использовать индивидуальные, личностные и субъектные ресурсы для достижения успеха в профилактике и коррекции виктимного поведения в интернет-пространстве.

*Системность* – одна из ключевых характеристик *личности*. В психологии выделяют три уровня организации человека (личностный конструкт) (рис.3):

Категория безопасности *индивида*, в том числе и в интернет-пространстве), представляет собой дуалистическую биосоциальную категорию. Человек как биологическое существо обеспечивает свою физическую безопасность, связанную с необходимостью соблюдения человеком определенных инстинктивных или выработанных опытом норм и правил поведения в производственной деятельности, в повседневной жизни, в быту. Социальная часть категории безопасности относится к человеку как социальному существу и отражает необходимость защиты его жизненно важных интересов.

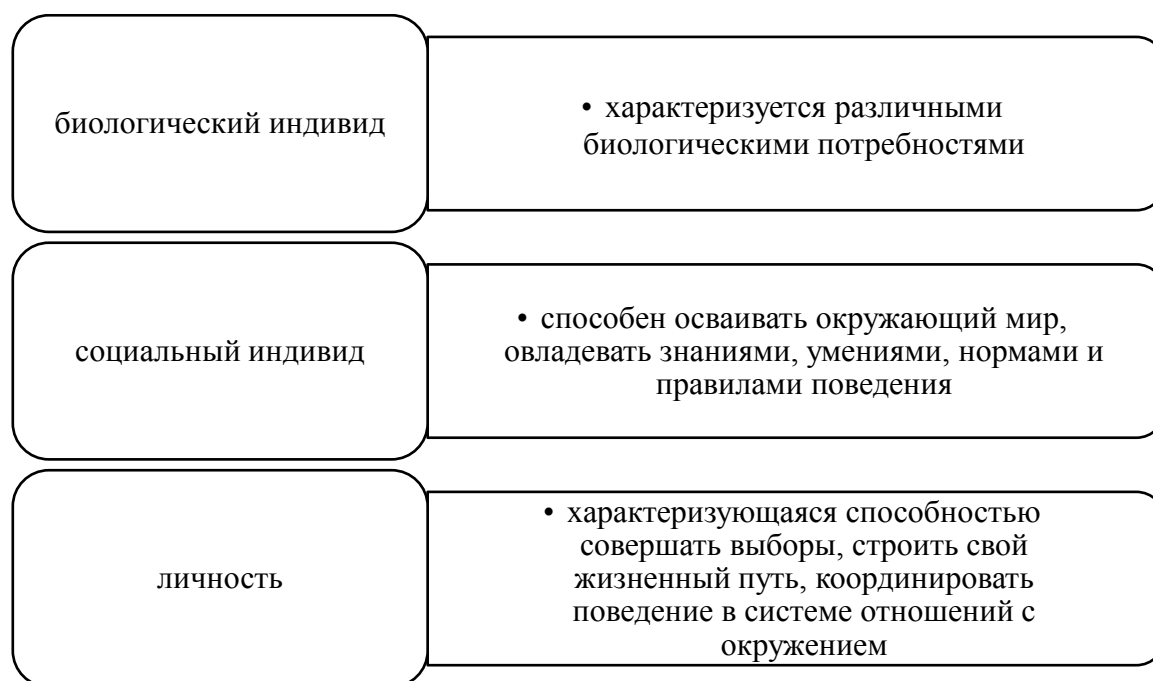


Рис. 3. Три уровня организации человека (личностный конструкт) (Д.Б. Богоявленская, В.В. Столин).

*Личность* как субъект социальной безопасности представляет собой социальное качество индивида; систему мотивационных отношений, опосредующих взаимодействие субъекта и объекта; индивидуальную форму существования и развития социальных связей и отношений (А.А. Деркач, Е.А. Селезнева, 2006, с. 148-150.). Системное исследование социальной без-

опасности личности предполагает дихотомический анализ, направленный на определение условий и факторов формирования опасного (девиантного, аддиктивного, деликвентного) поведения личности и личности безопасного типа. На уровне локальной среды обитания социальная безопасность предполагает устойчивое развитие некой части социума – профессиональной, семейно-бытовой и пр. за счет активности субъекта деятельности.

Таким образом, осуществление профилактической и коррекционной работы на основе системно-личностного подхода по воспитанию культуры безопасного поведения у студенческой молодежи в интернет-пространстве определяет целостное изучение его психологических конструкторов: как индивида юношеского возраста, с присущими ему социально-психологическими и психофизиологическими особенностями; как личности, представителя учащейся молодежи, носителя системы ценностей и идеалов (вписан в социальную систему), определяющих его безопасное поведение в нормальных условиях и в условиях экстремальной ситуации, которые возникают в интернет-пространстве; как субъекта образовательного процесса в вузе, будущего специалиста, который в перспективе должен осуществлять профессиональную деятельность по проектированию безопасной интернет среды, обеспечивать безопасность в интернет-пространстве, быть носителем системы социальных, духовно-нравственных норм, эталонов здорового и безопасного образа жизни.

Виктимность личности может исследоваться в трех основных подходах: дезадаптация и отклонения от норм и правил безопасного поведения; девиация на уровне психологии личности и социальной общности; дефицитарная деформация развития личности. В становлении человека жертвой в той или иной ситуации большое значение имеют его собственное поведение, приобретенный жизненный опыт, неблагоприятные условия семейного воспитания. Исследователями выявлены определенные личностные качества, которые повышают вероятность возникновения виктимного поведения и указывают на несформированность личностного потенциала: низкая или завышенная самооценка, подчиняемость, доверчивость, легкомыслие, невнимательность.

По мнению Д.А. Леонтьева (2002), личностный потенциал – это обобщенная, системная характеристика индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность деятельности и смысловых ориентаций при внешнем давлении и в изменяющихся условиях. Активизация личностного потенциала предполагает наиболее полное раскрытие способностей (общих и специальных) и интересов человека – творческих, спортивных, музыкальных, художественных и др., что обеспечивает активность личности, ее здоровье и устойчивость к негативным внешним воздействиям.

Реализация системно-личностного подхода в профилактике и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет способствует ее социализации, личностному и профессиональному развитию, приобретению лично и профессионально важных качеств, знаний и навыков, необходимых для обеспечения безопасности поведения в интернет-пространстве, формированию состояния социально-психологической защищенности в сети Интернет.

Системно-личностный подход также основывается на идее о том, что профилактика и коррекция виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети в Интернет должна производиться сразу на нескольких уровнях: государственных органов правопорядка, экономического, политического и культурного влияния.

Следующий подход, на который мы опираемся – **развитие критического мышления**. Подход развития критического мышления предполагает формирование у студенческой молодежи стремления к самостоятельному развитию критического мышления, сознательного человеколюбия, умения работать с различными источниками информации, которые находятся в интернете, уметь противостоять интернет-рискам, негативному информационному воздействию со стороны источников, травмирующих психику. Обоснование выбора данного подхода вызвано рядом причин. Д.И. Писарев отстаивал ценность критически мыслящей личности, он считал, что цельная личность должна сочетать в себе непосредственное чувство,

стремление к самостоятельному развитию, критическое мышление, сознательное человеколюбие.

Дж. А. Браус и Д. Вуд (1994) определяют критическое мышление как разумное рефлексивное мышление, сфокусированное на решении того, во что верить и что делать. Критики пытаются понять и осознать свое собственное «Я», быть объективными, логичными, пытаются понять другие точки зрения. Критическое мышление, по их мнению, – это поиск здравого смысла (как рассудить объективно и поступить логично с учетом, как своей точки зрения, так и других мнений) и умение отказаться от собственных предубеждений. Критические мыслители способны выдвинуть новые идеи и увидеть новые возможности, что весьма существенно при решении проблем.

Интернет является главным источником в получении и передачи информации, а также занимает важное место в удовлетворении социальных потребностей молодых людей. Общение, поиск информации, скачивание файлов с различных ресурсов может привести к опасности не только системе используемого устройства, но и оказать негативное влияние на психику пользователя. Если молодой человек «не сортирует» информацию, которую находит в интернете, то негативное информационное воздействие травмирует психику, формируя искаженную картину мира и неправильные жизненные установки (Васильева, 2004).

По мнению О.С.Муравьевой (2018), большинство молодых людей заменили живое человеческое общение виртуальным, для которого характерна обеднённая лексика, ограниченный словарный запас, передача эмоциональных состояний в виде смайликов, что негативно отражается на процессах мышления, речи и личностном развитии в целом; исчезают границы между личным и публичным (в сеть выкладываются семейные фотографии и фотографии интимного характера, это уже стало нормой в современном киберпространстве); искажены представления молодёжи о саморазвитии (из 10 % респондентов, которые ищут в сети такого рода литературу, 8% интересуют источники о приёмах манипулирования людьми); неконтролируемый допуск молодых людей к информации сексуального характера, что может привести к проблемам в полоролевой идентификации.

Данные проблемы работы с информацией в социальных сетях обусловлены тем, что у современной молодёжи нет положительных нравственных ориентиров, низкий уровень осознанности и критического подхода к отбору информации в социальных сетях приводит современных молодых людей к нивелированию своего высшего природного назначения – потребности в саморазвитии и самосовершенствовании. Одним из путей оптимизации данной ситуации может являться грамотное духовное воспитание молодых людей, формирование здоровой самооценки, развитие критического мышления.

Студентам очень важно научиться критически относиться к сообщениям и иной информации, распространяемой в сетях Интернет, мобильной (сотовой) связи, посредством иных электронных средств массовой коммуникации; отличать достоверные сведения от недостоверных, вредную для них информацию от безопасной; избегать навязывания им информации, способной причинить вред их здоровью, нравственному и психическому развитию, чести, достоинству и репутации; распознавать признаки злоупотребления их неопытностью и доверчивостью, попытки вовлечения их в противоправную и иную антиобщественную деятельность; распознавать манипулятивные техники, используемые при подаче рекламной и иной информации; критически относиться к информационной продукции, распространяемой в информационно-телекоммуникационных сетях; анализировать степень достоверности информации и подлинность ее источников; применять эффективные меры самозащиты от нежелательных для них информации и контактов в сетях.

Основная идея **деятельностного подхода** связана с деятельностью, как средством становления и развития субъектности студента. То есть в процессе и результате использования форм, приемов и методов профилактической и коррекционной работы необходимо способствовать формированию личности студента, способной выбирать, оценивать, программировать и конструировать те виды деятельности, которые адекватны его природе, удовлетворяют его потребности в саморазвитии, самореализации. В качестве общей цели видится Человек, способный превращать собственную жизненную деятельность в предмет практического преобразования,

относиться к самому себе, оценивать себя, выбирать способы своей деятельности, контролировать ее ход и результаты.

Деятельностный подход характеризуется переводом молодого человека в позицию субъекта познания, труда и общения, при котором обеспечивается решение определенных жизненно и профессионально важных задач, включение студенческой молодежи в деятельность по воспитанию безопасного поведения в интернет-пространстве, формирование умений и навыков деятельности в экстремальных ситуациях с помощью активных форм обучения, овладение компетенциями по участию в продуктивной, социально ориентированной деятельности; по конструктивному взаимодействию с окружающими; по умению предвидеть последствия деятельности и поведения, как своего, так и других.

В связи с этим, должны проводиться разъяснительные беседы и психологические тренинги, направленные на обучение способам предупреждения противоправных действий и выработку стратегий поведения в ситуациях, возникающих в интернет-пространстве. К мерам профилактики виктимного поведения следует отнести и мероприятия, влияющие на изменение безнравственного или даже асоциального образа жизни некоторых молодежных групп. Следует больше внимания уделять развитию интересов и коммуникативных способностей молодежи с целью профилактики виктимного поведения и воспитания безопасного поведения в интернет-пространстве. Культура безопасности способствует не только духовному развитию личности, но и является способом объединения людей гуманным отношением друг к другу, а также сознательного, ответственного отношения к вопросам безопасности во всех сферах человеческой деятельности.

Следующий подход, на который мы опираемся в профилактической и коррекционной работе, - **здоровьесберегающий подход**. Здоровьесберегающий подход направлен на формирование ценностного отношения к собственному здоровью, как у студентов, так и преподавателей вуза; стремление к оцениванию степени влияния информационных технологий на здоровье человека, быть способным противостоять рискам аддикций, информационным перегрузкам, синдрому информационной усталости;



формировать здоровый образ жизни (заниматься физическими нагрузками, двигательной активностью и пр.), регламентировать рабочее и учебное время.

Не секрет, что на состояние здоровья сильно влияет всеобщая компьютеризация. Молодые люди, проводящие в интернет-пространстве большое количество времени, на определенном этапе своей жизни начинают испытывать проблемы со здоровьем. Именно поэтому так важно оценить степень влияния информационных технологий на здоровье человека. Последнее время часто приходится слышать о вредном воздействии компьютера как одного из средств современных информационных технологий на организм пользователя. Степень безопасности пользователя компьютерной техникой регулируется множеством различных международных стандартов, которые год от года становятся все строже и строже.

Воздействие компьютера на здоровье пользователя имеет негативные последствия: компьютерное излучение, компьютерный зрительный синдром (отечественные и зарубежные исследования показывают, что более 90% пользователей компьютеров жалуются на жжение или боли в области глаз, чувство песка под веками, затуманивание зрения и др. Комплекс этих и других характерных недомоганий с недавнего времени получил название «Компьютерный зрительный синдром».

Для современного студента медиасреда в интернет-пространстве, с одной стороны, значительно расширяет возможности для профессионального становления, с другой, провоцирует риски аддикций, информационных перегрузок, синдрома информационной усталости, снижения двигательной активности, манипулирования сознанием. «Общение» с компьютером требует жесткой регламентации рабочего времени и разработки санитарно-гигиенических мероприятий по уменьшению и профилактике такого рода воздействий.

В современной науке под **принципами** (лат. *principium*, греч. *αρχή*) понимают основные, исходные положения какой-либо теории, руководящие идеи, основные правила поведения, действия (Толковый словарь русского языка, 2000).

*Принципы целостного педагогического процесса* – «система исходных, основных требований к воспитанию и обучению, определяющая содержание, формы и методы педагогического процесса, обеспечивающие его успешность» (Коджаспирова, 2007, с.117). Считается, что принципы являются проявлением должного в педагогическом процессе. Они выступают основополагающими организационными требованиями к педагогической деятельности, определяют ее направление, творческий подход к его построению (Байдено, 2004).

Сформулируем принципы, на которые нужно опираться, чтобы организовать профилактическую и коррекционную работу виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет:

– **принцип гуманизации** способствует формированию у студенческой молодежи гуманистического сознания, навыков межличностного гуманистического общения, системы социально-нравственных норм и норм права, определяющих его общечеловеческие и профессиональные ценности и поведение;

– **принцип превентивности** предполагает знакомство студенческой молодежи с категорией безопасности, основными характеристиками личности безопасного типа, изучение асоциального или опасного поведения молодежи, а также девиаций, возникающих у студенческой молодежи в интернет-пространстве и связанных с этим угроз и рисков. Это в свою очередь выполняет профилактическую функцию по предупреждению виктимизации среди студенческой молодежи;

– **принцип социального закаливания** способствует развитию социального иммунитета, социально-психологической стрессоустойчивости и четкой рефлексивной позиции. Социальное закаливание как социально-педагогическая технология обеспечивает социализацию и социальное развитие студенческой молодежи, умение противодействовать интернет-рискам и виктимизации, развитие у них учебной самостоятельности, способности к самообразованию, креативному мышлению, практических навыков обеспечения безопасности в интернет-пространстве;

– **принцип центрации**, направленный на признание авторитета информационно-психологической безопасности личности в процессе информаци-

онной безопасности и обуславливающий создание комплекса правовых и нравственных норм, общественных институтов и организаций, обеспечивающих состояние защищенности психики личности от многообразных информационных воздействий. Данный принцип состоит в четком отборе информации по вопросам безопасности жизнедеятельности, правильном распределении акцентов и строгом соблюдении этических норм и границ в интернет-пространстве, воспитание безопасному поведению студенческой молодежи в сети интернет, формирование информационной культуры;

– **принцип здоровьесбережения** заключается в признании приоритета ценности субъекта образования, его физического, духовного и психического здоровья, безопасности как высшей ценности и состоит в формировании, сохранении и укреплении здоровья субъектов педагогического процесса, использовании здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания, создании благоприятного психологического микроклимата в учебном процессе вуза; разработка механизмов психологической защиты, обеспечивающих защищенность сознания от негативных воздействий, рисков в интернет-пространстве;

– **принцип интегративности** подразумевает создание комплекса всей совокупности условий и факторов, имеющих прямое или косвенное отношение к формированию личности в условиях образовательного процесса. В рамках данного принципа важно организовать совместную работу всех государственных и частных организаций, специалистов, имеющих прямое или косвенное отношение к этому процессу: педагогов, психологов, социальных педагогов, медиков, юристов, семья и пр.

Психологическое исследование лиц, склонных к виктимному поведению осуществляется психологами с помощью наблюдения, социометрии, тестирования, психологического мониторинга. Углубленное психологическое исследование, помогает выявить личностные особенности виктимной личности, которые затрудняют его адаптацию и функционирование в различных системах отношений, а именно (межличностных, профессиональных, семейных и т.д.).

Огромное значение для воспитания культуры безопасного поведения у студенческой молодежи в интернет имеет социальная среда, тот соци-

альный микроклимат, который либо побуждает человека к здоровому и безопасному образу жизни, либо формирует вредные установки и привычки. Успех педагогических усилий в обеспечении безопасности и формировании соответствующей культуры в значительной степени определяется тем, насколько эффективно налажено взаимодействие со средой (Сократов, 2006).

В этой связи естественной средой, созданной природой для воспитания подрастающего поколения, является семья. Члены семьи объединены совместным проживанием и ведением домашнего хозяйства, специфической эмоциональной связью, правами и обязанностями по отношению друг к другу. В ней осуществляется первичная социализация ребенка, формируются и воспитываются будущие граждане. Процесс становления культуры безопасности жизнедеятельности начинается с рождения, с первого опыта взаимодействия человека с окружающим миром. В этой связи семья становится той средой, которая создает условия для развития и познания, являясь источником формирования пространства безопасности.

### **2.3. Психолого-педагогические условия профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет**

Современное общество характеризуется своей сложностью и нестабильностью. Негативные процессы, происходящие в социуме, обуславливают неизбежный рост рисков виктимизации населения. Это важно, в частности, для студенческой молодежи, отличающейся наивысшей социальной активностью, а также интенсивно протекающим процессом развития интеллекта и личности в целом. В подобных условиях остро встает проблема профилактики виктимного поведения в юношеском возрасте. Потребность в разработке необходимых превентивных мероприятий для предупреждения виктимизации молодых людей выводит в фокус всеобщего внимания необходимость тщательного изучения особенностей виктимного поведения и его детерминант, в частности у лиц юношеского возраста. Студенческая молодежь имеет повышенную виктимность, вызванную

возрастом и соответствующей ему активностью и, кроме того, повседневная жизнь молодых людей протекает в среде с повышенной виктимогенностью, обусловленной особенностью стиля жизни студенчества. В связи с этим представляется важным изучение особенностей виктимного поведения студенческой молодежи, а профилактика и коррекция виктимного поведения в сети Интернет у студенческой молодежи приобретает особую социальную значимость.

В данном параграфе мы делаем попытку сформулировать психолого-педагогические условия профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети интернет. Для начала сформулируем сущность понятий «условия», «психолого-педагогические условия». С философской точки зрения понятие «условие» понимается как отношение предмета к окружающим его явлениями, невозможность существовать без данных явлений. Поэтому логично предполагать, что совокупность конкретных условий данного явления образует среду его протекания, возникновения, существования и развития.

По мнению В.М. Полонского, под понятием «условие» в педагогике понимается «совокупность переменных природных, социальных, внешних и внутренних воздействий, влияющих на физическое, нравственное, психическое развитие человека, его поведение, воспитание и обучение, формирование личности» (Полонский, 2004).

Можно согласиться с Н. Ипполитовой и Н.Стерховой, которые выделили основные смыслы данного понятия: «1) условие есть совокупность причин, обстоятельств, каких-либо объектов и т.д.; 2) обозначенная совокупность влияет на развитие, воспитание и обучение человека; 3) влияние условий может ускорять или замедлять процессы развития, воспитания и обучения, а также воздействовать на их динамику и конечные результаты» (Ипполитова, Стерхова, 2012, с.9)

В современных исследованиях под педагогическими условиями понимают «совокупность объективных возможностей содержания, форм, методов и материально-пространственной среды, направленных на решение поставленных в педагогике задач» (Найн, 1995). При этом к педагогическим условиям относятся только те, которые сознательно создаются в пе-

дагогическом процессе и реализация которых обеспечивает наиболее эффективное его протекание. Различают различные педагогические условия: организационно-педагогические, психолого-педагогические, дидактические.

В рамках нашего исследования мы в дальнейшем будем говорить о психолого-педагогических условиях. Под психолого-педагогическими условиями **профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет** мы понимаем определенные психолого-педагогические меры воздействия на развитие личности студенческой молодежи, позволяющие предупредить и снизить уровень виктимного поведения, способствовать формированию безопасного поведения студентов в интернет-пространстве.

Теоретический анализ монографических и диссертационных исследований, проведенный нами, а также наш многолетний опыт позволяют выделить и обосновать следующую совокупность **психолого-педагогических условий профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет:**

- 1) качественная и своевременная диагностика виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет;
- 2) создание в вузе безопасной образовательной среды;
- 3) разработка и реализация модели профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет.

Остановимся на подробном раскрытии выдвинутых нами психолого-педагогических условий. Одной из важных практических задач специалистов, работающих в вузе, является выявление студентов, проявляющих виктимные формы поведения в сети Интернет. Изучение предрасположенности молодежи к виктимному поведению дают возможность понять специфические особенности личности, которые обуславливают механизм виктимизации, а также помогают определить причины их возникновения и условия, которые их пробуждают. Полученная информация позволяет выработать адекватные и своевременные меры профилактики виктимных форм поведения.

Для решения данной задачи необходимо подобрать и разработать соответствующие психодиагностические методики. Поскольку в научной среде до сих пор нет единообразия в трактовке данного понятия, его структуре, нами был разработан собственный пакет диагностических методик. В структуре понятия «виктимное поведение студентов в Глобальной сети Интернет» мы выделили три компонента: когнитивный, отношенческий и поведенческий. Для каждого компонента мы подобрали свой диагностический материал, информации о котором представлена в таблице 18:

Таблица 18.

**Комплекс методик, направленных на изучение виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет**

<b>Компоненты виктимного поведения студентов в Глобальной сети Интернет</b>	<b>Содержательные аспекты выраженности виктимного поведения студентов в Глобальной сети Интернет</b>	<b>Диагностические методики</b>
Когнитивный	1. Социальный портрет студентов. 2. Знание рисков, опасностей, с которыми можно встретиться в сети интернет; способы предотвращения виктимизации.	Анкета (Приложение 1)
Личностный	1. Особенности характера, склонности и интересы личности 2. Экстернальность, интернальность личности	1. 16PF тест Кетелла форма С 2. Локус контроля Дж. Роттер
Поведенческий	1. Склонность к виктимному поведению 2. Определение наличия интернет-зависимости 3. Склонность к рискам	1. Тест Кимберли-Янг на интернет-зависимость из 40 вопросов 2. Диагностика склонности к виктимному поведению (О.О. Андронникова) 3. Методика «Самооценка склонности к экстремально-рискованному поведению» (М. Цукерман)

Для изучения **когнитивного компонента** виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет, нами была разработана анкета, состоящая из 13 вопросов. Анкета помогает собрать общие сведения о студентах: их возраст, пол, состояние здоровья, характеристика взаимоотношений с одноклассниками, друзьями и членами семьи. Кроме того, дает сведения о том, с какими опасностями и рисками встречались студенты в интернет-пространстве, какие способы им известны, чтобы не стать жертвой в сети Интернет, а также к кому они обратятся в первую очередь, оказавшись в такой ситуации. Важность изучения данного круга проблем вызвано тем, что учеными определены социальные детерминанты виктимности подростков и молодежи в сети Интернет: негативные стратегии семейного воспитания, отсутствие социальной поддержки, низкий социально-экономический статус семьи, оскорбительные отношения со стороны преподавателя и одноклассников (одноклассников), отсутствие знаний или их недостаточность о модели поведения в интернет-пространстве и пр.

Поскольку ученые отмечают, что виктимная личность отличается своими индивидуально-психологическими особенностями, в структуре виктимного поведения студентов в сети интернет мы выделили **личный компонент**, который изучали с помощью двух методик.

Сокращенный вариант стандартизованного многофакторного личностного опросника Р. Кеттелла (16PF, 105 вопросов) позволил нам выявить особенности характера, склонностей и интересов студентов. Опросник Кеттелла является одним из наиболее распространенных анкетных методов оценки индивидуально-психологических особенностей личности, как за рубежом, так и у нас в стране. Отличительной чертой данного опросника является его ориентация на выявление относительно независимых 16 факторов (шкал, первичных черт) личности. Данное их качество было выявлено с помощью факторного анализа из наибольшего числа поверхностных черт личности, выделенных первоначально Кеттеллом. Каждый фактор образует несколько поверхностных черт, объединенных вокруг одной центральной черты. Были изучены следующие факторы: Фактор А (открытость/замкнутость), Фактор В (развитое мышление/ограниченное мышление), Фактор С (эмоциональная стабильность/ эмоциональная не-



устойчивость), Фактор E (независимость/податливость), Фактор F (беспечность/озабоченность), Фактор G (сознательность/беспринципность), Фактор H (смелость/застенчивость), Фактор I (чувственность, твердость), Фактор L (подозрительность/доверчивость), Фактор M (богемность/практичность), Фактор N (утонченность, простота), Фактор O (склонность к чувству вины/спокойная самоуверенность), Фактор Q 1 (радикализм/консерватизм), Фактор Q 2 (самостоятельность/зависимость от группы), Фактор Q 3 (самоконтроль, сильная воля/ недостаток самоконтроля, индифферентность), Фактор Q 4 (внутренняя напряженность/ флегматичность).

Тест на уровень субъективного контроля (Тест УСК) Дж. Роттера позволяет изучить психологический фактор, характеризующий тот или иной тип личности - локус контроля. Локус контроля – это характеристика волевой сферы человека, которая отражает его склонность приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам или собственным способностям и усилиям. Важность изучения данного феномена в свете нашего исследования вызвано тем, что виктимное поведение человека в сети Интернет чаще всего характеризуется несопротивляемостью к внешним силам, неумением брать ответственность за результаты своей деятельности.

**Поведенческий компонент** мы изучали с помощью трех методик. Методика исследования склонности к виктимному поведению (О.О. Андронниковой), с помощью которой можно определить склонности к виктимному поведению по следующим шкалам:

- 1) шкала склонности к агрессивному виктимному поведению,
- 2) шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению,
- 3) шкала склонности к гиперсоциальному виктимному поведению,
- 4) шкала склонности к зависимому и беспомощному поведению,
- 5) шкала склонности к некритичному поведению,
- 7) шкала реализованной виктимности.

Тест Кимберли Янг на интернет-зависимость - психологический тест, разработанный для определения наличия интернет-зависимости. Тест

представляет собой инструмент самодиагностики патологического пристрастия к интернету (вне зависимости от формы этого пристрастия), хотя сама диагностическая категория интернет-аддикции до сих пор окончательно не определена. В тесте содержится 40 вопросов. После обработки результатов, согласно ключу, респондентов можно разделить на три группы: обычные пользователи Интернета; респонденты, у которых есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом; группа интернет-зависимых пользователей.

Третья методика, которую мы использовали, это методика «Самооценка склонности к экстремально-рискованному поведению» М. Цуккермана. Склонность к риску является одним из факторов виктимного поведения. Благодаря данной методике, мы выявили такие факторы, как поиск острых ощущений (Шкала ПООР); непереносимость однообразия (шкала НО); поиск новых впечатлений (шкала ПНВ); неадаптивное стремление к трудностям (шкала НСТ).

*Второе условие нашего исследования предполагает создание в вузе безопасной образовательной среды.*

В основе решения проблемы профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет лежит идея создания безопасной образовательной среды как благоприятной социальной среды, учитывающей интеллектуальные, моральные и коммуникативные возможности субъектов образовательного процесса, обеспечивающие комфортную интеграцию их в социокультурную и информационную среду и безопасное использование в образовательной деятельности информационных технологий. В образовательной среде формируются условия для воспитания и формирования личности, для создания защищенности и удовлетворенности основных потребностей всех участников образовательного процесса, для их профессионального развития и для профилактики асоциального поведения.

Потребность в безопасности является базовой в иерархии потребностей человека А.Маслоу, без удовлетворения которой невозможно развитие личности, достижение самореализации, поэтому создание без-

опасной образовательной среды является условием успешности профессиональной подготовки студента.

В.В. Рубцов и Т.Г. Ивошина (2002) представляют образовательную среду как общность, характеризующуюся взаимодействием субъектов образования между собой; процессами взаимопонимания, коммуникацией, рефлексией и историко-культурным компонентом.

Образовательную среду, по мнению ученых, можно рассматривать как подсистему социокультурной среды, как совокупность исторически сложившихся факторов, обстоятельств, ситуаций; и как целостность специально организованных педагогических условий развития личности обучающегося.

Под образовательной средой (или средой образования) В.А. Ясвин (2001) понимает систему влияний и условий формирования личности по заданному образцу, а также возможностей для ее развития, содержащихся в социальном и пространственно-предметном окружении.

Ю.Кулюткин Ю. и С.Тарасов С. (2001) выделяют следующие структурные компоненты образовательной среды (рис. 4):

Существуют различные модификации образовательных сред: виртуальные образовательные среды, учебные среды, информационно-образовательная среда. Последняя определяется как педагогическая система, объединяющая в себе информационные образовательные ресурсы, компьютерные средства обучения, средства управления образовательным процессом, педагогические приемы, методы и технологии, направленные на формирование интеллектуально-развитой социально-значимой творческой личности, обладающей необходимым уровнем профессиональных знаний, умений и навыков (Назаров, 2006).

Для создания безопасной образовательной среды в рамках профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети интернет мы реализовали следующие технологии:

- своевременная психологическая диагностика;
- профилактика и коррекция виктимного поведения студенческой молодежи
- психологическое консультирование,

- социально-психологическое обучение.

<b>Пространственно-семантический компонент</b>	<b>Содержательно-методический компонент</b>	<b>Коммуникационно-организационный компонент</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• архитектурно-эстетическая организация жизненного пространства (архитектура здания и дизайн интерьеров, пространственная структура учебных и рекреационных помещений, возможность пространственной трансформации помещений при возникающей необходимости и др.)</li> <li>• символическое пространство (различные символы: герб, гимн, традиции и др.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• содержательная сфера (концепции обучения и воспитания, образовательные и учебные программы, учебный план, учебники и учебные пособия и др.)</li> <li>• методы и формы организации образования (формы организации занятий – лекции, семинары, дискуссии, конференции и т.д., исследовательские общества, структуры самоуправления и др.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• особенности субъектов образовательной среды (распределение статусов и ролей, половозрастные и национальные особенности обучающихся и педагогов, их ценности, установки, стереотипы и т.п.)</li> <li>• коммуникационная сфера (стиль общения и преподавания, пространственная и социальная плотность субъектов образования, степень скученности и др.)</li> <li>• организационные условия (особенности управленческой культуры, наличие творческих объединений преподавателей и студентов, инициативных групп и др.)</li> </ul>

Рис. 4. Структурные компоненты образовательной среды  
(по Ю. Кулюткину и С. Тарасову)

**Этапы создания безопасной образовательной среды в рамках профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет:**

**1 этап - организационный**

1. Разработка нормативно-правовой базы по обеспечению безопасного поведения обучающихся в сети Интернет. Формирование у студентов уважительного отношения к интеллектуальной собственности и авторскому праву, сознательный отказ от использования "пиратского" контента.
2. Создание банка методических материалов (программы спецкурсов, программы профилактических и коррекционных программ, видеоролики, памятки, брошюры и др.).
3. Ранняя психологическая диагностика виктимогенных качеств и свойств личности, а также раннее выявление устойчивых психоэмоциональных состояний студентов, детерминирующих их виктимное поведение в интернет-пространстве.
4. Составление плана реализации программы по безопасности в сети Интернет для студентов

## **2 этап – практический**

1. Организация и проведение программы профилактики виктимизации студентов.
2. Разработка рекомендаций педагогам, студентам по рискам в Интернет.
3. Разработка памятки для обучаемых по использованию ресурсов сети Интернет.
4. Организация и проведение программы коррекции виктимных студентов.
5. Создание репрезитария.
6. Проведение работы с кураторами.
7. Проведение семинаров, круглых столов в рамках просветительской работы.
8. Укрепления материально-технической базы вуза: современные компьютеры, объединенные в локальную сеть и обеспечивающие постоянный выход в интернет; мультимедийные проекторы в комплекте с ноутбуками, которые могут быть использованы для демонстрации медиатекстов в любой аудитории вуза; интерактивные доски, помогающие совместить процесс демонстрации и создания медиатекста; наличие видеокамер и фотоаппаратов, позволяющих фиксировать моменты образовательной деятельности и создавать собственные медиапродукты и др. Профессиональный и ответственный подход к подбору программного обеспечения, сочетание

лицензированного и свободно распространяемого обеспечения позволяет создавать медиапродукты высокого уровня, установка контент-фильтров.

### **3-й этап – обобщающий**

1. Повторная диагностика
2. Анализ результатов реализации проекта в соответствии с поставленными целью и задачами;
3. Определение перспектив и путей дальнейшего развития.

Третье психолого-педагогическое условие предполагает *теоретическое обоснование и апробирование на практике модели профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет.*

На современном этапе процесс виктимизации приобрел угрожающий характер в обществе. Статистика приводит неутешительные факты, поэтому защита подростков и молодежи от насилия, жестокости и предупреждение преступлений против них является чрезвычайно важной социальной задачей, которую следует решать комплексно. Особое значение приобретает данная проблема среди студентов - будущих специалистов. От их грамотного поведения в сети Интернет, информационной компетентности зависит их будущая профессия. Если обратиться к федеральному государственному стандарту высшего образования- бакалавриат по направлению 44.0000 Образование и педагогические науки (от 22.02.2018 г, №121), то можно заметить, что программа бакалавриата определяет общепрофессиональную компетенцию ОПК-2 «Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникативных технологий). Таким образом, современному специалисту-педагогу необходимо владеть разнообразными информационно-коммуникативными технологиями, а также соблюдать правила безопасного поведения в интернет-пространстве, противостоять виктимному поведению в сети Интернет.

*Моделирование* (от лат. modis, фр. modele – мера, образец, норма) представляет собой исследование каких-либо объекта (конкретного и абстрактного) с помощью модели, условного образца (схема или физическая

конструкция), аналогичного исследуемому объекту, с использованием метода аналогии и теории подобия для проведения и обработки данных экспериментов (Орехова, 2011).

Педагогическое моделирование помогает осмыслить предмет исследования в различных условиях. В педагогическом моделировании чаще всего составляются структурно-функциональные модели, в которых объект рассматривается как целостная система, состоящая из составных частей, компонентов, элементов, подсистем. Все они связаны между собой некоторыми структурными связями, описывающими подчиненность, логичность, временную последовательность решения отдельных задач.

После проведенной работы по изучению основных понятий данного параграфа «модель», «моделирование», мы смогли построить педагогическую модель профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет. Данная педагогическая модель профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети интернет включает в себя три компонента (см. рис.5):

- целевой компонент (цель, задачи, подходы и принципы);
- процессуальный компонент (формы, методы и средства);
- оценочно-результативный компонент (критерии, результат).

**Целевой компонент** педагогической модели раскрывает основную цель - воспитание культуры безопасного поведения у студенческой молодежи в интернет-пространстве.

Под **воспитанием культуры безопасного поведения у студентов в интернет пространстве** мы понимаем комплексное, системное и целенаправленное обогащение студентов знаниями, умениями и навыками в решении разнообразных ситуаций, которые могут возникнуть в интернет-пространстве, изучение шаблонов жертвенного поведения студентов, обучение навыкам безопасного поведения и побуждение развития готовности оптимизировать опыт безопасного поведения в постоянно меняющихся условиях, в том числе кризисных.

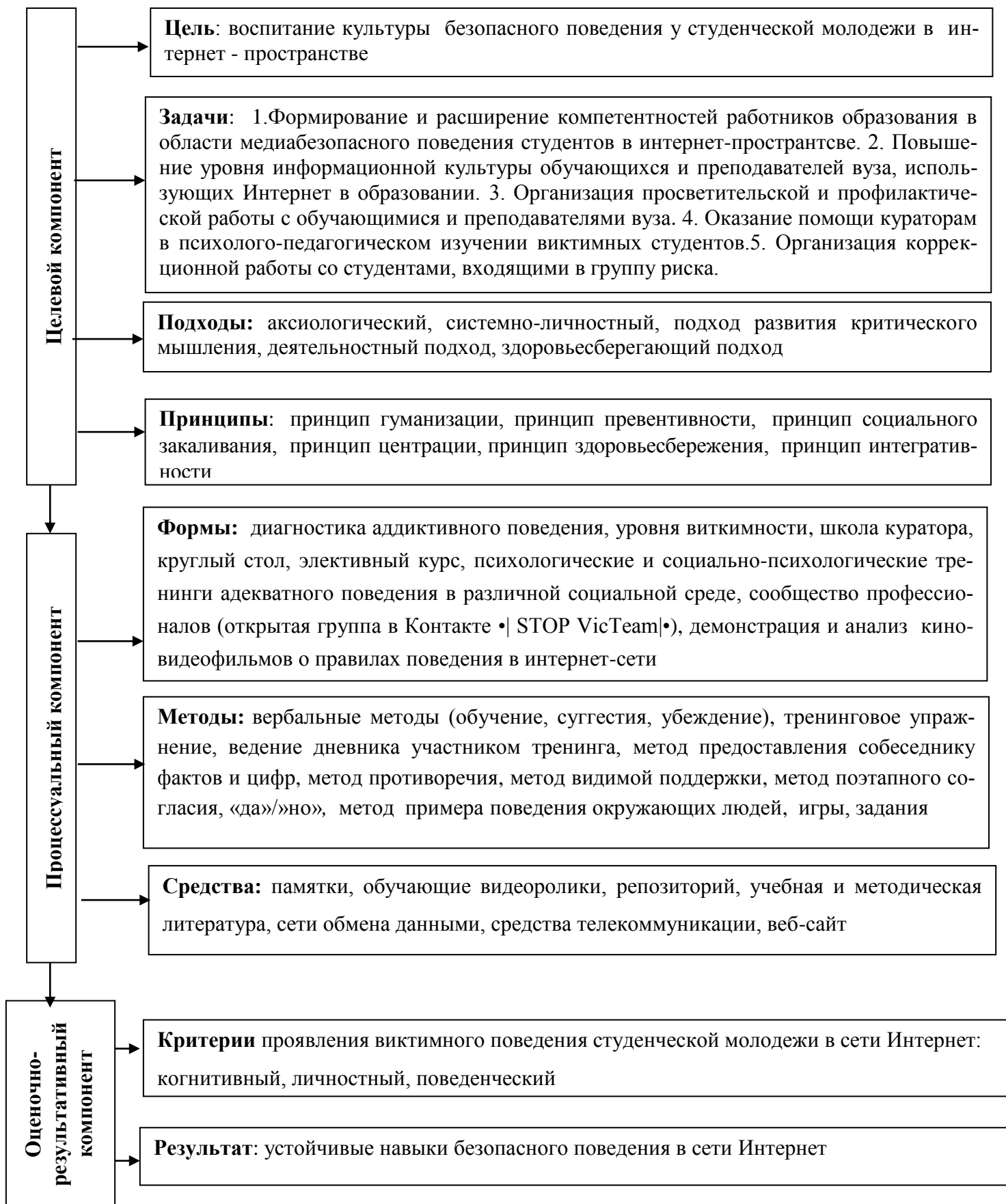
Мы считаем, что реализация данной цели возможна, благодаря решению следующих **задач**:

1. Формирование и расширение компетентностей работников образования в области медиабезопасного поведения студентов интернет-пространстве.
2. Повышение уровня информационной культуры обучающихся и преподавателей вуза, использующих Интернет в образовании.
3. Организации просветительской и профилактической работы с обучающимися и преподавателями вуза.
4. Оказание помощи кураторам в психолого-педагогическом изучении виктимных студентов.
5. Организация коррекционной работы со студентами, входящими в группу риска.

Процесс профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет должен строиться на основе следующих методологических подходов: аксиологический, системно-личностный, развитие критического мышления, деятельностный подход, здоровьесберегающий подход, интегративный подход. Данные подходы конкретизируются в следующих принципах: принцип гуманизации, принцип превентивности, принцип социального закаливания, принцип центрации, принцип здоровьесбережения, принцип интегративности. (Они раскрыты в п.2.2.).

**Процессуальный компонент** модели профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет включает такие компоненты, как формы, методы и средства. Вначале рассмотрим **формы профилактической и коррекционной работы.**





**Рис. 5. Педагогическая модель профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет**

**Школа куратора** - такая форма взаимодействия с преподавателями-кураторами, которая носит просветительский характер, вооружение кураторов знаниями, умениями и навыками работы со студентами по решению различных проблем.

Куратор учебной группы не просто исполнитель инструктивных поручений по контролю за успехами вверенной ему группы, он «идеолог», носитель и транслятор ценностей. Ему часто приходится оказывать своевременную помощь студентам своей группы, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, в том числе и в сети Интернет. Отсутствие помощи молодому человеку, может привести к виктимизации личности. Необходимо повышение квалификации педагогов-кураторов в аспекте медиаобразования, развитие их информационной культуры. Просветительскую работу с кураторами необходимо осуществлять в различных направлениях:

- информирование о сущности виктимного поведения, причинах и факторах возникновения, признаках и путях из адекватного безопасного разрешения;

- популяризация информации о наиболее распространенных преступлениях в Интернет, о рисках и эффективных способах выхода из них;

- знакомство с сущностью, содержанием, структурой таких понятий, как интернет-зависимость, медиабезопасность, информационная безопасность,

- ознакомление с признаками виктимного поведения, личностными детерминантами виктимного поведения.

*Цель работы школы кураторов:* реализация систематической работы с кураторами студенческих групп по снижению уровня студенческой виктимизации, по снижению частотности возникновения виктимогенных ситуаций, медиаобразование, развитие информационной культуры. Школа предполагает занятия с кураторами студенческих групп один раз в месяц, продолжительность занятий 1-1,5 ч. В ходе занятий можно использовать просмотр видеороликов, социальных роликов с дальнейшим обсуждением, решение кейс-ситуаций, деловые и ролевые игры и пр.

В рамках школы куратора можно обсудить следующие темы:

1. Как уберечь свою персональную информацию в Интернете, если вы общаетесь в социальных сетях».
2. Интернет: плюсы, минусы, подводные камни.
3. Правила безопасной работы на компьютере.
4. Полезный и безопасный интернет.
5. Правовая охрана программ, проектов и информации.

**Круглый стол «Виктимность и виктимологическая профилактика»**- еще одна форма профилактики и коррекции виктимного поведения студентов в сети Интернет.

*Цели круглого стола:*

- анализ и обобщение различных подходов к созданию в вузе безопасной образовательной среды;
- изучение современного состояния проблемы виктимизации молодежи в сети Интернет, выявление факторов, причин, механизмов виктимного поведения в Интернете;
- изучение исторического опыта и современных подходов психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студентов в Интернете;
- обмен опытом работы по организации психолого-педагогической профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в глобальной сети Интернет;
- разработка новых подходов и ведущих принципов коррекции и профилактики виктимного поведения студентов в Интернете, обобщение опыта.

В Казанском федеральном университете прошел круглый стол, на который были приглашены специалисты по вопросам виктимизации. На данном мероприятии рассматривались следующие актуальные вопросы:

1 вопрос: Основные понятия, точки зрения на виктимологию и особенности виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет.

2 вопрос (раскрывал клинический психолог): Основные проблемы профилактики виктимного поведения.

3 вопрос (раскрывал юрист): Проблема роста преступлений в Интернете и основные статьи уголовного кодекса за данные преступления.

4 вопрос: Мониторинг основных рисков в Интернете, выявленных в ИПО и во всем КФУ.

5 вопрос: Результаты исследования, психологические характеристики виктимных студентов в сети Интернет, оценки рисков в интернете.

Круглый стол продолжился в интерактивной форме, где участники предложили свои превентивные меры виктимного поведения студенческой молодежи в Интернете с разных позиций. Также были представлены меры профилактики со стороны исследователей данного гранта, показаны видеоролики по профилактике проявления различных рисков в Интернете, информационные памятки, буклеты.

**Введение в учебный процесс элективного курса**, содержание которого поможет рассмотреть природу виктимного поведения, осмыслить его как виктимную деформацию личности. Нами были разработаны два элективных курса, которые можно внедрить в учебный процесс.

**Элективный курс (дисциплина) «Общие основы виктимологии» (Приложение 2).**

Выпускник, освоивший дисциплину:

**Должен знать:**

- теоретико-методологические основы виктимологии;
- методы диагностики, профилактики, коррекции, психолого-педагогического сопровождения и реабилитации виктимных подростков и молодежи.

**Должен уметь:**

- на основе теоретических знаний виктимологии и психологии проектировать и организовывать профилактико - коррекционную работу с несовершеннолетними;
- разрабатывать программы девиктимизации; рекомендации обучающимся по снижению уровня виктимности.

**Должен владеть:**

- методами диагностики по определению уровня виктимности;

- методами профилактики и коррекции, реабилитации виктимного поведения подростков и молодежи.

- навыками организации совместной деятельности различных служб по снижению уровня виктимности личности.

Таблица 19.

**Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине**

N	Разделы дисциплины	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Предмет, история и перспективы науки виктимологии. Основные понятия виктимологии: их соотношение и взаимосвязь.	2	2	0	10
2.	Тема 2. Виктимное поведение личности: сущность, признаки, особенности, профилактика.	2	2	0	10
3.	Тема 3. Практическая работа с жертвами виктимогизации (диагностика, профилактика, терапия).	2	4	0	10
4.	Тема 4. Виктимология насилия	0	4	0	10
5.	Тема 5. Проблемы социализации детей из семей мигрантов и беженцев как виктимо-	0	4	0	5

N	Разделы дисциплины	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
	генных групп населения.				
6.	Тема 6. Виктимизация молодежи, вовлеченной в деятельность деструктивных религиозных сект.	0	4	0	5
7.	Тема 7. Криминальная виктимология.	0	4	0	10
	Итого	6	24	0	60

### Содержание дисциплины

#### **Тема 1. Предмет, история и перспективы науки виктимология. Основные понятия виктимологии: их соотношение и взаимосвязь.**

Предмет, история и перспективы науки виктимология. Основные понятия виктимологии: их соотношение и взаимосвязь.

Предмет, история и перспективы науки виктимологии. Социально - педагогическая виктимология: ее сущность и содержание. Основные предпосылки превращения человека в жертву неблагоприятных условий социализации и их предупреждение. Социально-виктимологические характеристики молодежных и подростковых групп риска.

#### **Тема 2. Виктимное поведение личности: сущность, признаки, особенности, профилактика.**

Виктимное поведение личности: сущность, признаки, особенности, профилактика. Сущность виктимного поведения. Основные особенности виктимного поведения личности. Социально-виктимологические характеристики молодежных и подростковых групп риска, склонных к виктимному поведению. Оказание помощи подросткам (молодежи) группы риска.

### **Тема 3. Практическая работа с жертвами виктимогизации (диагностика, профилактика, терапия).**

Практическая работа с жертвами виктимизации. Виктимная жизненная ситуация для ребенка и необходимость ему социально - педагогической помощи. Диагностика виктимного поведения подростков и молодежи. Технология профилактики, коррекции виктимного поведения подростков и молодежи. Терапия поведения подростков и молодежи.

#### **Тема 4. Виктимология насилия**

1. Насилие над детьми.
2. Социально-экономические факторы риска насилия в семье.
3. Факторы риска насилия в семье, обусловленные структурой и моделью общения и личностью родителя.
4. Домашнее (семейное насилие): определение, различные виды домашнего насилия. Факторы и условия существования семьи (Дж. Мюрстейн).
5. Жертвы сексуального насилия: случайные, неосознанно провоцирующие, осознанно провоцирующие. Факторы психической травмы, связанных с сексуальным насилием (Дж. Хидман).

#### **Тема 5. Проблемы социализация детей из семей мигрантов и беженцев как виктимогенных групп населения.**

Проблемы социализация детей из семей мигрантов и беженцев как виктимогенных групп населения.

1. Виктимогенные группы населения.
2. Беженцы - виктимогенные группы населения.
3. Мигранты - виктимогенные группы населения.
4. Социализация, адаптация и оказание помощи детям из семей беженцев и мигрантов.

#### **Тема 6. Виктимизация молодежи, вовлеченной в деятельность деструктивных религиозных сект.**

План:

1. Религиозная секта как виктимогенный фактор социализации современной молодежи.

2. Социальная природа и особенности современных нетрадиционных религиозных культов.

3. Профилактика вовлечения молодежи в деструктивные религиозные секты.

4. Педагогическая модель предупреждения вовлечения молодежи в деструктивные религиозные секты.

5. Взаимодействие семьи и образовательного учреждения по предупреждению вовлечения молодежи в религиозные секты.

### **Тема 7. Криминальная виктимология.**

Криминальная виктимология.

План:

1. Организованная преступность как фактор виктимности и криминальной дезорганизации процессов воспитания подростков и молодежи.

2. Психологическая характеристика жертв преступлений.

3. Психологическая характеристика преступников.

4. Профилактика организованной преступности.

**Элективный курс (дисциплина) «Теория и практика девиктимизации» (Приложение 3).**

Выпускник, освоивший дисциплину:

**Должен знать:**

- теоретические и практические основы девиктимизации;
- современные российские и зарубежные разработки индивидуальных программ правовой защиты виктимных детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;
- факторы дезадаптации несовершеннолетних;
- виды деятельности виктимолога с виктимными личностями;
- формы и методы девиктимизации.

**Должен уметь:**



- применять технологии профилактики и коррекции, реабилитации и ресоциализации в зависимости от возникших образовательных задач;
- планировать и осуществлять деятельность по выбору и внедрению социально-педагогических технологий, направленных на реализацию правовой защиты несовершеннолетних и в том числе с виктимным поведением;
- применять методы и формы девиктимизации
- организовывать профилактико – коррекционную работу с несовершеннолетними, применяя эффективные методы, формы и средства;
- разрабатывать программы и рекомендации родителям и обучающимся, с учетом теоретических знаний по девиктимизации.

**Должен владеть:**

- методами диагностики по определению уровня виктимности, эффективными методами профилактики и коррекции виктимного поведения несовершеннолетних подростков .
- современными методами и технологиями социально-педагогической деятельности, в том числе инновационными, методами диагностирования особенностей социальной ситуации развития личности, способами гибкой перестройки используемых социально-педагогических методик и технологий в процессе организации работы с виктимной личностью.

Таблица 20.

**Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине**

N	Разделы дисциплины / модуля	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
	<b>1 модуль Психологические индикаторы виктимности.</b>				
1.	Тема 1. Психологические индикаторы виктимности.	2	4	0	10
2.	Тема 2. Психологическая диагностика.	0	4	0	10

N	Разделы дисциплины / модуля	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
3.	Тема 3. Понятие и виды профилактики	2	4	0	10
4.	Тема 4. Психологические особенности виктимного поведения несовершеннолетних	0	4	0	5
5.	Тема 5. Позиция «Жертва» и позиция «Автор»	0	2	0	5
6.	Тема 6. Психотерапия виктимности	0	4	0	6
	<b>2 модуль Профилактика и коррекция виктимности. Девиктимизация.</b>				
7.	Тема 1. Девиктимизация групп асоциальной направленности.	0	2	0	4
8.	Тема 2. Виктимная личность и социум. Девиктимизация.	0	2	0	4
9.	Тема 3.. Девиктимизация девиантных подростков.	2	4	0	4
10.	Тема 4. Семейное неблагополучие и профилактика деятельности по оздоровлению обстановки в семье.	0	4	0	4
11.	Тема 5. Дети, подростки и молодежь как жертвы насилия и торговли людьми. Девиктимизация.	0	2	0	4
12.	Тема 6. Профилактика семейного насилия и жестокого обращения с ребенком.	0	4	0	4
13.	Тема 7. Профилактика вовлечения детей и молодежи в деятельность деструктивных религиозных сект.	2	4	0	4
	Итого	8	44	0	74

### Содержание дисциплины

#### Тема 1. Психологические индикаторы виктимности.

План лекции и практических занятий:

1. Виктимная личность и девиктимизация.
2. Психологические индикаторы виктимной личности.
3. Психологические факторы, обуславливающие виктимизацию лич-

ности потерпевшего.

3. Система работы педагога - психолога (виктимолога) по первичной психологической профилактике.

### **Тема 2. Психологическая диагностика.**

План практических занятий:

1. Ранняя психологическая диагностика виктимогенных качеств и свойств личности, а также раннее выявление устойчивых психоэмоциональных состояний школьников, детерминирующих их виктимное поведение.

2. Раннее выявление видов детской виктимности, формирование которых наиболее вероятно у каждого конкретного школьника, с целью их профилактики.

### **Тема 3. Понятие и виды профилактики**

План лекции и практических занятий:

1. Общая характеристика виктимологической профилактики.
2. Индивидуальная виктимологическая профилактика.
3. Массовая виктимологическая профилактика.
4. Методические рекомендации потенциальным жертвам и лицам "группы риска" в социально-педагогической виктимологии.

### **Тема 4. Психологические особенности виктимного поведения несовершеннолетних**

План практических занятий:

1. Теории, объясняющие понятие - "виктимность" личности.
2. Локус контроль - теория Дж. Роттера.
3. Психологические индикаторы виктимной личности.
4. Особенности образа - Я виктимной личности.
5. Социально - психологическая характеристика жертв (реальных, потенциальных, латентных).

### **Тема 5. Позиция «Жертва» и позиция «Автор»**

План практических занятий:

1. Сущность понятий "жертва" и "автор".
2. Конструктивное преодоление виктимного поведения личности.
3. Сопровождение и поддержка конструктивного преодоления последствий виктимного состояния личности.
2. Перевод виктимной личности из позиции "Жертвы" в позицию "Автора".

## **Тема 6. Психотерапия виктимности**

План практических занятий:

1. Психотерапия и психология, ее соотношение с фундаментальной, прикладной, практической психологией.
2. Психотерапия как один из видов психологической помощи населению.
3. Присхотерапия и психокоррекция.
4. Формы психокоррекционной работы.
5. Виды психокоррекционной работы.
6. Специфика коррекционной работы с детьми различных возрастов. Оценка эффективности коррекционных воздействий.
7. Методы психокоррекционной работы: проблемные игры, притчи, метафоры.

## **2 модуль**

### **Тема 1. Девиктимизация групп асоциальной направленности.**

План практических занятий:

- Выявление неформальных групп асоциально направленности.
2. Основные этапы определения адекватных профилактических мер в отношении неформальных групп.
  3. Методы воздействия на группу: разобщение и переориентация
  4. Особенности разобщения смешанных групп (с активным участием взрослых лиц, имеющих судимость).
  5. Особенности возвращения девочек из асоциальных групп.

6. Отрыв мальчиков из асоциальных компаний.

## **Тема 2. Виктимная личность и социум. Девиктимизация.**

План практических занятий:

1. Негативное отношение окружающих к несовершеннолетнему как фактор деформации его личностного развития.

2. Последствия социальной стигматизации (клеймения) лиц несовершеннолетнего и молодого возраста.

3. Первичная и вторичная профилактика дезгармоничного развития личности.

## **Тема 3. Девиктимизация девиантных подростков.**

План лекции и практических занятий:

1. Профилактика детской беспризорности, безнадзорности, дромомании.

2. Профилактика пьянства несовершеннолетних.

3. Профилактика наркомании несовершеннолетних.

4. Профилактика наркомании проституции несовершеннолетних.

5. Роль социального контроля и ранней профилактики.

## **Тема 4. Семейное неблагополучие и профилактическая деятельность по оздоровлению обстановки в семье.**

План практических занятий:

1. Значение семейного неблагополучия в деформации личности несовершеннолетнего и молодого возраста. Типология семейного неблагополучия.

3. Проблемы предупреждения семейного неблагополучия.

4. Субъекты профилактики семейного неблагополучия.

## **Тема 5. Дети, подростки и молодежь как жертвы насилия и торговли людьми. Девиктимизация.**

План практических занятий:

1. Понятие о насилии и ненасилии в различных теориях. Формы наси-

лия: физическое, сексуальное, психологическое, пренебрежение интересами ребенка и др. Социальные последствия жестокого обращения с детьми.

2. Виктимогенность школьной жизни. Социально-педагогическая работа по предотвращению насилия, запугивания и преследования в школе. Последствия перенесенного в детстве насилия.

3. Ненасилие как основа гуманистического подхода в социально-педагогической деятельности. Деятельность социального педагога по защите детей от насилия в семье и в учреждении образования.

4. Дети, подростки, молодежь как жертвы торговли людьми. Торговля и эксплуатация несовершеннолетних как проблема социально-педагогической виктимологии. Торговля детьми и молодежью в целях сексуальной эксплуатации.

### **Тема 6. Профилактика семейного насилия и жестокого обращения с ребенком.**

План практических занятий:

1. Сущность, виды, причины, психические и социальные последствия жестокого обращения с детьми.

2. Психолого-педагогическая характеристика ребенка, пострадавшего от жестокого обращения.

3. Особенности психического состояния и поведения ребенка, подвергнувшегося жестокому обращению

4. Направления и формы социальной, психолого-педагогической защиты детей, испытывающих насилие.

### **Тема 7. Профилактика вовлечения детей и молодежи в деятельность деструктивных религиозных сект.**

План лекции и практических занятий:

1. Девиктимизация детей и молодежи, вовлеченной в деятельность деструктивных религиозных сект.

2. Религиозные секты как виктимогенный фактор социализации современной молодежи.

3. Взаимодействие семьи и учреждения образования по предупреждению вовлечения детей и молодежи в деструктивные религиозные секты.

Одним из важных направлений работы со студентами является виктимологическая профилактика виктимного поведения в сети интернет. Нами разработана **программа профилактики виктимных форм поведения студентов #ЯзаБезопасностьВСети**. Основная форма работы- тренинговое занятие. Продолжительность занятий: 2,5 месяца.

Предложенная программа (таблица 21) определяет своей *целью* профилактику проявления виктимного поведения студентов в сети Интернет.

*Задачи программы:*

1. Познакомить студентов с различными видами интернет-угроз, опасных для их психологического, физического, морального и материального состояния.
2. Сформировать навыки безопасного поведения студентов в сети Интернет в ситуациях различных видов интернет-угроз.
3. Организовать психологическую профилактику стереотипов самовосприятия («идеологии жертвы»), самооценки, шаблонов жертвенного поведения студентов и формирование моделей безопасного авиктимного поведения.

Таблица 21.

### Тематическое планирование программы #ЯзаБезопасностьВСети

Название занятия	Цель занятия	Количество часов
1. «Виктимность как предпосылка формирования жертв социализации»	Познакомить студентов с понятиями «виктимность», «виктимное поведение», «жертва». Разобраться в рисках проявления виктимного поведения в сети Интернет.	60 минут
2. «Ловца душ» из сети Интернет»	Проинформировать молодежь о деструктивных религиозных течениях. Предотвратить факты вовлечения студентов в тоталитарные и деструктивные организации.	90 минут

3. «Россия — лидер по травле в сети. Что с этим делать?»	Познакомить студентов с опасностями, которые подстерегают их в Интернете и помочь избежать этих опасностей, профилактика правонарушений в сети.	90 минут
4. «Как не попасть на удочку кибермошенников?»	Познакомить студентов с понятием «мошенничество в сети Интернет» и видами мошенничества - фишинг, фарминг и хакерство; Выработать алгоритм безопасного поведения в сети Интернет, способствовать развитию критического мышления.	90 минут
5. «Киберэкстремизм - он существует?»	Познакомить студентов с понятием «киберэкстремизм» и «кибертерроризм». Развить способности к толерантному общению, к взаимодействию с представителями социума независимо от их принадлежности и мировоззрения.	90 минут
6. «Использование сети Интернет для нелегального оборота наркотических средств, психотропных веществ и их аналогов, как анти-социальное и противозаконное явление»	Информирование о возможности использования сети Интернет для нелегального оборота наркотических средств, психотропных веществ и их аналогов, как антисоциальное и вредное для здоровья явление, повышение правовой грамотности в сфере наркотического законодательства.	60 минут
7. «Назойливый комар сети – СПАМ!»	Познакомить студентов с понятиями «спам», «спамер», «рассылка», изучить наиболее известные и распространенные технологии защиты от спама.	60 минут
8. «Чем опасен плагиат и как его избежать?»	Познакомить студентов с понятием «плагиат» и «автоплагиат». Рассмотреть возможности специализированных программ (например, "Антиплагиат") для противодействия негативным практикам нарушения норм научной работы.	90 минут
9. «Какая угроза поджидает нас в Глобальной сети интернет?»	Познакомить студентов с понятием «нежелательный контент» (опасные материалы), разобрать какие имеются формы и методы противодействия этих угроз.	90 минут
10. «Останови атаку вредоносных программ»	Познакомить студентов с понятиями «Нежелательный контент» и «Вредоносные программы». Рассмотреть методы работы по предотвращению угроз вредоносных программ.	60 минут



**Коррекционно-развивающая программа «Я – Социум – Безопасный Интернет»** для студентов, склонных к виктимному поведению в сети Интернет реализует *цель*: снижение склонности к виктимному поведению в Интернете у студенческой молодежи.

*Задачи программы:*

1. Осознание факторов риска и предрасположенности студентов стать «жертвой» неблагоприятных условий социализации и криминальных ситуаций в интернете.
2. Формирование навыков и установок, необходимых для противостояния интернет-аддикции студентов.
3. Создание условий для формирования коммуникативных навыков, новых форм общения и поведения в условиях реального и виртуального взаимодействия студентов.
4. Формирование навыков безопасного поведения студентов в сети Интернет.
5. Поддержка позитивной самооценки студенческой молодежи, формирование навыков их уверенного поведения и противостояния негативному влиянию интернета.
6. Обучение студентов выстраивать личные границы в процессе онлайн-общения и вырабатывать конструктивные стратегии поведения в конфликтной ситуации.
7. Способствовать развитию критичности в отношении собственного поведения в сети Интернет и поведения других пользователей.
8. Научение студентов анализировать собственное эмоциональное состояние в интернете, формирование навыков преодоления тревожного состояния в интернет - пространстве и адекватного поведения студентов в ситуациях, вызывающих тревогу.
9. Овладение студентами способами саморегуляции стрессовых состояний, вызванных негативными ситуациями в сети Интернет.
10. Актуализация внутренних ресурсов для успешной самореализации в реальности и виртуальности, формирование у студентов жизненных установок и ценностных ориентаций, необходимых для предотвращения виктимизации.

## Содержание и структура программы

Суть нашей программы состоит в том, чтобы выявить предрасположенность, а затем понизить уровень вероятности возникновения виктимного поведения студентов в сети Интернет.

Коррекционная программа составлена на основе результатов комплексной диагностики студентов.

Коррекционно-развивающая работа осуществляется по следующим направлениям:

- 1) формирование навыков безопасного поведения в сети Интернет;
- 2) развитие информационной культуры студентов, овладение новыми паттернами поведения, а также копинг-стратегиями совладающего поведения по предотвращению виктимизации в интернет-пространстве;
- 3) коррекция психологических качеств личности, детерминирующих предрасположенность к виктимному поведению в интернете;
- 4) активизация внутренних ресурсов для успешной самореализации студентов, формирование их ценностных ориентаций и установок по предотвращению виктимного поведения в реальных и виртуальных условиях.

Целенаправленное воздействие на студентов осуществляется через психокоррекционный комплекс, состоящий из нескольких взаимосвязанных блоков. Каждый блок направлен на решение различных задач и состоит из особых методов и приемов.

Коррекционная программа состоит из четырех блоков:

- 1) *диагностический блок;*

Цель – выявить степень склонности к виктимному поведению у студентов в интернет-пространстве, факторы риска виктимизации в интернете; изучить социально-психологические особенности таких студентов.

В диагностическом блоке возможно использование следующих психодиагностических методик: 1) методика «Диагностика склонности к виктимному поведению» (О.О. Андронникова); 2) тест Кимберли-Янг на определение уровня выраженности интернет-зависимости; 3) методика «Самооценка склонности к экстремально-рискованному поведению» (М.

Цукерман); 4) локус контроля Дж. Роттер - выявление **локуса контроля** респондентов, позволяющего определить проявление интернальности или экстернальности личности; 5) 16PF тест Кеталла (форма С) - 16-факторный личностный опросник для оценки индивидуально-психологических особенностей личности; 6) анкета, направленная на выявление студентов, подвергающихся виктимизации, оценку рисков в интернет-пространстве, изучение социального портрета студентов.

В результате диагностики установлено, что виктимного студента в сети Интернет характеризует следующее: стремление к поиску острых ощущений; склонность к интернет-зависимости; уступчивость в межличностных конфликтах с интернет-пользователями; высокая нормированность поведения, сдержанность в собственных активных действиях и в принятии решений, склонность ориентироваться на групповые нормы; конформность, зависимость от поддержки социальных групп и сообществ в интернет-сети; способность достигать желаемого, но вместе с тем слабая мотивация и отсюда неспособность к достижению трудных целей; высокая чувствительность, выражаемая в сентиментальности, впечатлительности, сопереживании и сочувствии как другим интернет-пользователям, так и в поиске сочувствия и внимания у других; склонность к чувству вины и недовольство собой; подверженность перепадам настроения, обеспокоенность и тревожность; неуверенность в себе; чувствительность к оценкам и одобрению окружающих в интернет-пространстве; развитые интеллектуальные интересы и стремление к новым знаниям; тенденция к затруднению принятия решения в критических ситуациях в связи с проявляющейся высокой чувствительностью и эмоциональностью, а также продолжительностью протекания подготовительного этапа, ориентированного на исследование и анализ проблемы, выявления возможных негативных последствий в интернет-пространстве; принятие себя и достаточно адекватная самооценка своих качеств и особенностей характера.

*2) коррекционно-развивающий блок;*

Цель – снижение склонности к виктимному поведению в Интернете у студенческой молодежи.

Коррекционная деятельность предполагает проведение тренинга, содержание коррекционно-развивающих занятий определено на основе результатов диагностики. В ходе исследования у студентов Вуза были выявлены склонности по четырем доминирующим типам виктимного поведения в интернете: некритичное, гиперсоциальное, зависимое и самоповреждающее. Тематика занятий подобрана таким образом, чтобы корректировать проявление склонности по выявленным типам виктимного поведения студентов с учетом когнитивного, поведенческого и личностного компонентов склонности к виктимным формам поведения в интернете.

Программа может быть использована как в полном объеме, так и частично, по блокам, в зависимости от поставленных задач. При необходимости занятия по заданным блокам коррекции определенного типа виктимного поведения в сети Интернет могут дополняться.

*3) консультативный;*

При запросе студентов организуется индивидуальное консультирование по проблеме виктимного поведения в Интернете со специалистами психологической службы, консультативных центров вуза.

*4) оценочный*

Цель – оценить эффективность проведения коррекционной работы.

**Требования к реализации программы**

**Форма организации** коррекционных занятий: групповая.

**Состав группы:** 10-15 студентов.

**Возраст:** 18-23 года.

Программа **состоит из 18 занятий**, на каждое занятие отводится **от 1,5 часа до 2 часов**.

Занятия проводятся еженедельно, в течение четырех месяцев в рамках одного семестра учебного года или один раз в две недели в учебное время в течение учебного года.

Для проведения занятий необходимы ручки, маркеры, листы бумаги (А4, А3), мультимедийное оборудование, а также дидактические и диагностические материалы.

**Требования к ведущему.** Ведущими программы могут быть педагоги-кураторы, специалисты психологических служб вуза, магистранты,

обучающиеся по психолого-педагогическому направлению. Ведущим необходимо иметь представление о возрастных особенностях участников группы, основах виктимологии, иметь навыки групповой работы. Кураторам необходимо прохождение обучения в Школе куратора.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

- снижение количества студентов, склонных к виктимному поведению в сети Интернет;
- сформированность навыков безопасного поведения в интернет-пространстве;
- повышение информационной культуры студентов;
- сформированность студенческих установок, необходимых для противостояния интернет - аддикции и предотвращению виктимизации в интернете;
- демонстрация коммуникативных навыков в условиях реального и виртуального взаимодействия студентов, навыков уверенного поведения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций в процессе онлайн-общения;
- снижение выраженной тревожности студентов, применение способов саморегуляции эмоциональных состояний, вызванных негативными ситуациями в сети Интернет;
- умение критически оценивать собственное поведение в сети Интернет и поведения других пользователей.

Процесс коррекции виктимного поведения очень сложный и длительный, требующий особых знаний, владения специфическими приемами и методами работы. Наиболее успешной формой является интерактивная форма обучения -социально - психологический тренинг. В.В. Шмидт, отмечает, что понятие «тренинг» следует использовать не для обозначения методов обучения, а для обозначения методов развития способностей к обучению или овладению любым сложным видом деятельности (Шмидт, 2010,с.32). Тренинговое занятие может иметь следующую структуру.

## Структура занятий

Каждое занятие состоит из следующих частей:

1. *Вводная часть* (снятие напряжения, подготовка и мотивация к работе).

Вводная часть необходима для вовлечения участников в групповую работу, создания правильного положительного настроения на активное взаимодействие.

Продолжительность этой части занятия составляет 10-15 мин, включает вопросы о состоянии студентов и одно разминочное упражнение. Для эффективной работы педагогу необходимо узнать, с каким настроением студенты пришли на занятие, в этом помогают такие вопросы как: «Как ваше настроение?», «Как вы себя чувствуете?». Для того чтобы работа была успешной, необходимо создать мотивацию к работе и заинтересовать участников. Это можно сделать с помощью разминочных упражнений, которые помогают придать хорошее настроение и создать атмосферу доверия и психологического комфорта.

Также во вводную часть включен опрос по предыдущим занятиям по проверке знаний студентов о пройденных темах. Вопросы могут быть такие: «О чем мы с вами говорили на прошлых занятиях?», «Что интересного мы изучили с вами ранее?», «Что больше всего вы запомнили из всего, о чем мы с вами говорили?» и тому подобное.

2. *Основная часть* (рабочая, включающая информационный материал, упражнения, игры, задания).

Основная часть включает в себя информирование студентов, дискуссия по определенной теме, отработка которой осуществляется на практике с помощью комплекса упражнений, игр и заданий. Упражнения и задания подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой.

3. *Заключительная часть* (подведение итогов, рефлексия).

В заключительной части проводится подведение итогов, осмысление полученного опыта (рефлексия), формулирование основных результатов, достигнутых на занятии каждым из участников. Завершается ритуалом прощания.

## Методические принципы

Ведение занятий построено на соблюдении **основных принципов** групповой работы:

- *Принцип добровольности участия*, от включения в тренинговую группу до принятия участия в отдельном упражнении или технике.
- *Принцип конфиденциальности*. Это требование является условием создания атмосферы психологического комфорта, доверия и принципа безопасности.
- *Принцип уважения другого*. Не перебивать, не оценивать критически высказывания, чувства или переживания другого.
- *Принцип активности*. В ходе занятия активность возрастает, если членам группы дается установка на готовность включиться в совершаемые действия в любой момент. Учитываются три основных параметра активности:
  - физическая (участникам предоставляется возможность говорить, писать, слушать, менять свое рабочее место);
  - социальная (участники задают вопросы, отвечают на вопросы, обмениваются мнением);
  - познавательная (участники вносят дополнения, поправки, находят решение проблемы самостоятельно).
- *Принцип исследовательской творческой позиции*. Суть его заключается в том, что в ходе занятия участники осознают, обнаруживают, открывают идеи, свои личные ресурсы и особенности, закрепляют новые способы поведения. Этот принцип тесно связан со следующим принципом.
- *Принцип партнерского общения*. Партнерское общение способствует учету интересов других участников взаимодействия, а также их чувства, эмоции, переживания. Реализация этого принципа создает в группе атмосферу безопасности, доверия и открытости, которая позволяет участникам группы экспериментировать со своим поведением, не стесняясь ошибок.
- *Принцип объективации (осознания) поведения*. Универсальным средством объективации поведения является обратная связь на слова,

мысли или действия других участников программы. Важной задачей в работе ведущего является создание условий для эффективной обратной связи в группе.

**Механизм коррекции и развития:** рефлексия с опорой на личный опыт участников программы и общественный опыт, отработка новых форм поведения; расширение кругозора.

Для активизации **механизмов рефлексии** возможно использование участниками программы ведение дневника, в котором записываются впечатления от встреч и мысли, возникающие по окончании каждого занятия. В таком случае каждое занятие начинается с обмена впечатлениями участников группы от предыдущей встречи.

Остановимся на раскрытии содержания занятий данной программы (таблица 22).

Таблица 22.

**Содержание коррекционно-развивающих занятий**

<b>Блок занятия</b>	<b>№ занятия</b>	<b>Темы занятий</b>	<b>Компоненты виктимного поведения студентов в Глобальной сети Интернет</b>
1. Вводный	1	«Знакомство»	
2. Зависимый тип виктимного поведения	2	«Интернет VS реальность – виртуальные возможности в реальной жизни»	Когнитивный
	3	«Я и Интернет. Как я веду себя в Интернете?»	Личностный
	4	«Опасности и риски Всемирной паутины»	Поведенческий
	5	«Здравствуйте, я...»	
3. Некритичный тип	6	«Как не стать жертвой. Что такое виктимное поведение?»	Когнитивный

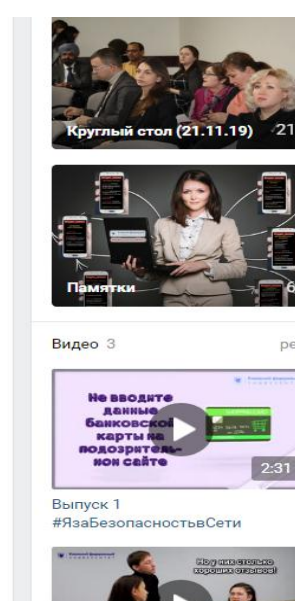
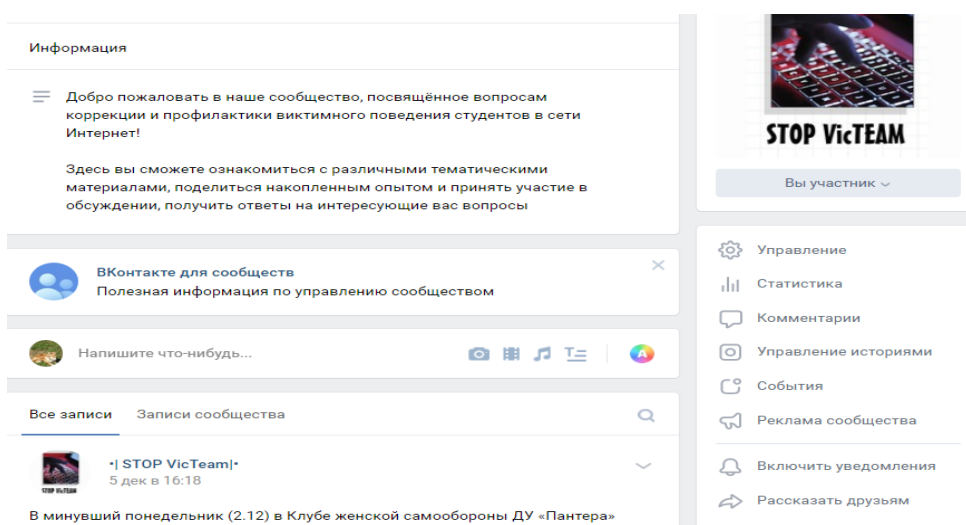


виктимного поведения	7	«Я – за безопасность»	Личностный
	8	«Все под контролем»	
	9	«Я умею говорить «НЕТ»»	Поведенческий
4. Гиперсоциальный тип виктимного поведения	10	«О чем говорит тревожность»	Когнитивный
	11	«Моя регулируемая тревожность»	Личностный
	12	«Личные границы в сети Интернет»	Поведенческий
	13	«Конфликты и выходы из конфликтных ситуаций»	
5. Самоповреждающий тип виктимного поведения	14	«Ценности моей жизни»	Когнитивный
	15	«Мое психическое здоровье»	Личностный
	16	«Личность в зоне БЕЗОпасности»	
	17	«Мои друзья off-line»	Поведенческий
6. Итоговый	18	«Подведение итогов»	

Показала свою эффективность такая форма профилактики и коррекции виктимных форм поведения студентов в сети в Интернет, как создание **открытой Группы ВКонтакте •| STOP VicTeam|•**, сообщества профессионалов и заинтересованных лиц по вопросам виктимизации в интернет-пространстве, а также коррекции и профилактики виктимного поведения студентов в сети Интернет.

Эта группа выступает площадкой для организации форума по обсуждению создания системы превентивных мер, направленных на предотвращение реализации виктимного поведения студентов в интернете. Участни-

кам группы предоставляется возможность поделиться накопленным опытом, принять участие в обсуждении, задать вопросы специалистам, получить консультативную помощь специалиста по проблеме виктимности, изучать тематические материалы: научные статьи, диагностический инструментарий, информационные памятки и видео-контенты по формированию безопасного поведения студентов в интернете с учетом разных рисков виктимизации, получать информационные сообщения и отчеты по проводимым профилактико-коррекционным мероприятиям предотвращения виктимного поведения современных студентов.



### ! ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПАМЯТКИ И ВИДЕО

Периодически под этим постом будут появляться памятки и предупреждающие видео-ролики.

Именно они являются одной из неотъемлемых составляющих нашего проекта.



21 ноя в 6:27

8 комментариев

«Обсудим проблему виктимизации»  
19 ноя в 8:35  
1 комментарий

«Консультирование по вопросам виктимности»  
12 ноя в 21:22  
1 комментарий

Создать мероприятие

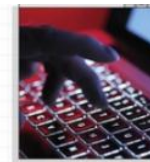
Контакты 3 ре

Мария Двинских

Альбина Дроздикова-Зарипова  
Руководитель проекта

Айгуль Миннеханова  
Редактор

«В Институте психологии и образования КФУ прошел круглый стол на тему: «ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ И КОРРЕКЦИИ ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В ИНТЕРНЕТЕ» К участию были приглашены специалисты по вопросам виктимизации, научно-педагогические работники, бакалавры, магистранты и аспиранты. Участникам была предложена насыщенная программа. Каждый смог внести свой вклад в командной работе, услышать выступления своих коллег #кафедрапедагогикифу #институтпсихологиииобразования



STOP VicTEAM

Вы участник

Управление

Статистика

Комментарии

Управление историями

События

Реклама сообщества

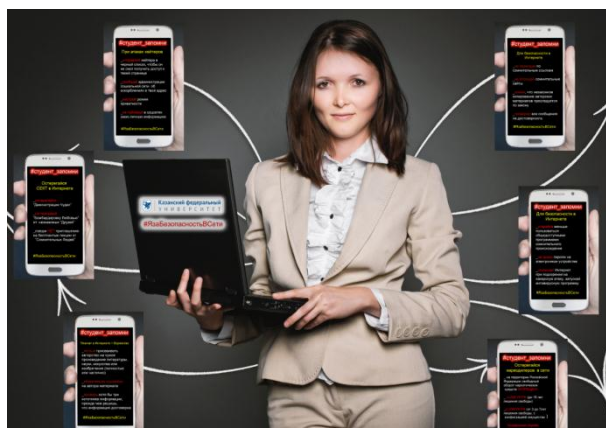
Включить уведомления

Далее остановимся на основных **средствах** профилактики виктимного поведения студенческой молодежи в сети интернет.

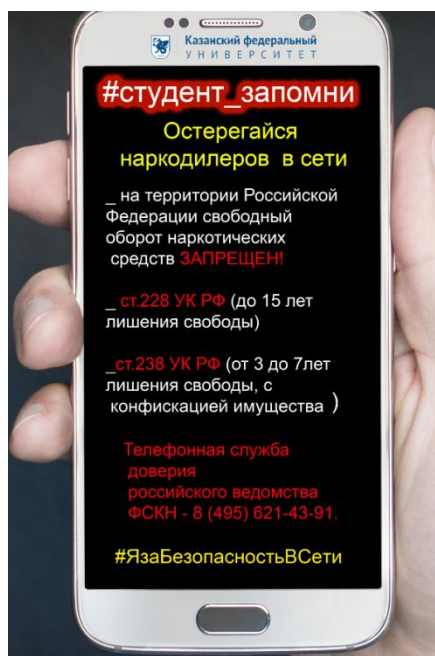
**Памятки** - вид методической продукции, позволяющий в сжатой форме дать алгоритм действий, круг обязанностей, перечень советов. Памятка невелика по объему, обычно не более 1 печатного листа (хотя могут быть и большие памятки). Изложение материала лаконично, конкретно, без повторений, как правило, по пунктам: 1)....; 2).... и т. п. Интернет не только приносит пользу, но он является сильным искушением для учащихся.

В рамках нашей темы были разработаны разнообразные памятки, например:

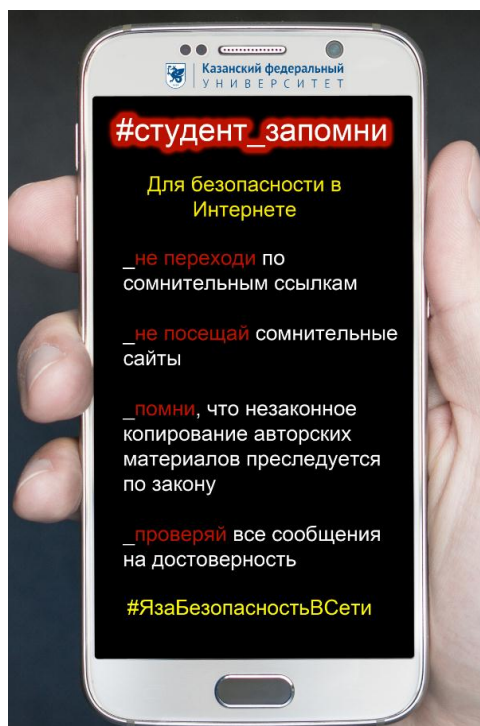
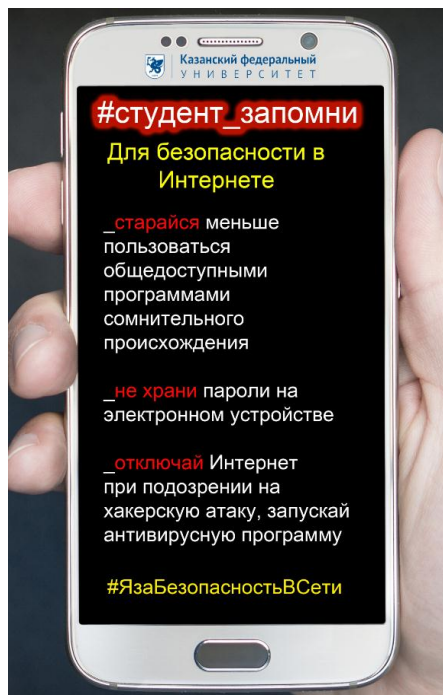
1.Памятка, поднимающая общие проблемы виктимизации студентов.



2.Памятка, предупреждающая о наркодилерах в сети Интернет

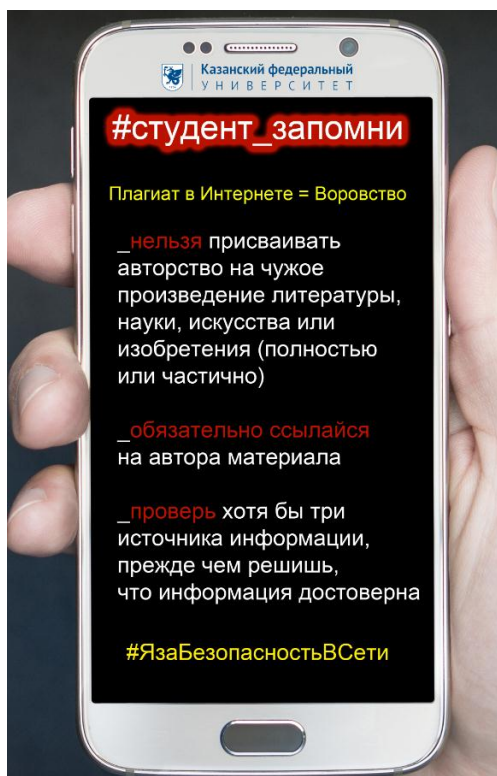


### 3.Памятка о правилах безопасного поведения в сети Интернет





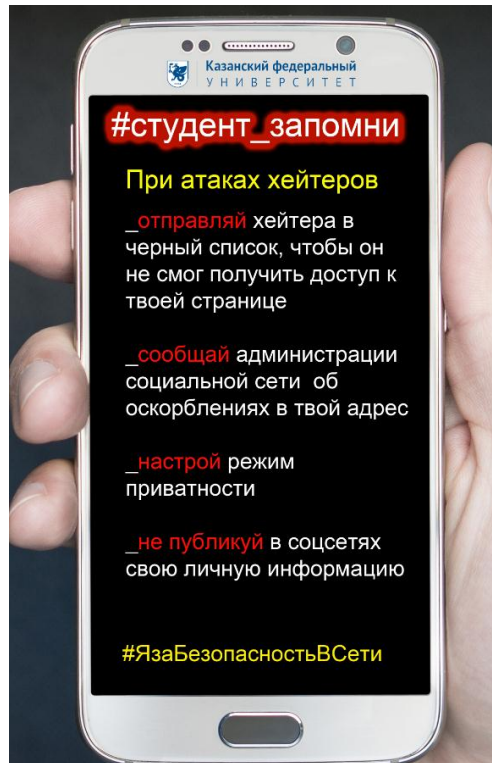
#### 4. Памятка о корректном цитировании



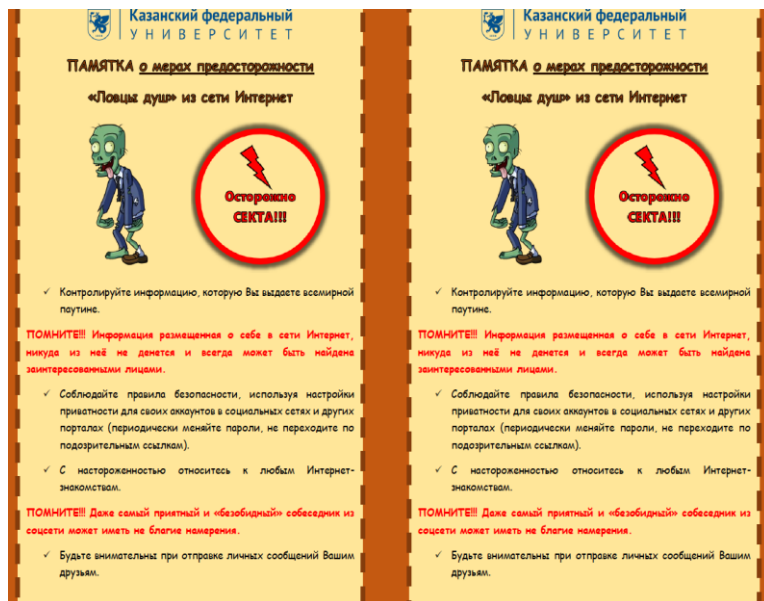
#### 6. Памятка «Остерегайся сект в интернет»



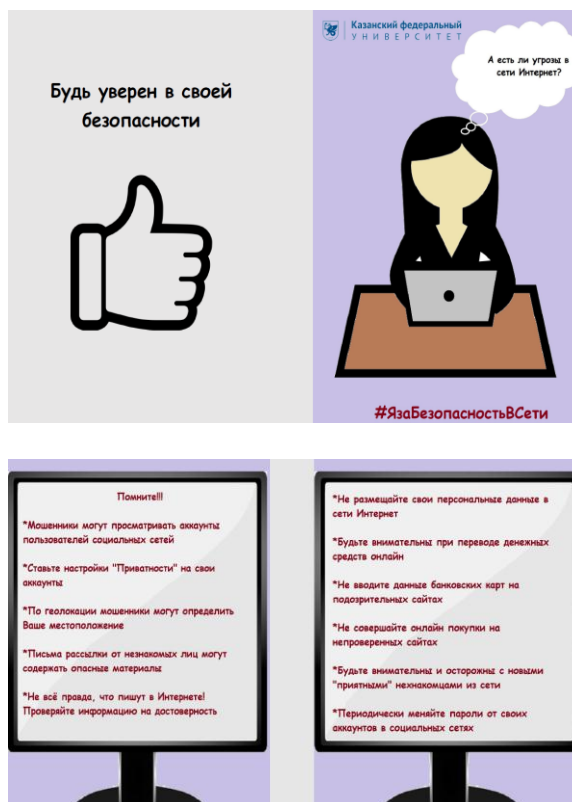
7. Памятка о правилах поведения при атаках хейтеров



8. Памятка о мерах предосторожности «Ловцы душ» из сети Интернет



## 9. Памятка «Будь уверен в своей безопасности»



**Обучающий видеоконтент (видеоролик)** позволяет научить студентов процедуре противостоять виктимогенным воздействием в сети интернет, безопасному поведению в условиях сети интернет. Нужно уточнить, что обучающие фильмы могут быть как постановочные, так и графические, выполненные средствами компьютерной графики. Они позволяют задействовать практически все органы чувств, используемые для восприятия информации, при этом происходит ее дублирование по различным каналам восприятия, что резко повышает скорость и качество усвоения материала составленная последовательность кадров. Данные видеоролики позволяют знакомить студентов с сайтами, содержащими небезопасную информацию: посвященные какой-либо незаконной деятельности, с рекламой табака и алкоголя, пропагандирующие насилие и девиантное поведение, содержащие информацию о сектах и террористических организациях, посвященные продаже запрещенных товаров. Опасность таких ресурсов состоит в возможности нарушения нормального развития студентов, неправильного формирования нравственных ценностей, знакомстве с людьми с



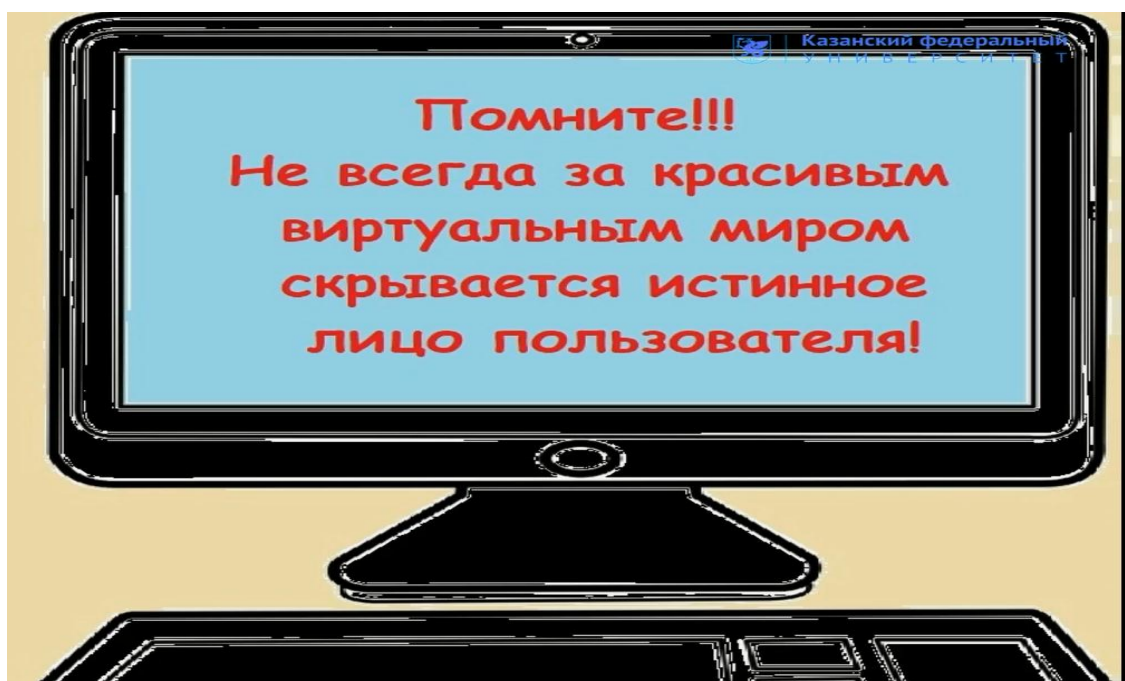
преступными намерениями, заражения компьютера вредоносными программами.

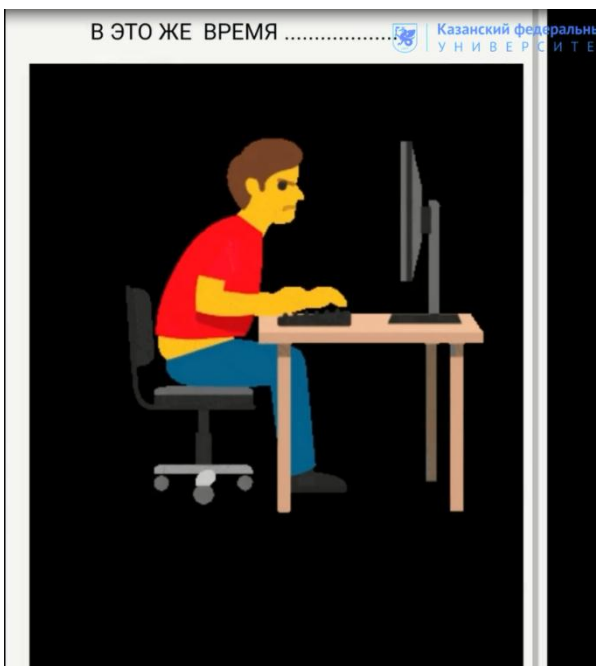
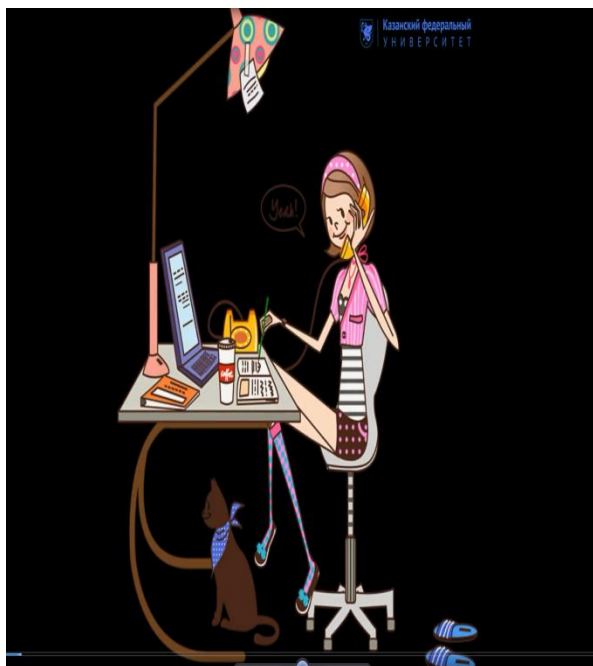
Нами были разработаны видеоролики, например:

*1. Видеоролик «Жизнь «Онлайн»»*

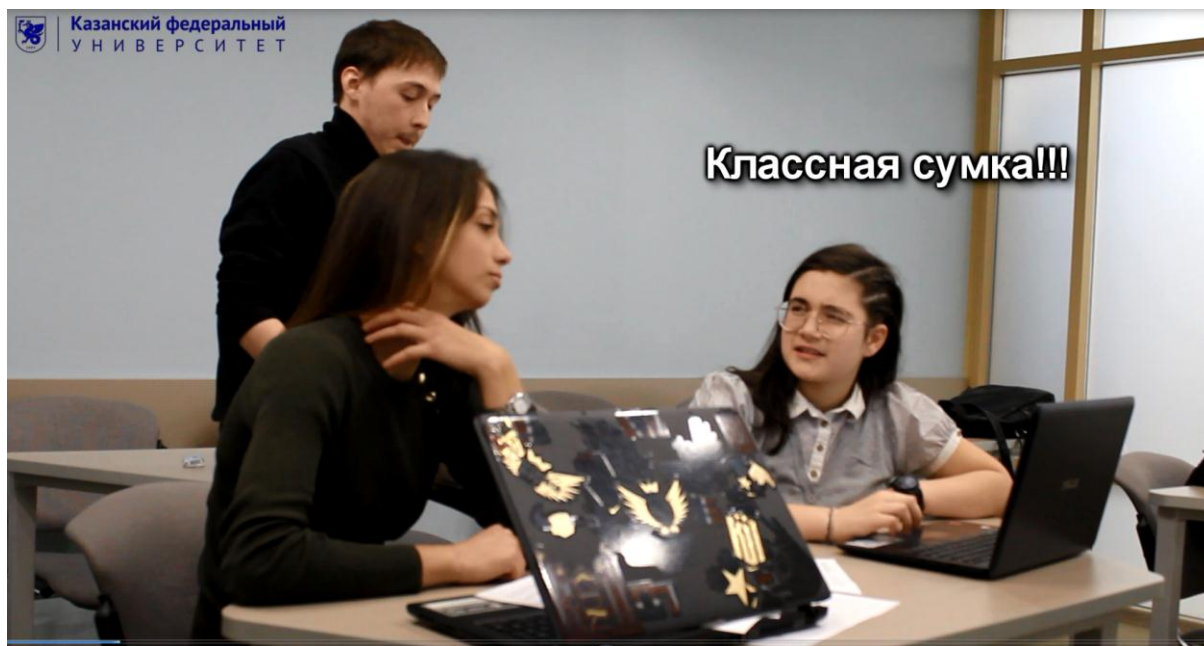


*2. Видеоролики «Мошенничество в интернет»»*





### 3. Видеоролик «Потребительские риски»



Следующее средство профилактики и коррекции виктимных форм поведения студентов в сети Интернет является **репозиторий**.

*Репозиторий* (<https://kpfu.ru/psychology/struktura/kafedry/kafedra-obschej-i-socialnoj-pedagogiki/profilaktika-i-korrekcija-viktimnogo-rovedeniya>) - электронный архив документов научного, образовательного и нормативного назначения, изданных с целью обеспечения профилактиче-

ской поддержки пользователей локальной сети в образовательных организациях.

Разработанный комплекс медиаобразовательных приемов, методов и технологий обучения хранится в виде файлов, доступных для дальнейшего распространения по локальной сети образовательной организации. Созданный информационный ресурс должен помочь студентам, преподавателям осваивать медиаграмотность, решать медиаобразовательные задачи в педагогической практике. Опыт работы в сфере медиаобразования позволит дополнять и расширять созданный репозиторий, содержательными элементами которого могут быть: диагностические методики, видеоконтент (видеоролики), подборка статей, разработанные коррекционно-профилактические программы.

Наиболее интересные материалы можно найти также под QR-кодом.



**Методы профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети интернет:**

- 1) **убеждение** как эффективный метод воздействия через отбор наиболее ценной, объективной информации, противодействия кибер-рискам, виктимизации, обращено к разуму с применением рациональных аргументов, логики, авторитетов, конкретных жизненных примеров.
- 2) **метод предоставления собеседнику фактов и цифр**, подтверждающих доказываемые тезисы и положения
- 3) **метод противоречия**, основанный на выявлении противоречий в аргументации собеседника

4) **метод видимой поддержки**, демонстрирующий согласие с примененными доводами оппонента, а затем выдвижение контраргументов

5) **метод поэтапного согласия**, «да»/»но»

6) **метод примера** поведения окружающих людей.

**Приемы и способы воздействия на отдельных учеников, на целевые аудитории**, позволяющие учитывать эмоциональную сферу собеседника, создать эмоциональное сопереживание, смысловой резонанс, альтернативное позиционирование и др. Основной прием - выработка умения верифицировать информацию, т.е. устанавливать ее достоверность, применяя критический взгляд на предоставленные материалы

**Приемы, направленные на нейтрализацию замечаний**, к которым относятся желание проявить себя, сопротивление, стремление к получению информации, ироничные замечания, отговорки, объективные замечания, предубеждения и проч.

**Приемы, направленные на нейтрализацию технологий информационного воздействия**, таких как манипулирование с истинной информацией, с опросами общественного мнения, тенденциозное представление информации, анонимный авторитет, «забалтывание», эмоциональный резонанс, эффект бумеранга, эффект ореола, эффект первичности, информационная блокада.

Результатом профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети интернет являются **устойчивые навыки безопасного поведения в сети Интернет:**

Критерии:

–культура общения с медиаресурсами;

–развитые коммуникативные способности, критическое мышление, умения интерпретации, анализа и оценки медиатекста;

-эмоциональная устойчивость;

-информационная культура;

- развитые культурные интересы, увлечения, способы проведения здорового досуга;

-стабилизация самооценки;

-наличие определенных личностных качеств: разумная осторожность, наблюдательность, самообладание, находчивость, быстрота реакции, умение быть стойким к успокаивающим уговорам малознакомых и незнакомых людей.

## Заключение

Проблемы предупреждения виктимизации поведения людей необходимо решать как можно раньше и направлять профилактические мероприятия на более уязвимые категории населения - детей и подростков. Однако вопрос изучения психологических факторов виктимного поведения, предупреждения виктимизации поведения подростков, разработки мероприятий психологической профилактики их виктимного поведения, психологической коррекции и психологической реабилитации наиболее виктимизированных подростков сегодня остаются вне поля зрения. Поэтому, одним из самых актуальных заданий настоящего относительно обеспечения гармоничного развития детей и подростков является необходимость разработки специальных превентивных мероприятий по предупреждению их виктимизации, организация которых должна осуществляться на основании результатов детальных исследований психологических факторов их виктимного поведения.

Все чаще в настоящее время дети и подростки становятся жертвами жестокого обращения и насилия, преступлений. К сожалению, проблема насилия и виктимности подростков далека от решения, но прочно заняла свое место среди других актуальных проблем психологической науки.

Исследование проблемы профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет, которое нашло отражение в данной монографии, позволило сделать следующие выводы.

Виктимность личности рассматривается нами в рамках дезадаптационного подхода, а именно как отклонение от норм и правил безопасного поведения в Глобальной сети Интернет. На основе контент-анализа понятий «виктимность» и «виктимное поведение» в трудах зарубежных и отечественных ученых как центральные, системообразующие понятия современной виктимологии было выявлено как минимум три направления виктимологии:

- 1) криминалистическая виктимология,
- 2) социально-педагогическая виктимология
- 3) психологическая виктимология.

Трактовка данных системообразующих понятий в изученных трудах разнопланова, многоmodalна. Одновременно отметим, что в исследованиях по виктимологии не уделяется достаточного внимания проблеме виктимного поведения в Глобальной сети Интернет, либо в них характеризуются лишь отдельные подвиды интернет-преступлений, не раскрывающие подробно другие виды и все явление в целом.

Виктимное поведение студенческой молодежи может быть неосмотрительным, рискованным, легкомысленным, порой провокационным, следовательно, опасным для себя самого и окружающих, что увеличивает возможность посягательств на собственную жизнь и собственное благополучие, а также на благополучие других людей. В связи с этим, виктимное поведение в Глобальной сети Интернет мы рассматриваем отклонение от норм безопасного поведения, обусловленное характерологическими особенностями студенческой молодежи (рискованностью, импульсивностью, неосторожностью и др.) и деформацией ценностно-мотивационной составляющей личности (прежде всего, депривацией потребности в безопасности), в результате которых личность обретает высокую предрасположенность становиться аддиктом и жертвой преступлений в Глобальной сети Интернет.

К объективным факторам виктимизации молодежи относятся социальные, экономические, культурно-нравственные, правовые, организационно-управленческие и психологические факторы. На виктимное поведение оказывает влияние совокупность объективных (внешних) и субъективных (внутренних) факторов виктимизации, а также ситуативные факторы. Процесс виктимизации и виктимного поведения имеет многофакторный характер. Данный многофакторный подход должен учитывать все их многообразие. Все факторы связаны с причинами виктимного поведения студенчества, к которым относятся наличие низкой самооценки и неуверенности к себе; внушаемость, инфантилизм, зависимость от мнения окружающих; «боязнь выделиться». Причины виктимного поведения молодежи могут быть различным в силу случайности или злонамеренности. Основным механизмом виктимизации в Глобальной сети Интернет является отсут-

ствие рефлексии, определяющий баланс между своим Я и общим пониманием, социальным и индивидуальным, между опасным и возможным.

Наиболее важными составляющими виктимизации студенческой молодежи являются индивидуально-личностные (психологические) составляющие, присущие студенческой молодежи; государственно-общественные составляющие; социально-психологические составляющие; психолого-педагогические факторы; изменения и развитие самой Глобальной сети Интернет. Необходимо обращать внимание на все факторы, предпосылки, причины, опасности и механизмы виктимизации, которые влияют на студенческую молодежь. Принимая их во внимание, необходимо так выстраивать воспитательное пространство ВУЗа, чтобы одной из основных задач высших учебных заведений сегодня являлось создание безопасного поведения в Сети и проведение виктимологической профилактики среди студенческой молодежи.

На основе контент-анализа понятия «виктимологическая профилактика», представленного в трудах отечественных и зарубежных ученых, мы рассматриваем профилактику виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет как систему взаимосвязанных, эффективных, своевременных государственных, общественных и индивидуальных действий и мероприятий, направленных на выявление, устранение или нейтрализацию негативных влияний интернет-пространства и действий преступников, а также обучение граждан правилам правовой и психологической безопасности в Сети для сохранения, поддержки и защиты нормальной жизнедеятельности личности. Мы выделяем общесоциальный, специально-групповой и индивидуальный уровни виктимологической профилактики.

Методы и формы виктимологической профилактики в Глобальной сети Интернет: диагностика аддиктивного поведения, уровня виткимности; вербальные методы (обучение, суггестия, убеждение) с целью формирования безопасного поведения в интернете, развития психологического иммунитета к негативным внутренним и внешним факторам, которые вызывают депрессию, истерику, неврозы, агрессию; психологические и социально-психологические тренинги адекватного поведения в различной социальной



среде; демонстрация и анализ кино-видеофильмов о правилах поведения в интернет-сети; арт-терапия; консультирование по проблемам виктимного поведения в Сети; вовлечение лиц, склонных к виктимному поведению, к общественно значимой деятельности (волонтерской, спортивной, рекреативной).

В книге выделено три направления исследований зарубежных и отечественных ученых по проблемам безопасности использования Интернета. Первое направление ученых связано с изучением личностных характеристик, социально-психологических детерминант виктимного поведения жертв виктимизации. В рамках второго направления исследуются факторы, причины, виды рисков кибервиктимизации. Третье направление связано с оказанием адресной помощи жертвам виктимизации разного характера.

В нашем исследовании мы предлагаем следующие методологические подходы, с учетом которых должна строиться профилактика и коррекция виктимного поведения студенческой молодежи в глобальной сети Интернет: аксиологический, системно-личностный, подход развития критического мышления, деятельностный подход, здоровьесберегающий подход, интегративный подход. Данные подходы детерминируются следующими принципами: принцип гуманизации; принцип превентивности; принцип социального закаливания; принцип центрации; принцип здоровьесбережения и принцип интегративности.

В работе разработаны и апробированы психолого-педагогическими условия профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет, которые мы рассматриваем определенные психолого-педагогические меры воздействия на развитие личности студенческой молодежи, позволяющие предупредить и снизить уровень виктимного поведения, способствовать формированию безопасного поведения студентов в интернет-пространстве. Теоретический анализ монографических и диссертационных исследований, проведенный нами, а также наш многолетний опыт позволяют выделить и обосновать следующую совокупность психолого-педагогических условий профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в Глобальной сети Интернет:

- 1) качественная и своевременная диагностика виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет;
- 2) создание в вузе безопасной образовательной среды;
- 3) разработка и реализация модели профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет.

Предлагаемые в книге разработанная и апробированная модель профилактики и коррекции виктимного поведения студенческой молодежи в сети Интернет, а также педагогическое обеспечение данного процесса являются одним из шагов по решению очень важной и сложной проблемы современности – девиктимизации студенческой молодежи.

## Список литературы

1. Абдрахманова Э. В. Современные представления о факторах, способствующих формированию интернет-зависимости // Актуальные вопросы современной психологии: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Краснодар, февраль 2017 г.). — Краснодар: Новация, 2017. — С. 14-17. — Режим доступа: URL <https://moluch.ru/conf/psy/archive/237/11804/> (дата обращения: 26.11.2019).
2. Абраров Р.Д, Курязов Д.А. Информационная безопасность в компьютерных сетях. – 2016. – № 9. – С. 10-12.
3. Агамиров К. В. Виктимное поведение //Современные тенденции развития науки и технологий: сб. статей по материалам XV междунар. науч.-практ. конф., г. Белгород, 30 июня 2016 г.: Агентство перспективных научных исследований. Белгород. – 2016. – №. 6/6. – С. 41.
4. Аракелян Н.С. Опыт пережитого насилия и склонность к виктимному поведению подростков: гендерный аспект // Вестник СПбГУ: Сер. 12. – 2014. – Вып. 4. – С.58-65.
5. Андронникова О.О. Психологические факторы возникновения виктимного поведения подростков: Дисс. ...канд.психол.наук. – Новосибирск, 2005. – 178 с.
6. Андронникова О.О. Виктимное поведение подростков: факторы возникновения и профилактика: монография. – Новосибирск: Изд-во НГИ, 2005. – 300 с.
7. Андронникова О.О. Основные характеристики подростков с самоповреждающим виктимным поведением // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2009. – №. 9. – С.120-126.
8. Андронникова О.О. Методика исследования склонности к виктимному поведению // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2014. – №. 7. – С. 34-40.
9. Андронникова О.О. Социализация как механизм порождения виктимности личности в поликультурном обществе. // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2015. – № 3 (63). – Т. 3. С.63-67.

10. Анурьева М.С, Королева Н.Л., Остапчук К.И. Безопасный Интернет. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://school385.ru/bezopinernet/> (дата обращения 04.10.2019).
11. Артюнина Г.П., Ливинская О.А. Влияние компьютера на здоровье школьника // Псковский регионологический журнал. – 2011. – № 12. – 144 с.
12. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смыслова О.В. Интернет: воздействие на личность // Гуманитарные исследования в Интернете / под ред. А. Е. Войскунского. – М.: Можайск-Терра, 2000. – С. 11–39.
13. Байденко В.И. Компетенции в профессиональном образовании // Высшее образование в России. – 2004. – №11. – С.24-29.
14. Баскакова Н.И. Рекомендации «Безопасный Интернет». – Тамбов: ТОИПКРО, 2011. – 90 с.
15. Башанаева Г.Г., Субботина Р.А. Исследование структуры внутриличностных детерминант юношей и девушек разного виктимного типа // Общество: социология, психология, педагогика. – 2016. – №2. – С. 14-23.
16. Баширова Т. Н. Противоречивость социально-психологических характеристик личности как основа виктимного поведения студентов //Современные проблемы науки и образования. – 2013. – №. 6. – С. 836-836.
17. Бондаренко С.В. Модель социализации пользователей в киберпространстве. // Технологии информационного общества — Интернет и современное общество: труды VI Всероссийской объединенной конференции. Санкт-Петербург, 3–6 ноября 2003 г. - СПб.: Издательство Филологического факультета СПбГУ, 2003. – С. 5–7.
18. Браус Дж., Вуд Д. Инвайронментальное образование в школах: Пер. с англ. — НААЕЕ, 1994. – 226с.
19. Бубнова И.С. Проблема виктимного поведения подростков и его социально-педагогическая профилактика// Психология в экономике и управлении 2014, №1 – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-viktimnogo-povedeniya->

- podrostkov-i-ego-sotsialno-pedagogicheskaya-profilaktika/viewer (дата обращения 3.11.2019).
20. Бутова (Лоскутова) В.А. Результаты исследования интернет-зависимости среди пользователей Рунета // Тезисы докладов 60–61-й итоговой научной конференции студентов и молодых ученых. – Новосибирск, 2000. – С.253.
  21. Быстров А.Е. Психологические факторы возникновения виктимного поведения у подростков с ограниченными интеллектуальными возможностями // Специальное образование. – 2014. – № 3. – С. 139-149.
  22. Вакулич Т.М. Вивчення віктимності особистості неповнолітніх у психологічній літературі // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України // за ред. С.Д. Максименка т.ХІ, ч. 6. – Київ, 2009. – С. 49-56.
  23. Варчук Т.В., Вишневецкий К.В. Виктимология. – М.: ЮНИТИ-ДАА, 2009. – 191 с.
  24. Васильева И.А. Психологические факторы компьютерной тревожности // Вопросы психологии. – 2004. – №5. – С.56-62.
  25. Вишневецкий К.В. Виктимизация: факторы, условия, уровни // Теория и практика общественного развития. – 2014. – № 4. – С. 226-227.
  26. Вишневецкий К. В. Классификация виктимности // Теория и практика общественного развития. – 2014. – №2. – С.417–420.
  27. Войскунский А.Е. Концепции зависимости и присутствия применительно к поведению в Интернете // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2015. – N 4(33). – С. 6. – Режим доступа. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 29.11.2019).
  28. Волгушева А.А. Механизм социального поведения. – Режим доступа – <https://center-yf.ru/data/stat/mehanizm-socialnogo-povedeniya.php> (дата обращения: 28.11.2019).
  29. Волкова Е.Н. Защита детей от жестокого обращения. – СПб.: ПИТЕР, 2015. – 220 с.
  30. Гаджиева А.А. Виктимология и её роль в профилактике преступлений: дисс. ... канд. юрид. наук. – Махачкала, 2000. – 206 с.

31. Голобородько, Е.Н., Кондрашова, Э.В., Хахина, И.Г. Профилактика виктимного поведения несовершеннолетних [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psyhodic.ru> (дата обращения: 29.11.2019).
32. Данилова М. А. Интернет-социализация студенческой молодежи: специфика мотивации сетевого поведения: Автореф.....канд.соц.наук. – Саратов, 2009. – 19 с.
33. Деркач Л. Л., Селезнева Е. В. Акмеологическая культура личности: содержание, закономерности, механизмы развития. - М.: Изд-во МНСУ ; Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК»,2006. - 496 с.
34. Дети интернет-поколения России: новая реальность? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://maxpark.com> (дата обращения: 29.11.2019).
35. Дик П. В. Психологические концепции риска и рискованного поведения / П.В. Дик // Актуальные проблемы психологии. - 2008. - № 5. - С. 63–68.
36. Долговых М.П. Психологическая детерминация проявления виктимного поведения личности подростка: Автореф. дис. ... канд. пс. наук: 19.00.01. – Тольятти, 2009. – 25 с.
37. Дремлюга Р.И. Интернет-преступность. – Владивосток: Изд-во Дальневост. ун-та, 2008. – 240 с.
38. Дрепа М. И. Психологический портрет личности интернет-зависимого студента // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (TSPU Bulletin). –2009. – Вып. 4 (82). – С. 75–81.
39. Дроздикова–Зарипова А.Р., Валеева Р.А., Шакурова А.Р. Педагогическая коррекция компьютерной зависимости у подростков группы риска: теория, практика. – Казань: Издательство «Отечество», 2012. – 280 с.
40. Дроздикова-Зарипова А.Р., Мингазиева С.Р. Формирование коммуникативной толерантности младших подростков средствами информационно-коммуникационных технологий: содержание, формы и методы: учебно-методическое пособие. – Казань: КФУ, 2019. – 68 с.
41. Дюбина Т.Г. Учет рассогласований между объективной оценкой и самооценкой личности // Вопросы психологии. –2010. –№4. – С.25–34.

42. Жалинский, А. Э. Криминология. – Москва: Издательский дом Высшей школы экономики, 2014. – 619 с.
43. Желтова И.А. Сетевая культура и информационная безопасность школьников в интернет–пространстве // Вестник Северо-Восточного государственного университета. – 2013. – № 19. – С. 106-108.
44. Загвязинский В.И., Зайцев М.П., Кудашов Г.Н., Селиванова О.А., Строков Ю.П. Основы социальной педагогики: Учебное пособие для студентов педагогических ВУЗов и колледжей / Под ред. П.И. Пикасистого. – М.: Педагогическое общество России, 2002. – 160 с.
45. Загвязинский В.И., Селиванова О.А. Социальная педагогика : учеб. для студ. вузов, обучающихся по направлению "Психол.-пед. образование". – М.: Юрайт, 2012. – 405 с.
46. Ившин В.Г., Идрисова С.Ф., Татьяна Л.Г. Виктимология. – М.: Волтерс Клувер, 2011. – 252 с.
47. Количество пользователей интернета в России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: [http://www.bizhit.ru/index/users\\_count/0-151](http://www.bizhit.ru/index/users_count/0-151) (дата обращения 19.08.2019).
48. Ипполитова Н.В, Стерхова Н.С Анализ понятия «педагогические условия»: сущность, классификация // General and Professional Education. – № 1. – 2012. – С.8-14.
49. Калашникова А.А., Бочкова Д.Б. Исследование склонности к виктимному поведению и взаимосвязи виктимности с типом темперамента у студентов СГМУ им. В.И. Разумовского. // Форум молодых ученых. – 2018. – №6. (22). – Режим доступа: [https://forum-nauka.ru/domains\\_data/files/22/Kalashnikova%20A.%20A..pdf](https://forum-nauka.ru/domains_data/files/22/Kalashnikova%20A.%20A..pdf) (дата обращения: 28.11.2019).
50. Каткова М.Н., Чолак Е.И. Профилактика виктимности в сети Интернет. – Режим доступа: <http://step-science-bip.csrae.ru/pdf/1/36.PDF> (дата обращения: 26.11.2019).
51. Кемяшова П.Н., Фаустова А.Г. Обзор современных исследований виктимного поведения у студентов «виктимность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие» – Режим доступа: [www.humjournal.rzgmu.ru](http://www.humjournal.rzgmu.ru) (дата обращения: 22.11.2019).

52. Классен Н.О., Шипунова Т.В. Стиль жизни студенческой молодёжи и сексуальная виктимизация. // Вестник СПбГУ. – Сер. 12. –2013. – Вып. 2. – С.166-173.
53. Клачкова О.А. Структурная организация виктимной личности: автореф. дисс. ...канд.психол.наук. – Комсомольск-на-Амуре , 2008. – 18 с.
54. Клачкова О.А. Исследование виктимного типа личности //Амурский научный вестник: сборник научных трудов. – Комсомольск-на-Амуре: Изд-во АмГПУ, 2007. – С. 90 –103.
55. Коверзнева И.А. Психология активности и поведения. – Минск: Изд-во МИУ, 2010. – 316 с.
56. Коджаспирова Г.М. Педагогика: учебник. – М.: Гардарики, 2007. – 528 с.
57. Количество пользователей интернета в России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: [http://www.bizhit.ru/index/users\\_count/0-151](http://www.bizhit.ru/index/users_count/0-151) (дата обращения 19.08.2019).
58. Конончук А. А. Виктимологическая профилактика преступлений, совершаемых в отношении несовершеннолетних // Наука, образование, инновации: апробация результатов исследований [Электронный ресурс] / Научно-издательский центр «Мир науки». – Электрон. текст. данн. (7,13 Мб.). – Нефтекамск: Научно-издательский центр «Мир науки», 2018. – С.428-435. – Режим доступа: URL: [http://science-rease.ru/files/NOI\\_2018.pdf](http://science-rease.ru/files/NOI_2018.pdf) (дата обращения 19.08.2019).
59. Кузнецова Л.Э. Психологические особенности проявления виктимного поведения у современной молодежи. // Актуальные 53 вопросы современной психологии: материалы II междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2013 г.). – Челябинск: Два комсомольца, 2013. – С. 73-75.
60. Кулюткин Ю.Н., Тарасов С.В. Образовательная среда и развитие личности. [Интернет-ресурс]. – Режим доступа: [http://znanie.org/jornal/n1\\_01/obraz\\_sreda.html](http://znanie.org/jornal/n1_01/obraz_sreda.html) (дата обращения 19.08.2019).



61. Левина Н.А. Личностный потенциал подростков, склонных к виктимному поведению / Н. А. Левина // Потенциал личности: комплексная проблема: мат-лы XI Междунар. конф. (заоч.). 29 апреля 2012 г. – Тамбов, 2012. – С. 216-223.
62. Левина Н.А., Дубовицкая М.Г. Психологическая профилактика виктимного поведения подростков в условиях, содействующих развитию личностного потенциала // Социально-экономические явления и процессы. – 2013. – № 5 (051). – С. 280-287.
63. Левина Н.А., Фатейчева М.Г. Личностный потенциал подростков, склонных к виктимному поведению // Потенциал личности: комплексная проблема: мат-лы XI Междунар. конф. (заоч.). 29 апреля 2012 г. – Тамбов, 2012. – С. 216-223.
64. Лефтеров В.А., Вакулич Т.М. Виктимное поведение как психологическая проблема // [Интернет-ресурс]. – Режим доступа: [http://elibrary.kubg.edu.ua/1137/1/T\\_Vakulich\\_V\\_Lefterov\\_PTEA\\_7\\_IS\\_IPSP.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/1137/1/T_Vakulich_V_Lefterov_PTEA_7_IS_IPSP.pdf). (дата обращения 17.11.2019).
65. Леонтьев Д. А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова / под ред. Б. С. Братуся, Д. А. Леонтьева. – М., 2002. – Вып. 1. – С. 56-65. [Интернет-ресурс]: Режим доступа: <http://institut.smysl.ru/article/16.php> (дата обращения 19.08.2019).
66. Макаров А.С., Бобченко Т.Г. Теоретические основы профилактики виктимного поведения подростков // Материалы XXV научно-практической конференции. Междисциплинарные исследования. Современное состояние и перспективы развития. – М., 2018. – С.43-39.
67. Малкина-Пых И.Г. Виктимология. Психология поведения жертвы: новейший справочник психолога. – М.: Эксмо, 2010.- 864 с.
68. Матанцева Т. Н. Факторы виктимного поведения подростков как социальная проблема психологической науки // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 8. – С. 74–81. – Режим доступа: URL: <http://e-koncept.ru/2016/56124.htm>. (дата обращения: 26.11.2019).

69. Медведева Н.И. Индивидуально-психологические особенности личности в юношеском возрасте, ведущие к уходу в игровую реальность. 17.05.2018[Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cyberpsy.ru/articles/medvedeva-uhod-v-igrovuyu-realnost/> (дата обращения: 27.11.2019).
70. Методические материалы для проведения в организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования, среднего профессионального образования, дополнительного образования детей, в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, мероприятий по основам информационной безопасности детей («основы медиабезопасности»), состав. Пригодич Е. Г., Красноярск, 2013. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://gorod-detstva.ipk.ru/images/doc/metodrekomend2016.pdf> (дата обращения 7.12.2019 г.)
71. Минская В.С. Личность потерпевшего и ее криминологическое значение // Потерпевший от преступления. – Владивосток: Изд-во Дальневост. ун-та, 1974. – С. 81-97.
72. Михайлюк Е.В. Социально-психологические факторы формирования виктимного поведения несовершеннолетних. // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2011. - №9/1. – С.43-46.
73. Мудрик А.В., Петрина М.Г. Социально-педагогическая виктимология как отрасль знания. // Вестник ПСТГУ IV: Педагогика. Психология. - 2016. - Вып. 1 (40). - С. 38–45
74. Мудрик А.В., Петрина М.Г. Социально-педагогическая виктимология: исторический экскурс. // Сибирский педагогический журнал. – 2015. – №5. – С.119-125.
75. Мудрик А.В. Социализация человека: Изд.3. – М.:МПСИ, 2010. – 624 с.
76. Мудрик А.В. Социальная педагогика. 6-е изд., перераб. и доп. – М.: «Академия», 2007. – 224 с.
77. Мудрик А. В. Человек – объект, субъект и жертва социализации // Известия РАО. – 2008. – № 8. – С. 48–57. – Режим доступа: URL:

- [http://psyjournals.ru/mpsi\\_izvestiya\\_rao/2008/n8/29239.shtml](http://psyjournals.ru/mpsi_izvestiya_rao/2008/n8/29239.shtml) (дата обращения: 14.09.2019)
78. Назаров С.А. Педагогическое моделирование личностно-развивающей информационно-образовательной среды вуза. //Научная мысль Кавказа. – 2006. – Спецвыпуск № 2. – С.69-71.
  79. Никитина Ю.В., Семкова М.П. Особенности виктимного поведения юношей и девушек // Вестник Удмуртского университета. –2013. –№3–4. – С. 62–66.
  80. Никогда еще не было целого поколения, выросшего перед экранами! Лекция нейробиолога [Электронный ресурс]. URL:<http://uspu.ru/news/nikогда-eshche-ne-bylo-tselogo-pokoleniya-vyrosshego-pered-ekranami-v-urgpu-prochel-lektsiyu-neurobi/> (дата обращения 7.02.2017 г.).]
  81. Одинцова М.А. Ролевая виктимность в поведении подростков из социально незащищенных семей // Электронный журнал «Психологическая наука и образование». – 2012. – №3. – [Интернет-ресурс] – Режим доступа: [www.psyedu.ru](http://www.psyedu.ru). (дата обращения: 29.11.2019).
  82. Орехова Т.Ф., Ганцен Н.Ф. Подготовка курсовых и дипломных работ по педагогическим наукам: уч. пособие: 4-е изд., стереотип. – М.:ФЛИНТА, 2011. – 139 с.
  83. Папкин А.И. Современная криминальная виктимология. – Домодедово: ВИПК МВД России, 2006. – 157 с.
  84. Парфентьев У.В. Обеспечение безопасности несовершеннолетних в Интернете. – Народное образование. – 2009. – №7. – 320 с.
  85. Педагогический словарь / Под ред. В.И. Загвязинского, А.Ф. Закировой. – М.: Академия, 2008. – 352 с.
  86. Плешаков В.А. Теория киберсоциализации человека. – М.: МПГУ «Номо Cyberus», 2011. – 400с.
  87. Плешаков В.А. Киберсоциализация как инновационный социально-педагогический феномен // Преподаватель XXI века. – 2009. – № 3. – Т. 1. – С. 32–39.
  88. Полонский В.М. Словарь по образованию и педагогике. – М.: Высш. шк., 2004. – 512 с.

89. Полубинский В.И. Криминальная виктимология и виктимность // Научный портал МВД России. – 2010. – № 10. – С. 69–77. [Интернет-ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://elibrary.ru/item.asp?id=15230031> (дата обращения: 11.11.2019).
90. Проблемы кибербуллинга: как сделать посещение интернета для детей и молодежи безопасным : материалы Междунар. науч.-практ. конф.; г. Свислочь, 30 нояб. 2017 г. / редкол. А. С. Лаптёнок (гл. ред.) [и др.]; Институт социально-гуманитарного образования УО «Белорусский государственный экономический университет». – Минск: РИВШ, 2018. – 312 с.
91. Реан А.А. Семья как фактор профилактики и риска виктимного поведения. // Национальный психологический журнал. – 2015. – №1(17). – С.3-8.
92. Репецкая А.Л. Виновное поведение потерпевшего и принцип справедливости в уголовной политике: Автореф....дисс. канд.юрид.наук. – Иркутск, 1994. – 18 с.
93. Ривман Д.В. Криминальная виктимология. – СПб.: Питер, 2002. - 304 с.
94. Рубцов В. В., Ивошина Т. Г. Проектирование развивающей образовательной среды школы. — М.: Изд-во МГППУ, 2002. —272 с.
95. Руденский Е. В. Дефект социализации личности как базовая категория виктимологии образования. – Новосибирск: НГПУ, 2004. – 254 с.
96. Рыбальская В.Я. Виктимологические исследования в системе криминологической разработки проблем профилактики преступлений несовершеннолетних// Вопросы борьбы с преступностью. – М: Юридическая литература, . –2004. – С.234-239.
97. Рябкова И., Попова И.Е Профилактика виктимного поведения подростков. // Инновационная наука. – 2019. – №6. – С.211-214
98. Семенов Н. Все о социальных сетях. Влияние на человека. Проблема социальных сетей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://www.seonews.ru/columns/detail/122951.php> (дата обращения 14.05.2019).

99. Сибиряков С.Л. Актуальные проблемы криминологии, криминальной виктимологии и девиантологии: сборник избранных науч. статей (2000–2013 гг.). – Волгоград: ВолгГМУ, 2013. – 120 с.
100. Сократов Н. В. Культура здоровья с основами безопасности жизнедеятельности: учебное пособие. - Оренбург: Издательство ОГПУ, 2006. – 364 с.
101. Слюсарев В.В., Хусяинов Т.М. Проявление социальности, асоциальности и антисоциальности в виртуальном пространстве [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: //http://cyberpsy.ru/articles/socialnost-asocialnost-antisocialnost-virtual/ (дата обращения 24.11.2019).
102. Статмен П. Безопасность вашего ребенка: как воспитать уверенных и осторожных детей / пер. с англ. С.А. Юрчук. – Екатеринбург, 2004. – 272 с.
103. Стуколова Л.С., Волкова Н.С. Психологические основы виктимности личности в юношеском возрасте // Символ науки. – 2016. – № 7. – 124-126с.
104. Субботина Р.А. Личностные детерминанты виктимного поведения юношей и девушек // Integration of education. – 2016. – Vol. 20. – №1. – С.51-62.
105. Тарханова И.Ю. Социально-педагогическая реабилитация современных подростков: дис. ... канд. пед. наук. – Ярославль, 2005. – 200 с.
106. Титова А. С., Факторы, влияющие на психологическое состояние жертвы. // Виктимология. – 2016. – 2(8) . – С. 37–41
107. Толковый словарь русского языка /Под ред. Д. Н. Ушакова. Т.4. - М.: Астрель, АСТ, 2000. – 1500с.
108. Традиции и инновации в методике обучения иностранным языкам. / Под общей редакцией М. К. Колковой. – СПб.: КАРО, 2007. – 288 с.
109. Туляков В. А. Виктимология (социальные и криминологические проблемы). – Одесса: Юридич. Литература, 2000. – 336 с.
110. Туляков В.А. Общая характеристика виктимологической политики в современных условиях. – Одесса, 2000. – 236 с.
111. Уразаева Г.И. Психология виктимной личности. – Казань: КЮИ МВД России, 2014. – 284 с.

112. Фалкина С.А. Психологические характеристики подростков, склонных к виктимному поведению в интернет-сети // Перспективы науки и образования. – 2014. – №1. – С.230-236.
113. Федоренко С. В. Молодежь и информационные технологии: угрозы виртуального пространства интернет // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. статей по материалам XXII междунар. научно-практ. конф. Ч. II. – Новосибирск: СибАК, 2012. [Электронный ресурс] – Режим доступа: URL: <https://sibac.info/conf/pedagog/xxii/30284> ( дата обращения 21.11.2019).
114. Федоренко С.В. Глобалізація розвитку комп'ютерних технологій: інтернет, досягнення та наслідки / С.Федоренко // Проблеми та перспективи наук в умовах глобалізації: матеріали VI Всеукраїнської наукової конференції. – Ч. II: фізичне виховання, фізика, інформатика, математика, техніка, біологія, хімія. – Тернопіль, 2010. – С. 50-54.
115. Федоренко В. Виктимологический аспект преступлений в сети Интернет – Режим доступа: [https://zakon.ru/blog/2012/1/19/viktimologicheskij\\_aspekt\\_prestuplenij\\_v\\_seti\\_internet](https://zakon.ru/blog/2012/1/19/viktimologicheskij_aspekt_prestuplenij_v_seti_internet) (дата обращения: 26.11.2019).
116. Филиппова Е.О., Туленков А.А. Понятие и содержание криминальной виктимологии, профилактика ее предотвращения // Студенческие научные достижения.– 2018. – С. 192-196.
117. Фоминых Е.С. Психологические механизмы виктимности // Концепт. – 2014. – №5 (май). – ART 14132. – Режим доступа: URL: <http://e-koncept.ru/2014/14132.htm>. (дата обращения: 30.11.2019).
118. Франк Л. В. Виктимология и виктимность. — Душамбе, 1972. – 102 с.
119. Христенко, В.Е. Психология поведения жертвы / В.Е. Христенко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 416 с.
120. Худик В.А., Шигашов Д.Ю. Детерминирующие факторы виктимного поведения у детей и их клиничко-психологические последствия // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2013. – №1. – Т.5. – С.31-40.
121. Чурляева И.В. Криминальная виктимология. – Ростов н/Д: ЮФУ, 2009. – 80 с.

122. Шакурова М.В. Методика и технология работы социального педагога. – М.: Академия, 2002. – 265 с.
123. Шипунова Т. В. Сексуальная виктимизация студенческой молодежи: гендерный аспект // Вестник СПбГУ. – 2011. – Сер.12. – Вып.4. – С.420-431.
124. Шмидт В.Р. Психологическая помощь родителям и детям: тренинговые программы. – Москва: ТЦ Сфера, 2010. – 256 с.
125. Юрова К.И., Юров И.А. Психология виктимного поведения молодежи // Виктимология. – 2017. – 1(11) . – С. 23–26.
126. Янг К.С. Диагноз – Интернет – зависимость // Мир Интернет. – 2000. – № 2. – С.24-29.
127. Ясвин В.А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. — М.: Смысл, 2001. — 365 с.
128. Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 50. PP. 179-211
129. Ang, R.P., Goh, D. H. (2010). Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy, and gender. *Child Psychiatry & Human Development*. 41. PP. 387- 397.
130. Ang, R.P. (2015). Adolescent cyberbullying: A review of characteristics ,prevention and intervention strategies. *Aggression and Violent Behavior*.25. PP. 35–42.
131. Artyunina, G.P., Livinskaya, O.A. (2011). Vliyaniye komp'yutera na zdorov'ye shkol'nika [Infl uence of the computer on health of the school student]. *Pskovskiy regionologicheskiy zhurnal. Pskov regionologicheskoy magazine*. 2011. no. 12. PP. 144–150.
132. Almeida A, Correia I, Marinho S, Garcia D. (2012). Virtual but not less real: A study of cyberbullying and its relations to moral disengagement and empathy. In: Li Q, Donna C, Peter K, Smith, editors. *Cyberbullying in the global playground: Research from international perspectives*. Malden: Blackwell; 2012. PP. 223–244.
133. Ashley N. Doane, Michelle L. Kelley, Matthew R. (2016). *Pearson Reducing Cyberbullying: A Theory of Reasoned Action-Based Video Prevention*

- Program for College Students // Aggressive behavior .Volume 42, pp. 136–146 (2016) DOI: 10.1002/ab.21610
134. Athanasiades C., Kamariotis H., Psalti A., Baldry A.C., Sorrentino A. (2015). Internet use and cyberbullying among adolescent students in Greece: the “Tabby” project. *Hell J Psychol.* 2015; 12: 14–39.
  135. Athanasiou K., Melegkovits E., Andrie E. K., Magoulas C., Tzavara C. K., Richardson C., Greydanus D., Tsolia M., Tsitsika A. K. (2018). Cross-national aspects of cyberbullying victimization among 14–17-year-old adolescents across seven European countries// Athanasiou et al. *BMC Public Health* (2018) 18:800 <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5682-4>.
  136. Bandura A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
  137. Barlett C. P., & Gentile D. A. (2012). Attacking others online: The formation of cyberbullying in late adolescence. *Psychology of Popular Media Culture.* 1. PP.123-135.
  138. Bauman S. (2010). Cyberbullying in a rural intermediate school: An exploratory study. *The Journal of Early Adolescence*, 30(6), 803–833.
  139. Bonanno RA, Hymel S. (2013). Cyber bullying and internalizing difficulties: above and beyond the impact of traditional forms of bullying. *J Youth Adolesc.* 2013; 42: 685–97. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9937-1>.
  140. Bradbury S. L., Dubow E. F., Domoff S.E. (2018). How do Adolescents Learn Cyber-victimization Coping Skills? An Examination of Parent and Peer Coping Socialization// *Journal of Youth and Adolescence.* 47:1866–1879 <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0812-y>.
  141. Bradshaw, C. P. (2014). The role of families in preventing and buffering the effects of bullying. *JAMA Pediatrics*, 168 (11), 991–993.
  142. Bronfenbrenner, U. (1981). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*; Harvard University: Cambridge, MA, USA, 1981; ISBN 18340806.
  143. Calvete E., Orue I., Estévez A., Villardón L., Padilla P. (2010). Cyberbullying in adolescents: modalities and aggressors’ profile. *Comput Hum Behav.* 2010; 26: 1128–35. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.017>.



144. Davis S.A. (2011). A cognitive- behavioral model of pathological Internet use // *Computers in Human Behavior*, 2011. Mar. V.17. №2. PP. 121 – 123.
145. Del Rey R, Elipe P, Ortega-Ruiz R. (2012)/ Bullying and cyberbullying: overlapping and predictive value of the co-occurrence. *Psicothema*. 2012; 24:608–13.
146. Doane A.N., Pearson M.R., & Kelley M.L. (2014). Predictors of cyberbullying perpetration among college students: An application of the theory of reasoned action. *Computers in Human Behavior*, 36, 154–162.
147. Estévez A., Villardón L., Calvete E., Padilla P., Orue I. (2010). Adolescentes víctimas de cyberbullying: Prevalencia y características [adolescent victims of cyberbullying: prevalence and characteristics]. *Behav Psychol. Psicol Conductual*. 2010; 18:73–89.
148. Fischhoff B., Slovic P., Lichtenstein S., Read S., Combs B. (1978). How safe is safe enough? A psychometric study of attitudes towards technological risks and benefits. *Policy Science*, 9, 1978. PP. 127-152.
149. Gasser P. J. (2012)/ *Interop: The Promise and the Perils of Highly Interconnected Systems*. Basic Books, 2012.
150. Genta ML, Smith PK, Ortega R, Brighi A, Guarini A, Thompson F, Tippett N, et al. Comparative aspects of cyberbullying in Italy, England, and Spain. In: Li Q, Cross D, Smith PK, editors. *Cyberbullying in the global playground: Research from International Perspectives*. Malden: Blackwell; 2012. [https:// doi.org/10.1002/9781119954484.ch2](https://doi.org/10.1002/9781119954484.ch2).
151. Gradinger P, Strohmeier D, Spiel C. (2009). Traditional bullying and cyberbullying: identification of risk groups for adjustment problems. *Z Psychol/J Psychol*. 2009; 217:205–13. <https://doi.org/10.1027/0044-3409.217.4.205>.
152. Gradinger, P., Strohmeier, D., Schiller, E.M., Stefanek, E., & Spiel, C. (2012). Cyber-victimization and popularity in early adolescence: Stability and predictive associations. *European Journal of Developmental Psychology*, 9, 228–243. doi:10.1080/17405629.2011.643171.
153. Gradinger, P., Yanagida, T., Strohmeier, D., & Spiel, C. (2014). Prevention of cyberbullying and cyber victimization: Evaluation of the ViSC Social

- Competence Program. *Journal of School Violence*, 14, 87–110. doi:10.1080/15388220.2014.963231.
154. Heirman, W., & Walrave, M. (2012). Predicting adolescent perpetration incyberbullying: An application of the theory of planned behavior. *Psicothema*, 24(4).
155. Hellison, D. (1995). *Teaching Responsibility through Physical Activity*; Human Kinetics: Champaign, IL, USA, 1995.
156. Hinduja S., Patchin J.W. (2008). Cyberbullying: an exploratory analysis of factors related to offending and victimization. *Deviant Behav.* 2008; 29:129–56. <https://doi.org/10.1080/01639620701457816>.
157. Jorge J. Varela & Javier Guzmán & Jaime Alfaro & Fernando Reyes (2019). Bullying, Cyberbullying, Student Life Satisfaction and the Community of Chilean Adolescents// *Applied Research Quality Life* (2019) 14:705–720. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9610-7>.
158. Juvonen J., Gross E.F. (2008). Extending the school grounds?—bullying experiences in cyberspace. *J School Health.* 2008; 78:496–505. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2008.00335.x>.
159. Kapatzia A., Sygkollitou E. (2008). *Cyberbullying in middle and high schools: prevalence, gender and age differences*. Greece: University of Thessaloniki. P. 2008.
160. Katzer C., Fetchenhauer D., Belschak F. (2009). Cyberbullying: who are the victims? A comparison of victimization in Internet chatrooms and victimization in school. *J Media Psychol.* 2009; 21:25–36. <https://doi.org/10.1027/1864-1105.21.1.25>.
161. Kostyunina N.Y., Korneva I.G. (2017). Prevention of adolescents' risky behavior in the global network // *IFTE 2017 - 3rd international forum on teacher education*. 2017. Vol.29. P.426-438.
162. Kostyunina N.Y., Kalatskaya N.N., Drozdikova-Zaripova A.R. (2015). Prevention of Student Youth's Victim Behavior // *Review of European Studies*, Vol. 7, No. 4, 2015; Special Issue. PP.88-92.
163. Kowalski R.M., Giumetti G.W., Schroeder A.N., Lattanner M.R. (2014). *Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbul-*

- lying research among youth. *Psychol Bull.* 2014; 140:1073. <https://doi.org/10.1037/a0035618>.
164. Kowalski R.M., Limber S.P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *J Adolesc Health.* 2007; 41: pp. 22–30. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.08.017>.
165. Kraut R., Patterson M., Lundmark V., Kiesler S., Mukopadhyay T., Scherlis W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *Am Psychol.* 1998; 53:1017. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.9.1017>.
166. Lee, M., Zi-Pei, W., Svanström, L., & Dalal, K. (2013). Cyber bullying prevention: Intervention in Taiwan. *PLoS ONE*, 8 (5), e64031. doi:10.1371/journal.pone.0064031
167. Leff S.S., Waasdorp T.E., Paskewich B., Gullan R.L., Jawad A.F., Macevoy J.P.,...Power T.J. (2010). The preventing relational aggression in schools everyday program: A preliminary evaluation of acceptability and impact. *School Psychology Review*, 39(4), 569–587.
168. Lereya S.T., Samara M. & Wolke D. (2013). Parenting behavior and the risk of becoming a victim and a bully/victim: A meta-analysis study. *Child Abuse & Neglect*, 37(12), 1091–1108.
169. Livingstone S., Haddon Görzig A., Ólafsson K. (2011). Risks and safety on the internet: the perspective of European children. Full findings. LSE, London: EU Kids Online 2011.
170. Lobe B., Livingstone S., Ólafsson K., Vodeb H. (2011). Cross-national comparison of risks and safety on the internet. LSE. London: EU Kids Online; 2011.
171. Mehari K.R., Moore W., Waasdorp T.E., Varney O., Berg K., Leff S.S. (2018). Cyberbullying prevention: Insight and recommendations from youths, parents, and paediatricians// *Child Care Health Dev.* 2018;44: 616–622. DOI: 10.1111/cch.12569
172. Mendelson B. (1956). Une nouvelle branche de la science bio - psychosociale: La victimologie. *Revue International de Criminologie et de Police Techique.* 1956. N. 2; Victimologie. A. New Focus; Victimology and Contemporary Socius Friend .Viano E. Victims and Societ, Washington D.C.

173. Menesini E., Nocentini A. & Palladino B. E. (2012). Empowering students against bullying and cyberbullying: Evaluation of an Italian peer-led model. *International Journal of Conflict and Violence*, 6, 314–321
174. Mesch G.S. (2009). Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *Cyber Psych Beh Soc N*. 2009; 12:387–93. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0068>.
175. Mishna, F., Khoury-Kassabri, M., Gadalla, T., & Daciuk, J. (2012). Risk-factors for involvement in cyber bullying: Victims, bullies and bully-victims. *Children and Youth Services Review*, 34(1), 63–70.
176. Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. D. (2005). Protecting Youth Online: Family Use of Filtering and Blocking Software. *Child Abuse & Neglect*, 25(7), 753–765.
177. Navarro R., Serna, C., Martínez V., & Ruiz-Oliva R. (2013). The role of internet use and parental mediation on cyberbullying victimization among Spanish children from rural public schools. *European Journal of Psychology of Education*. 28(3). PP. 725–745.
178. Ortega R., Elipe P., Mora-Merchán J.A., Genta M.L., Brighi A., et al. (2012). The emotional impact of bullying and cyberbullying on victims: a European cross-national study. *Aggress Behav*. 2012; 38:342–56. <https://doi.org/10.1002/ab.21440>.
179. Ortega-Barón J., Buelga S., Ayllón E., Martínez-Ferrer B., Cava M.-J. (2019). Effects of Intervention Program Prev@cib on Traditional Bullying and Cyberbullying. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2019, 16, 527; doi:10.3390/ijerph16040527.
180. Pabian S. & Vandebosch H. (2014). Using the theory of planned behaviour to understand cyberbullying: The importance of beliefs for developing interventions. *European Journal of Developmental Psychology*, 11(4). PP. 463–477.
181. Pullet K.L.; Rota D.R.; Swan T.T. (2009). Cyberstalking: An exploratory study of students at a mid-Atlantic university. *Issues Inf. Syst*. 2009. 10. PP. 640–649.
182. Perren S. & Gutzwiller-Helfenfinger E. (2012). Cyberbullying and traditional bullying in adolescence: Differential roles of moral disengagement,

- moral emotions, and moral values. *European Journal of Developmental Psychology*. 9. PP. 195-209
183. Riebel J.R., Jaeger R.S, Fischer U.C. (2009). Cyberbullying in Germany—an exploration of prevalence, overlapping with real life bullying and coping strategies. *Psychol Sci Quarterly*. 2009; 51:298–314.
  184. Ribakova L., Biktagirova G. (2015). Peculiarities of Demonstrative Behavior Manifestations of Teenagers Brought up in Orphanages. *Review of European studies*. 2015. VOL. 7, №4. PP. 148-15.
  185. Sánchez F.C., Romero M.F., Navarro-Zaragoza J., Ruiz-Cabello A.L., Frantzisko O.R., et al. (2016). Prevalence and patterns of traditional bullying victimization and cyber-teasing among college population in Spain. *BMC Public Health* 2016. 2016; 16:176. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-2857-8>.
  186. Sasson H., Mesch G. (2014). Parental mediation, peer norms and risky online behavior among adolescents. *Comput Hum Behav*. 2014; 33:32–8. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.025>.
  187. Schwartz Shalom H. (1999). A Theory of Cultural Values and Some Implications for Work / Shalom H. Schwartz // *Applied psychology: an international review*. 1999. № 48 (1). PP. 23 – 47.
  188. Slonje R., Smith P.K. (2008). Cyberbullying: another main type of bullying? *Scand J Psychol*. 2008; 49:147–54. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2007.00611.x>.
  189. Smith P.K., Mahdavi J., Carvalho M., Fisher S., Russell S., et al. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. *J Child Psychol Psychiatry*. 2008; 49:376–85. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>.
  190. Song & Oh, 2018 Song, J., & Oh, I. (2018). Factors influencing bystanders' behavioral reactions in cyberbullying situations. *Computers in Human Behavior*, 78, PP. 273–282.
  191. Spiel C., & Strohmeier, D. (2011). National strategy for violence prevention in Austrian schools and kindergarten: Development and implementation. *International Journal of Behavioral Development*, 35, 412–418.

192. Spiel C., & Strohmeier D. (2012). Evidence-based practice and policy: When researchers, policy makers, and practitioners learn how to work together. *European Journal of Developmental Psychology*, 9, 150–162. doi:10.1080/17405629.2011.616776.
193. Spitzberg, B.H.; Hoobler, G. (2002). Cyberstalking and the technologies of interpersonal terrorism. *New Media Soc.* 2002, 4, 71–92.
194. Taylor B.G., Liu W., Mumford E.A. (2019). Profiles of Youth In-Person and Online Sexual Harassment Victimization // *Journal of Interpersonal Violence*. 1–28 DOI: 10.1177/0886260518820673.
195. Tokunaga R. S., Aune K. S. Cyber-Defense: A Taxonomy of Tactics for Managing Cyberstalking // *Journal of Interpersonal Violence* 2017, Vol. 32(10) 1451–1475 DOI: 10.1177/08862605155895
196. Tokunaga R.S. (2010). Following you home from school: a critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Comput Hum Behav.* 2010; 26:277–87. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014>.
197. Tsitsika A., Janikian M., Wójcik S., Makaruk K., Tzavela E., Tzavara C., et al. (2015). Cyberbullying victimization prevalence and associations with internalizing and externalizing problems among adolescents in six European countries. *Comput Hum Behav.* 2015; 51:1–7. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.04.048>.
198. Tsorbatzoudis C., Aggelakopoulos G. (2012). Descriptive data of cyberbullying from Greek schools. In: Tsorbatzoudis C, Lazuras L, Barkoukis V, editors. *Cyberbullying in Greece: An interdisciplinary approach*. Thessaloniki: Aristotle University of Thessaloniki; 2012. P. 81–142.
199. Vygotsky L. S. (1987). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge: Harvard University Press.
200. Waasdorp T.E., Mehari K.R., & Bradshaw C.P. (2017). Research on family experiences with cyberbullying. In S. W. Browning, & B. VanEeden-Moorefield (Eds.), *Contemporary families at the nexus of research and practice*. Taylor & Francis. pp. 240–255.
201. Westerlund M., Hadlaczky G., (2015). Wasserman D. Case study of posts before and after a suicide on a Swedish internet forum// *The British Journal of Psychiatry*. 2015. №207, 476–482. doi: 10.1192/bjp.bp.114.154484

202. Williams K.R., Guerra N.G. (2007). Prevalence and predictors of internet bullying. *J Adolesc Health*. 2007; 41:S14–21. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.08.018>
203. Williford A., Elledge L. C., Boulton A. J., DePaolis K. J., Little T. D. & Salmivalli, C. (2014). Effects of the KiVa antibullying program on cyberbullying and cybervictimization frequency among Finnish youth. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 42 (6), 820–833. doi: 10.1080/15374416.2013.787623.
204. Wölfer R., Schultze-Krumbholtz A., Zagorscak P., Jäkel A., Göbel, K. & Scheithauer H. (2014). Prevention 2.0: Targeting cyberbullying@School. *Prevention Science*, 15, 879–887. doi: 10.1007/s11121-013-0438-y.
205. Xiao-Wei Chua, Cui-Ying Fana, Shuai-Lei Liana, Zong-Kui Zhoua (2019). Does bullying victimization really influence adolescents' psychosocial problems? A three-wave longitudinal study in China // *Journal of Affective Disorders* 246.2019. 603–610 <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.103>
206. Zuckerman M. (1971). Dimensions of sensation seeking // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1971. Vol. 36. P. 45–52.
207. Zuckerman M. (2006). *Sensation seeking and risky behavior*. N. Y.: APA, 2006. P. 309.
208. Zimmerman M.A. (2000). Empowerment Theory. In *Handbook of Community Psychology*; Rappaport, J., Seidman, E., Eds.; Springer US: New York, NY, USA, 2000; PP. 43–64.

## Приложения

### Приложение 1.

#### Анкета

Уважаемый респондент, просим вас ответить на ряд вопросов:

1. Ваш пол: \_\_\_\_\_

2. Возраст \_\_\_\_\_

3. Семейное положение: \_\_\_\_\_

4. Вы являетесь жителем Российской Федерации?

-да

-нет

5. Как вы охарактеризуете свои взаимоотношения с членами семьи:

-дружеские, доверительные

-нейтральные

-напряженные

-другой ответ \_\_\_\_\_

6. Есть ли у вас проблемы со здоровьем (хронические заболевания, стоите на учете у специалистов)

-да

-нет

-другой ответ \_\_\_\_\_

7. Как вы охарактеризуете свои взаимоотношения с одногруппниками:

-дружеские, доверительные

-нейтральные

-напряженные

-другой ответ \_\_\_\_\_

8. Как вы охарактеризуете свои взаимоотношения с друзьями:

-дружеские, доверительные

-нейтральные

-напряженные

-другой ответ \_\_\_\_\_

9. Всегда ли вы можете поделиться со своими проблемами и получить поддержку от своих родственников, членов семьи?

-всегда

-редко

-никогда

-другой ответ \_\_\_\_\_

10. Если с вами случится жизненные затруднения (неприятности), кому ты обратишься за помощью, советом, поддержкой в первую очередь? \_\_\_\_\_



11. Что нужно сделать, на ваш взгляд, чтобы не стать жертвой в сетях интернет? \_\_\_\_\_

---

---

12. Как вы думаете, что (кто) может спровоцировать зависимость человека?

---

---

---

13. С какими опасностями и какими рисками вы можете столкнуться в интернет-пространстве?

---

---

---

**СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ!**

**Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) Общие основы виктимологии**

**1. Устный опрос**

**Тема 1. Предмет, история и перспективы науки виктимология. Основные понятия виктимологии: их соотношение и взаимосвязь.**

Примерные вопросы:

1. Что изучает наука (социально - педагогическая) виктимология?
2. Как вы думаете, каковы внутренние предпосылки личности, способствующие развитию ее виктимности?
3. Перечислите и охарактеризуйте виды жертв социализации.
4. Объясните понятие – продуцировать поведение жертвы, рентная мотивация.
5. Дайте характеристику подросткам, склонных к виктимному поведению (по Одицовой М.А).
6. Подобрать примеры нарушения процесса социализации в современной периодической печати.
7. В чем заключается сходство и различие между жертвой социализации и жертвой неблагоприятных условий социализации?
8. Что понимается под неблагоприятными условиями социализации. Приведите примеры.
9. В каких случаях человек является субъектом социализации, а в каких становится жертвой социализации?

**Тема 2. Виктимное поведение личности: сущность, признаки, особенности, профилактика.**

Примерные вопросы:

1. Важным аспектом в понимании развития виктимности личности является анализ ее связей с окружающим миром. Докажите состоятельность данного утверждения.
2. Виктимная личность часто представляет собой конфликтогенную личность. Докажите состоятельность данного утверждения.
3. Почему социальный инфантилизм - есть характеристика виктимной личности?
4. Охарактеризуйте возрастные периоды возможной виктимизации личности. А именно период внутриутробного развития плода, дошкольный возраст, младший школьный возраст (подростковый возраст, юношеский возраст).
5. Часто ли Вы оказываетесь в ситуациях, где у вас есть только один вариант поведения. Приведите примеры таких ситуаций.
6. Как вы распознаете, что ситуации являются опасными для вас или для окружающих?

7. Приведите примеры ситуаций, когда можно легко предсказать наступление неблагоприятных последствий.

### **Тема 3. Практическая работа с жертвами виктимизации (диагностика, профилактика, терапия).**

Примерные вопросы:

1. Дайте понятие виктимологической профилактики, определите задачи, назовите субъектов осуществляющих виктимологическую профилактику
2. В чем заключается организационное и информационное обеспечение виктимологической профилактики?
3. В чем заключается тактико-методическое обеспечение виктимологической профилактики?
4. Каково содержание общей виктимологической профилактики и в чем заключается содержание индивидуальной виктимологической профилактики в отношении жертв с различным виктимным поведением?
5. Что вы понимаете под психологической помощью, психокоррекцией, психотерапией. Раскройте основные направления в психотерапии.
6. Какие виды психотерапии вы знаете. Сформулируйте показания к психотерапии.
7. Что значит личностный подход в психотерапии.
8. Какова роль ранней психологической диагностики виктимогенных качеств, свойств личности в профилактике виктимности?
9. В чем состоит индивидуальная и групповая психологическая коррекция виктимогенных особенностей личности и устойчивых психоэмоциональных состояний детей и подростков как факторов их виктимизации?
10. Назовите и охарактеризуйте основное направление в системе профилактических мер детской виктимности.

### **Тема 4. Виктимология насилия (семейное насилие, моббинг, буллинг)**

Примерные вопросы:

1. Что следует понимать под насилием над личностью.
2. Охарактеризуйте виды и последствия семейного насилия.
3. Опишите словесно методы работы виктимолога с родителями по профилактике семейного насилия.
4. В.А. Сухомлинский сказал: «Любовь к детям воспитывается только любовью – как огонь зажигается только от огня» (Из книги «Родительская педагогика»).
5. Как соотносится с этим положением существование такого метода воспитания, как наказание? Значит ли это, что от него надо отказываться вообще? Почему?
6. Как известно, в Спарте специально создавали и демонстрировали отрицательные

примеры поведения, например, поили рабов вином допьяна, чтобы вызвать у спартанских детей отвращение к пьянству: дети видели, как безобразен пьяный человек, и учились выдержанности. Считаете ли вы оправданным использование отрицательных приемов как метода воспитания?

#### **Тема 5. Проблемы социализация детей из семей мигрантов и беженцев как виктимогенных групп населения.**

1. Примерные вопросы:
2. Понятия «мигранты» и «беженцы».
3. Проблема мигрантов и беженцев в России.
4. Законодательство России в отношении мигрантов и беженцев.
5. Социальная защита и адаптация мигрантов как виктимогенных групп населения.
6. Педагогическая поддержка в России детей-беженцев и пострадавших от катастрофы.

#### **Тема 6. Виктимизация молодежи, вовлеченной в деятельность деструктивных религиозных сект.**

1. Религиозная секта как виктимогенный фактор социализации современной молодежи.
2. Социальная природа и особенности современных нетрадиционных религиозных культов.
3. Профилактика вовлечения молодежи в деструктивные религиозные секты.
4. Педагогическая модель предупреждения вовлечения молодежи в деструктивные религиозные секты.
5. Взаимодействие семьи и образовательного учреждения по предупреждению вовлечения молодежи в религиозные секты.

#### **Тема 7. Криминальная виктимология.**

1. Каковы психологические индикаторы виктимной личности, ставшей жертвой преступлений
2. Охарактеризуйте факторы, обуславливающие виктимизацию личности потерпевшего.
3. Какое психологическое содержание имеют характеристики тревожности, самооценки, уровня притязаний как показателей виктимности?
4. Как вы можете объяснить понятие - «идеология жертвы»?
5. Как вы можете объяснить понятие - «шаблоны жертвенного поведения».
6. Каковы методы психологической коррекции стереотипов само восприятия («идеология жертвы»), самооценки, шаблонов жертвенного поведения детей, подростков и молодежи?
7. Какова система методов и форм работы со взрослыми (родителями, воспитателями,

учителями, администрацией школ, интернатов, детских домов), направленной на снижение уровня детской виктимности, профилактику виктимности школьников?

## **2. Тестирование.**

Ниже приведены примерные задания.

**1. Наличие в тех или иных объективных обстоятельствах социализации характеристик, черт, опасностей, влияние которых может сделать человека жертвой этих обстоятельств:**

- А) виктимогенность
- Б) виктимность
- В) отклонение
- Г) виктификация

**2. Предрасположенность человека стать жертвой тех или иных обстоятельств:**

- А) виктимогенность
- Б) виктимность
- В) отклонение
- Г) виктификация

**3. Что не относится к факторам виктимизации:**

- А) общество и государство
- Б) группа сверстников
- В) семья
- Г) конфликт

**4. Подростков с пограничными психическими состояниями и с акцентуациями характера можно считать...**

- А) реальными жертвами
- Б) потенциальными жертвами
- В) латентными жертвами
- Г) виктимными жертвами

**5. Детерминированное деструктивностью социальных отношений и взаимодействий, закономерное, исторически изменчивое социальное явление – есть:**

- А) виктимизация
- Б) виктимогенность
- В) виктимность
- Г) виктификация

**6. Создание условий для приспособления к жизни в социуме, преодоления или ослабления недостатков или дефектов развития отдельных категорий людей в специально созданных для этого организациях:**

- А) коррекционное воспитание

- Б) профилактика
- В) девиктимизация
- Г) перевоспитание

**7. Какую категорию людей изучает социально-педагогическая виктимология:**

- А) реальных жертв неблагоприятных условий социализации
- Б) несовершеннолетних правонарушителей
- В) реальных и потенциальных жертв неблагоприятных условий социализации
- Г) инвалидов

**7. Реальными жертвами неблагоприятных условий социализации являются**

- А) мигранты
- Б) беженцы
- В) дети – инвалиды
- Г) беспризорные

**8. Потенциальными жертвами неблагоприятных условий социализации являются**

- А) сироты
- Б) беспризорные
- В) мигранты
- Г) дети-инвалиды

**9. Родители, учителя, родственники, сверстники, соседи являются ... социализации**

- А) агентами
- Б) средствами
- В) факторами
- Г) этапами

**10. Латентными жертвами неблагоприятных условий социализации являются**

- А) сироты
- Б) беспризорные
- В) одаренные дети
- Г) дети-инвалиды

**11. Процессы, находящиеся в причинной связи с совершенным впоследствии преступлением:**

- А) виктимологические детерминанты
- Б) виктимологические маркеры
- В) виктимологические ситуации
- Г) виктимологические процессы

**12. Предметом изучения криминальной виктимологии являются лица, которым преступлением причинен физический, моральный или такой вред:**

- А) теоретический

- Б) физический
- В) материальный
- Г) физиологический

**13. Практическое использование виктимологических возможностей в борьбе с преступностью напрямую связано с ответами на вопросы, в какой мере общественная опасность преступника зависит от степени:**

- А) состояния жертвы
- Б) возраста жертвы
- В) уязвимости жертвы
- Г) мотив преступника

**14. По механизму действия негативные социальные процессы, детерминирующие преступность, подразделяются на:**

- А) внешние детерминанты
- Б) внутренние детерминанты
- В) криминогенные факторы
- Г) социальные факторы

**15. По механизму действия негативные социальные процессы, детерминирующие преступность, подразделяются на:**

- А) отдельные виды преступлений, их конкретные проявления
- Б) причины
- В) внешние детерминанты
- Г) факторы влияния

**16. Человек, который утратил значимые для него ценности в результате воздействия на него другим человеком, группой людей, определенными событиями и обстоятельствами:**

- А) жертва неблагоприятных обстоятельств
- Б) жертва
- В) преступник
- Г) человек в ТЖС

**17. Междисциплинарная область, исследующая виктимизацию, то есть процесс становления жертвой преступления:**

- А) криминология
- Б) виктимология
- В) филология
- Г) криминалистика

**18. Отклонения в развитии и поведении личности:**

- А) девиантность
- Б) делинквентность

- В) виктимность
- Г) неадекватность

**19. Согласно теории окружающей среды (environmental theory), преступника и жертву объединяют место и ... совершения преступления:**

- А) время
- Б) условия
- В) дата
- Г) мотивы

**20. Наука социально – педагогическая виктимология возникла сначала как раздел этого, позже как самостоятельная дисциплина:**

- А) криминологии
- Б) философии
- В) психологии
- Г) социальной педагогики

**21. Основателем советской виктимологической школы считается:**

- А) Макаренко А.С.
- Б) Выготский Л.С.
- В) Франк Л.В.
- Г) коллектив авторов

**22. Склонность стать жертвой неблагоприятных условий социализации или преступления:**

- А) виктимность
- Б) мания
- В) виктомания
- Г) виктимогенность

**23. Процесс или конечный результат превращения в жертву неблагоприятных условий социализации или преступного посягательства:**

- А) детализация
- Б) виктимизация
- В) фактолизация
- Г) виктимогенность

**24. Основным элементом предмета изучения в виктимологии является:**

- А) жертва неблагоприятных условий социализации
- Б) жертва преступного посягательства
- В) виктимность
- Г) виктимогенность

**25. Составная часть социальной педагогики, изучающая различные категории людей, реальных или потенциальных жертв неблагоприятных условий социализации:**



**зации:**

- А) общая виктимология
- Б) криминальная виктимология
- В) социальная виктимология
- Г) социально - педагогическая

**26. Автором культурогенетической концепции социальной виктимологии является:**

- А) Е.В. Руденский
- Б) Л.С. Выготский
- В) Л.В. Франк
- Г) Л.Б. Шнейдер

**27. По мнению Н.А. Барановского, социально-психологические аспекты профилактики, осуществляемой различными учреждениями и службами по предупреждению и поддержке групп и индивидов в ситуации жертвы, являются:**

- А) объектом социальной виктимологии
- Б) предметом социальной виктимологии
- В) факторами виктимизации
- Г) субъектами социализации

**28. Характеристика личности, приобретенной вследствие виктимизации, которая включает в себя отстраненность, асоциальный образ жизни, социальную и личностную дезадаптацию:**

- А) девиантность
- Б) делинквентность
- В) виктимность
- Г) дезадаптивность

**29. Виктимность заключается в общей для отдельных категорий лиц повышенной “способности” при определенных условиях становиться жертвами неблагоприятных условий или преступлений:**

- А) групповая
- Б) личностная
- В) массовая
- Г) коллективная

**30. Диагностический инструментарий исследования виктимного поведения личности разработан:**

- А) Е.В. Руденским
- Б) Л.С. Выготским
- В) О.О. Андронниковой
- Г) Л.Б. Шнейдер

### Правильные ответы:

1.А	11.А	21.В
2.Б	12.В	22.А
3.Г	13.В	23.Б
4.Б	14.В	24.В
5.А	15.Б	25.Г
6.А	16.Б	26.А
7.В	17.Б	27.Б
8.В	18.А	28.В
9.А	19.Б	29.А
10.В	20.Г	30.В

### **3. Презентация**

Темы для презентации:

1. Системный подход в психосоциальной работе с семьей, жертвами и насильниками
2. Моббинг и буллинг в школе.
3. Влияние насилия в школе, на работе на социально-психологический климат в коллективе и межличностные отношения.
4. Превентивные программы по проблеме насилия в школе.
5. Дзадаптация жертв неблагоприятных условий социализации как процесс и результат.
6. Нормативно-правовая база социально-педагогической деятельности с реальными жертвами неблагоприятных условий социализации.
7. Содержание и формы социально-педагогической деятельности с потенциальными жертвами неблагоприятных условий социализации.
8. Профессиональный портрет виктимолога.
9. Индивидуальный подход в преодолении виктимизации подростков и молодежи.
10. Тенденции передового опыта социально-педагогической деятельности с жертвами неблагоприятных условий социализации за рубежом.
11. Профилактика виктимного поведения в Глобальной сети интернет.

### **4. Письменная работа**

Фрагменты научных утверждений:

- 1) Зарубежный криминолог В. Фокке подчеркивает, что любое изучение человеческого поведения, в том числе противоправного, является односторонним, если .....
- 2) В социологических исследованиях подчеркивается, что групповые правонарушения и представления, в сравнении с индивидуальными, имеют более высокий уровень опасности, так как ...
- 3) Изучение практического опыта социально-виктимологической работы по профилактике правонарушений подростков и молодежи показывают, что такие негативные явления среди молодежи, как нерадивое отношение к учебе, труду, общественной работе; нарушение дисциплины, порядка; жестокость, воровство, пьянство, хулиганство и преступления возникают и проявляются ....
- 4) Известный исследователь, автор словаря криминологических терминов В. П. Пирожков, выделил по возрастному признаку следующие криминальные подростково-молодежные группы...
- 5) Девиантно-ролевое поведение – естественная реакция человека на возникающие в обществе противоречия между ...
- 6) Подростки и молодежь «группы риска» зачастую демонстрируют девиантное поведение деструктивной направленности – совершение человеком или группой людей социальных действий, отклоняющихся от доминирующих в социуме социокультурных норм и общепринятых правил выполнения социальных ролей, влекущих за собой....
- 7) Девиантность в социально-педагогической виктимологии определяется как разновидность ролевого поведения, которое проявляется как .....
- 8) Социальное и психическое состояние человека в ситуации предрасположенности и готовности к девиантному поведению достаточно часто обусловлено асоциальными качествами и свойствами личности, ее аморальным образом жизни, деструктивными взаимоотношениями с социальной средой, взаимодействием с неблагоприятным социальным окружением. Такое состояние человека принято определять как...

#### **Правильные ответы:**

- 1) Зарубежный криминолог В. Фокке подчеркивает, что любое изучение человеческого поведения, в том числе противоправного, является односторонним, если .....**(оно не включает в себя изучение группового поведения).**
- 2) В социологических исследованиях подчеркивается, что групповые правонарушения и представления, в сравнении с индивидуальными, имеют более высокий уровень опасности, так как ....**(в условиях группы индивиду психологически легче совершать противоправные поступки).**
- 3) Изучение практического опыта социально-виктимологической работы по профилак-

тике правонарушений подростков и молодежи показывают, что такие негативные явления среди молодежи, как нерадивое отношение к учебе, труду, общественной работе; нарушение дисциплины, порядка; жестокость, воровство, пьянство, хулиганство и преступления возникают и проявляются .... (**в «группах риска» и в группах асоциальной направленности**).

4) Известный исследователь, автор словаря криминологических терминов В. П. Пирожков, выделил по возрастному признаку следующие криминальные подростково-молодежные группы:..... (**детские асоциальные группы (8–11 лет); подростковые криминальные группы (11–15 лет); юношеские криминальные группы (15–17 лет)**).

5) Девиантно-ролевое поведение – естественная реакция человека на возникающие в обществе противоречия между .....(**целью и социальными нормами ее достижения**).

6) Подростки и молодежь «группы риска» зачастую демонстрируют *девиантное поведение деструктивной направленности* – совершение человеком или группой людей социальных действий, отклоняющихся от доминирующих в социуме социокультурных норм и общепринятых правил выполнения социальных ролей, влекущих за собой.... (**негативные последствия и вред обществу или человеку**).

7) Девиантность в социально-педагогической виктимологии определяется как разновидность ролевого поведения, которое проявляется как ..... (**реакция на возникающие в обществе противоречия, отклоняющаяся от принятых норм**).

8) Социальное и психическое состояние человека в ситуации предрасположенности и готовности к девиантному поведению достаточно часто обусловлено асоциальными качествами и свойствами личности, ее аморальным образом жизни, деструктивными взаимоотношениями с социальной средой, взаимодействием с неблагоприятным социальным окружением. Такое состояние человека принято определять как... (**девиантогенность, представляющую собой одно из проявлений виктимности личности**).

## **6. Кейс (ситуации для решения)**

### **Кейсы для решения:**

Кейс 1. Вы – педагог-психолог (виктимолог). Вами установлено, что в одной из семей имеет место сексуальные домогательства отчима к несовершеннолетней девочке. В личной беседе данные факты отрицаются обеими сторонами (девочка запугана). Разработайте алгоритм действий в данной ситуации.

Кейс 2. Вы – педагог-психолог (виктимолог). Вами установлено, что в классе подростки издеваются над одноклассником (обзывают, грубо разговаривают). Разработайте алгоритм действий в данной ситуации.

Кейс 3. Неполная семья, сыну 15 лет, в последнее время испортились отношения с ма-

терью. Сын приходит домой поздно и в нетрезвом виде, к советам матери не прислушивается. Его друзья и девушка ничего не имеют против выпивок. Мать настроена против друзей и девушки, из-за чего отношения с сыном еще более ухудшились.

Как вы думаете, что должен сделать виктимолог на первом этапе работы с семьей? Какие мероприятия необходимо осуществить виктимологу с данной семьей? Какими методами можно воздействовать на подростка?

Кейс 4. Женщина средних лет, мать-одиночка жалуется на отсутствие психологической близости с дочкой 14 лет, снижение успеваемости у дочери. Дочь требует одежду, которую мать не одобряет, тайком от матери курит. Предложить программу работы с данным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

Кейс 5. Родители в разводе, и мать пытается сделать всё, чтобы сын не чувствовал себя ущербным. Мать растит его одна, она всячески нежит и холит сыночка, испортила его вседозволенностью, всепрощением, неразумной любовью. Он вырос ленивым с большими запросами. Учится плохо, заносчив, управляет матерью. Попал в плохую компанию, с которой принял участие в ограблении квартиры. Предложить программу работы с данным случаем. Проанализировать ошибки матери в воспитании сына. Как можно было предупредить эти ошибки? Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

Кейс 6. Одна из ваших подопечных семей – многодетная. Мать воспитывает детей одна. Материальный уровень в семье значительно ниже среднего (алименты мать не получает, пособия минимальны). Условия проживания детей не соответствуют ни санитарно-эпидемиологическим, ни другим нормам, но отношения в семье замечательные и поводов для обоснованного изъятия детей из семьи нет (мать слышать об этом не желает). Опишите и обоснуйте ваши действия.

## **7. Научный отчет**

Алгоритм составления отчета:

1. Изучите проблему исследования - Практическая работа с жертвами виктимогизации (диагностика, профилактика, терапия).
2. Проведите диагностику на выявление виктимности личности (по Андронниковой). Представьте результаты диагностики в виде отчета, в котором отразите: цель диагностики, выборку, количественный и качественный анализы.
3. Представьте диаграммы, таблицы.
4. Сделайте выводы.
5. Разработайте рекомендации.

### **Примерные вопросы к экзамену:**

1. Научные взгляды в области виктимологии (Г. Гентинга, Б. Мендельсона и др.)

2. Методологические подходы виктимологии (статистический, динамически-генетический, социально-структурный, культурологический, личностный, личностно-социологический) виктимологического исследования.
3. Методологические принципы виктимологии, виктимологического исследования.
4. Современные направления (социально – педагогической) виктимологии.
5. Виктимологическое понятие жертвы.
6. Человек как жертва неблагоприятных условий социализации.
7. Положение в социуме как основание классификации «жертв»: игровая роль «жертвы», социальная роль «жертвы», позиция «жертвы», статус «жертвы».
8. Характеристика игровых ролей жертвы: инфантильная «жертва», агрессивная «жертва», депрессивная «жертва», зависимая «жертва», самовлюбленная «жертва».
9. Сущность виктимности. Индивидуальная и массовая виктимность.
10. Виктимизация: процесс и результат. Уровни виктимизации: непосредственные жертвы, семьи, коллективы, организации, население районов, регионов (Л.В. Франк).
11. Формирование виктимности в контексте психоаналитических теорий.
12. Насилие над детьми. Факторы риска насилия в семье
14. Способы выявления применения насилия к ребенку.
15. Последствия жестокого обращения к ребенку (ближайшие и отдаленные).
16. Домашнее (семейное насилие): определение, различные виды домашнего насилия. Факторы и условия существования семьи (Дж. Мюрстейн).
17. Жертвы сексуального насилия: случайные, неосознанно провоцирующие, осознанно провоцирующие. Факторы психической травмы, связанных с сексуальным насилием (Дж. Хидман).
18. Школьное насилие: эмоциональное и физическое. Прямое и косвенное влияние школьного насилия на формирование личности ребенка.
19. Моббинг: определение понятия, признаки. Понятие «буллинг?» « Горизонтальный» и «вертикальный» моббинг.
20. Виктимологическое значение отклонений в психике, состояния алкогольного и наркотического опьянения.
21. Виктимологическая профилактика и коррекция.

### **Основная литература**

1. Мусийчук М. В. Методологические основы психологии [Электронный ресурс] : учебник / М. В. Мусийчук. - М.: ФЛИНТА, 2013. - 108 с. // <http://znanium.com/bookread.php?book=466225>
2. Гриб, В. Г. Основы обеспечения виктимологической безопасности жертв преступного насилия [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. Г. Гриб, И. Р. Шикула, А. В. Мажников. - М.: Московский финансово-промышленный университет «Синергия», 2013. -

(Университетская серия). - ISBN 978-5-4257-0135-0.  
<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=451151>

3. Носов С. С. Диагностика защитных механизмов: подход Фиби Крамер [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. С. Носов, М. Ж. Абдукаримов. - М. : Флинта : Наука, 2011. - 112 с. // <http://znanium.com/bookread.php?book=406428>

4. Иванов А. В. Социальная педагогика [Электронный ресурс] : Учебное пособие / А. В. Иванов и др. ; под общ. ред. проф. А. В. Иванова. - М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К-2», 2013. - 424 с. // <http://znanium.com/bookread.php?book=414795>

### **Дополнительная литература**

1. Старжинский В. П., Методология науки и инновационная деятельность: Пособие для аспиранта, магистранта... / В. П. Старжинский, В. В. Цепкало - М.: НИЦ Инфра-М; Мн.: Нов. знание, 2013 - 327 с.: ил.; 60x90 1/16 - (Выш. обр.: Магистр.). (п) ISBN 978-5-16-006464-2, 500 экз., <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=391614>

2. Общая психокоррекция: Учебное пособие / Б. Р. Мандель. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 349 с. // <http://znanium.com/bookread.php?book=374949>

3. Вараева, Н. В. Комплексная программа социальной и психологической реабилитации и сопровождения семьи и ребенка 'Семейный круг' [Электронный ресурс] / Н. В. Вараева, Е. В. Молькова. ? М. : ФЛИНТА, 2013. ? 99 с. // <http://znanium.com/bookread.php?book=462981>

4. Основы работы с молодежью: Учебное пособие / П. И. Бабочкин, А. А. Козлов, Г. В. Куприянова; Под ред. Т. Э. Петровой. - М.: Альфа-М, 2010. - 220 с.: ил.; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-207-0, 2000 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=194192>

### **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

Библиотека гуманитарной литературы - <http://www.gumer.info/>

Сайт социального педагога - <http://ikt.ipk74.ru/services/47/240/>

Флогистон: Психология из первых рук - <http://flogiston.ru/>

**Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины «Теория и практика девикутимизации»**

### **1. Устный опрос**

#### **Тема 1. Психологические индикаторы виктимности.**

Примерные вопросы:

1. Охарактеризуйте виктимную личность.
2. Каковы психологические индикаторы виктимной личности.
3. Раскройте психологические индикаторы виктимной личности.
4. Обоснуйте психологические факторы, обуславливающие виктимизацию личности потерпевшего.
5. Разъясните систему работы педагога - психолога (виктимолога) по первичной психологической профилактике.

#### **Тема 2. Психологическая диагностика.**

Примерные вопросы:

1. Поясните, почему так важна ранняя психологическая диагностика виктимогенных качеств и свойств личности, а также раннее выявление устойчивых психоэмоциональных состояний школьников, детерминирующих их виктимное поведение.
2. Перечислите и охарактеризуйте диагностики различных авторов, которые работают на выявление видов детской виктимности, формирование которых наиболее вероятно у каждого конкретного школьника, с целью их профилактики.
3. Какова роль ранней психологической диагностики виктимогенных качеств, свойств личности в профилактике виктимности?

#### **Тема 3. Понятие и виды профилактики**

Примерные вопросы:

1. Дайте общую характеристику виктимологической профилактики.
2. В чем сущность индивидуальной виктимологической профилактики.
3. В чем отличие индивидуальной виктимологической профилактики от массовой?
4. Дайте рекомендации потенциальным жертвам и лицам "группы риска" в социально - педагогической виктимологии.
5. Какова система методов и форм работы со взрослыми (родителями, воспитателями, учителями, администрацией школ, интернатов, детских домов), направленной на снижение уровня детской виктимности, профилактику виктимности школьников?
6. Назовите и охарактеризуйте основное направление в системе профилактических мер



детской виктимности.

7. Каковы методы психологической коррекции стереотипов само восприятия («идеология жертвы»), самооценки, шаблонов жертвенного поведения детей, подростков и молодежи?

#### **Тема 4. Психологические особенности виктимного поведения несовершеннолетних**

Примерные вопросы:

1. В чем состоит индивидуальная и групповая психологическая коррекция виктимогенных особенностей личности и устойчивых психоэмоциональных состояний детей и подростков как факторов их виктимизации?
2. Охарактеризуйте теории, объясняющие понятие - " виктимность" личности.
3. Охарактеризуйте психологические индикаторы виктимной личности.
4. Дайте психологическую характеристику жертв (реальных, потенциальных, латентных).
5. Охарактеризуйте факторы, обуславливающие виктимизацию личности потерпевшего.
6. Какое психологическое содержание имеют характеристики тревожности, самооценки, уровня притязаний как показателей виктимности?
7. Как вы можете объяснить понятие – «идеология жертвы»?
8. Как вы можете объяснить понятие – «шаблоны жертвенного поведения»?

## **2. Отчет**

Тема 2

### **Проведите мини исследование и подготовьте отчет**

1.Проведите диагностическое исследование (в группах) - не менее 60 старшеклассников на предмет наличия у них виктимности:

Методику склонности к виктимному поведению (О.О. Андронникова),

Анкета «Выявление склонности подростков к попаданию в виктимные ситуации»,

Методика «Локус контроля» - определение уровня ответственности.

2.Результаты представить в письменном виде.

3.Составьте анкету для подростков с целью выявления склонности подростков к попаданию в виктимогенные ситуации (в трудные жизненные ситуации).

4.Составьте анкету для родителей с целью выявления склонности подростков к попаданию в виктимогенные ситуации (в трудные жизненные ситуации).

1. Тема исследования и обоснование актуальности.

2. Определение объекта и предмета исследования.

3. Постановка научной проблемы. Формулирование цели и задач исследования.
4. Разработка научной гипотезы. Выбор методов проведения исследования.
5. Планирование выполнения научно-исследовательской работы (эксперимента), описание процесса эксперимента.
6. Проведение исследования (эксперимента).
7. Описание результатов процессов исследования. Подготовка проекта отчёта.
8. Оформление отчёта.

#### **4. Кейс**

Тема 5

Case-study

Использование метода case-study как технологии профессионально-ориентированного обучения представляет собой сложный процесс, плохо поддающийся алгоритмизации. Формально можно выделить следующие этапы:

- ознакомление студентов с текстом кейса;
- анализ кейса;
- организация обсуждения кейса, дискуссии, презентации;
- оценивание участников дискуссии;
- подведение итогов дискуссии.

Решение кейсов проводится в 5 этапов:

Первый этап - знакомство с ситуацией, её особенностями.

Второй этап - выделение основной проблемы (основных проблем), выделение факторов и персоналий, которые могут реально воздействовать.

Третий этап - предложение концепций или тем для «мозгового штурма».

Четвертый этап - анализ последствий принятия того или иного решения.

Пятый этап - решение кейса - предложение одного или нескольких вариантов (последовательности действий), указание на возможное возникновение проблем, механизмы их предотвращения и решения.

Кейс 1. Неполная семья, сыну 15 лет, в последнее время испортились отношения с матерью. Сын приходит домой поздно и в нетрезвом виде, к советам матери не прислушивается. Его друзья и девушка ничего не имеют против выпивок. Мать настроена против друзей и девушки, из-за чего отношения с сыном еще более ухудшились.

Вопросы

1. Что должен сделать виктимолог на первом этапе работы с семьей?
2. Какие мероприятия необходимо осуществить виктимологу с данной семьей?

### 3. Какими методами виктимолог может воздействовать на ребенка?

Кейс 2. Шестиклассник Витя К.- трудный подросток. Ему свойственно ярко выраженное стремление к лидерству. Но реализовать свое стремление в коллективе класса мальчик не может, а поэтому удовлетворяется поступками отрицательными. Одноклассники не доверяют ему и ни в чем не хотят признать его вожаком.

Вопросы:

1. Какие существуют категории детей группы риска?
2. Какие особенности имеют дети группы риска?
3. Аспекты негативного влияния на детей?

Кейс 3. Сергей плохо учится, отношение к учебе равнодушное, интеллектуальные способности средние. Мотивацией обучения служит внешняя стимуляция (ради одобрения взрослых). Мальчик стремится к самоутверждению среди сверстников, хочет быть лидером, но ни с кем не дружит. Его положение в классе неустойчивое, отношения с мальчиками ровное, отношение к девочками - пренебрежительное. Сергей самоуверен, стремится навязать свое мнение, постоянно перебивает собеседника; с замечаниями в свой адрес не соглашается. Агрессивен по отношению к учителям, сверстникам, трудится под нажимом, самооценка завышена, к педагогическим воздействиям мальчик относится цинично. Участвует в проверках работ учеников; объективен там, где есть возможность сравнивать, оценивать.

Интеллектуальное развитие ребенка достаточно для усвоения программы, но постепенно указанные симптомы и делают Сергея неработоспособным учеником со сложным характером и затрудненными взаимоотношениями с окружающими.

Вопросы и задания:

1. Исходя из описанной ситуации, подберите комплекс методик для изучения личности ребенка.
2. Каковы могут быть причины такого поведения?
3. Предложите развивающе-коррекционную программу

#### **4. Письменное домашнее задание**

Тема 6

1. Что вы понимаете под психологической помощью, психокоррекцией, психотерапией.
2. Раскройте основные направления в психотерапии.
3. Сформулируйте стратегические цели психологической помощи, психокоррекции, психотерапии. Постойте таблицу и разведите данные понятия.
4. Подберите упражнения к тренингу уверенности и принятия решений, будьте готовы провести данное упражнение со студентами в группе.

## **1. Устный опрос**

### **Тема 1. Девиктимизация групп асоциальной направленности.**

Примерные вопросы:

1. Охарактеризуйте методы выявления неформальных групп асоциально направленной.
2. Раскройте основные этапы определения адекватных профилактических мер в отношении неформальных групп.
3. Охарактеризуйте методы воздействия на группу: разобщение и переориентация.
4. Раскройте особенности возвращения девочек из асоциальных групп.
5. Предложите меры ресоциализации групп асоциальной направленности.

### **Тема 2. Виктимная личность и социум. Девиктимизация.**

Примерные вопросы:

1. Каково негативное отношение окружающих к несовершеннолетнему как фактор деформации его личностного развития.
2. Раскройте последствия социальной стигматизации (клеймения) лиц несовершеннолетнего и молодого возраста.
3. Охарактеризуйте первичную и вторичную профилактику дезгармоничного развития личности.

### **Тема 3. Девиктимизация девиантных подростков.**

Примерные вопросы:

1. Охарактеризуйте деятельность социальных институтов общества по преодолению пьянства и алкоголизма.
2. Покажите опыт социальных служб (по месту своего жительства, работы, учебы) по борьбе с пьянством и алкоголизмом.
3. Что Вам известно из зарубежного опыта борьбы с пьянством и алкоголизмом?
4. Продолжите мысль ? Человек будет иметь психологический иммунитет против химической зависимости, если он?
5. Покажите на конкретных примерах деятельность различных социальных институтов по предупреждению и уменьшению масштабов наркомании и токсикомании в стране.
6. Целесообразно ли установление уголовной ответственности за занятием проституцией или следует ее легализовать? Аргументируйте свою позицию.
7. Какие, на Ваш взгляд, меры социального контроля и социальной профилактики могли бы способствовать предупреждению проституции в обществе?
8. Какие формы и методы социальной работы с сексуальными аддиктами применяют-

ся в России и за рубежом? Оцените их эффективность.

9. Что общего и особенного Вы видите в работе социальных служб России и зарубежных стран по борьбе с малолетними правонарушителями?

10. Раскройте основные задачи психологического вмешательства при работе с личностью виктимного поведения.

#### **Тема 4. Семейное неблагополучие и профилактическая деятельность по оздоровлению обстановки в семье.**

Примерные вопросы:

1. Раскройте значение семейного неблагополучия в деформации личности несовершеннолетнего и молодого возраста.
2. Дайте характеристику типологий семейного неблагополучия.
3. Как вы думаете, каковы проблемы предупреждения семейного неблагополучия.
4. Охарактеризуйте субъекты профилактики семейного неблагополучия.
- 5.. Какие законы и другие нормативные акты по предупреждению и смягчению форм отклоняющегося поведения Вам известны? Дайте их содержательную характеристику.
6. Покажите деятельность центральных, региональных и местных социальных институтов по оздоровлению обстановки в семье.

#### **2. Презентация**

Презентации к теме 2:

1. Меры снижения общей виктимности
2. Способы регуляции эмоциональных состояний
3. Оказание психологической поддержки жертвам преступлений
4. Безопасность личной жизни
5. Организационное и информационное обеспечение виктимологической профилактики.
6. Семья как фактор формирования личности подростка-правонарушителя.
7. Статистика детской и подростковой преступности: 2015-2018 годы.
8. Профилактика и коррекция асоциального поведения несовершеннолетних.
9. Ресоциализация несовершеннолетних подростков асоциального поведения(в специальных учреждениях закрытого типа)..

#### **3. Кейс. Темы 4 и 6.**

Использование метода case-study как технологии профессионально-ориентированного обучения представляет собой сложный процесс, плохо поддающийся алгоритмизации.

Формально можно выделить следующие этапы:

ознакомление студентов с текстом кейса;

анализ кейса;

организация обсуждения кейса, дискуссии, презентации;

оценивание участников дискуссии;

подведение итогов дискуссии.

Решение кейсов проводится в 5 этапов:

Первый этап – знакомство с ситуацией, её особенностями.

Второй этап – выделение основной проблемы (основных проблем), выделение факторов и персоналий, которые могут реально воздействовать.

Третий этап – предложение концепций или тем для «мозгового штурма».

Четвертый этап – анализ последствий принятия того или иного решения.

Пятый этап – решение кейса – предложение одного или нескольких вариантов (последовательности действий), указание на возможное возникновение проблем, механизмы их предотвращения и решения.

Кейс 1. К педагогу-психологу за помощью обратилась семья из пяти человек: отец, мать и трое детей. Отец ? не родной для всех троих детей (отчим). Родители поженились несколько лет назад. Поступили жалобы из школы на дочь (14 лет), причина - периодическое воровство. Причины собственного импульсивного воровства девочка объяснить не может. Она из благополучной семьи, достаточно материально обеспеченной. Отчетливая ориентация всех членов семьи на культуру, высокие духовные ценности. Отец не может понять: ?Чего же ей не хватает? Попросила бы ? и так дали. Зачем же ворует??. Предложить программу работы с данным случаем. Изложить возможные причины воровства, методы и способы оказания воздействия.

Кейс 2. Многие обеспеченные современные родители не дают подростку денег на карманные расходы, объясняя это тем, что ребенок уже взрослый и может сам заработать себе на развлечения. Как вы считаете, оправданы ли эти методы воспитания? воровства, методы и способы оказания воздействия.

#### **4. Научный доклад. Темы 3 и 5**

Темы:

Международные и национальные механизмы защиты детей от торговли, незаконного перемещения и эксплуатации.

Социально-психологическая реабилитация детей и молодежи, пострадавших от торговли людьми.

Ресоциализация девиантных подростков

Алгоритм работы:

1. Определение цели доклада (информировать, объяснить, обсудить что-то (проблему, решение, ситуацию и т.п.), спросить совета и т.п.).
2. Подбор для доклада необходимого материала из литературных источников.
3. Составление плана доклада, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Композиционное оформление доклада в виде машинописного текста и электронной презентации.
5. Заучивание, запоминание текста машинописного доклада.
6. Репетиция, т.е. произнесение доклада с одновременной демонстрацией презентации

### **5. Творческое задание к теме 7.**

Творческое задание

1. Проанализировать причины вступления молодых людей в деструктивные религиозные организации.
2. Охарактеризовать последствия вовлечения молодежи в религиозные секты.

Разработать методические рекомендации по профилактике вовлечения молодежи в деструктивные религиозные секты.

Методические рекомендации - это один из видов методической продукции (наряду с методической разработкой, методическим пособием, дидактическим материалом).

Структура методических рекомендаций

Ø титульный лист;

Ø аннотацию;

Ø сведения об авторе (авторах);

Ø пояснительную записку;

Ø содержание;

Ø список рекомендуемой литературы по данной теме;

Ø приложения (при необходимости).

Пояснения к отдельным структурным элементам методических рекомендаций

1. На титульном листе должны быть обозначены:

Ø название учреждения (в порядке нисходящей подчиненности);

Ø фамилия, имя, отчество автора;

Ø название (с пометкой о виде методической продукции ? методические рекомендации);

Ø название города;

Ø год разработки.

2. На втором листе вверху приводится аннотация, включающая лаконичные сведения

о:

Ø сути рассматриваемых вопросов;

Ø предназначении данных методических рекомендаций (какую помощь и кому призвана оказывать настоящая работа ? например, школьным учителям, зам. директоров школ по воспитательной работе, педагогам дополнительного образования);

Ø источнике практического опыта, положенного в основу рекомендаций (указать, на базе какого опыта разработаны данные методические рекомендации);

Ø возможных сферах приложения предлагаемого вида методической продукции (в каких областях гуманитарного знания могут быть использованы настоящие рекомендации).

Ø Внизу второго листа помещаются сведения об авторе (авторах): Ф.И.О., должность, место работы, квалификационная категория или научная степень, контактный телефон.

3. Пояснительная записка должна содержать следующую информацию:

Ø обоснование актуальности разработки данных методических рекомендаций (здесь целесообразно дать краткий анализ положения дел по изучаемому вопросу: уточнить, в каких образовательных областях в настоящее время используются мероприятия (действия, методики и др.), сходные с предлагаемыми, в чем их достоинства и недостатки; охарактеризовать значимость предлагаемой работы с точки зрения реализации соответствующей федеральной или региональной программы; разъяснить, какую помощь и кому могут оказать настоящие методические рекомендации);

Ø определение цели предлагаемых методических рекомендаций (например: оказать методическую помощь педагогам-практикам, организаторам воспитательной работы с детьми по вопросам ? ; составить алгоритм подготовки и проведения ? мероприятия и т.п.);

Ø краткое описание ожидаемого результата от использования данных методических рекомендаций в системе дополнительного образования детей (например: овладение опытом организации предлагаемой методикой может стать основой для проведения подобных мероприятий по разным предметам школьного цикла; может способствовать повышению мотивации школьников и т.п.);

Ø обоснование особенностей и новизны предлагаемой работы в сравнении с другими подобными разработками, существующими в данной образовательной области.

4. Содержание методических рекомендаций может быть связано с самыми разнообразными вопросами: решением определенной педагогической проблемы, проведением массовых мероприятий, организацией летней кампании, проведением учебно-исследовательской работы, изучением отдельных тем образовательной программы и т.п. Поэтому содержание методических рекомендаций не имеет особо регламентированной структуры и может излагаться в достаточно произвольной форме. Например, его можно структурировать в следующей логике:



- Ø описать (на основе состоявшегося опыта деятельности), что именно рекомендуется делать по исследуемому вопросу (поэтапно) и как (с помощью каких форм и методов;
  - Ø дать советы по решению: организационных вопросов (например, разработать план работы оргкомитета; определить этапы проведения мероприятия и сроки информирования его потенциальных участников, распределить поручения, обеспечить рекламную кампанию и т.д.); материально-техническому обеспечению (Интернет-ресурсы); финансовому обеспечению (источники и фиксированные суммы финансирования данного мероприятия), кадровому обеспечению (требования к экспертам);
  - Ø вычлнить наиболее трудные моменты в организации и проведении описываемого вида деятельности (исходя из имеющегося опыта);
  - Ø предостеречь от типичных ошибок.
5. Список рекомендуемой литературы по теме рекомендаций составляется в алфавитном порядке, в соответствии с современными правилами оформления литературных источников.
6. Приложения включают материалы, необходимые для организации рекомендуемого вида деятельности с использованием данных методических рекомендаций, но не вошедшие в блок «Содержание». В числе приложений могут быть:
- Ø планы проведения конкретных дел, мероприятий;
  - Ø тестовые задания;
  - Ø методики создания практических заданий, адресованных обучающимся;
  - Ø примерные вопросы к играм, конкурсам, викторинам;
  - Ø методики определения результатов по конкретным видам деятельности;
  - Ø схемы, диаграммы, фотографии, карты, ксерокопии архивных материалов;
  - Ø примерная тематика открытых мероприятий, экскурсий и т.д.

### **Вопросы к экзамену:**

1. Девиктимизация: сущность.
2. Девиктимизация как направление психолого-педагогического сопровождения виктимных учащихся подросткового возраста
3. Психологические аспекты девиктимизации
4. Личные детерминанты виктимности
5. Психологическое благополучие и здоровье как актуальная потребность современного человека в рамках девиктимизации
6. Внутренние предпосылки личности, способствующие развитию ее виктимности.
7. Предвиктимное поведение, деструктивный характер социальных взаимодействий жертвы с преступником.

8. Виктимогенная ситуация.
9. Потребности и мотивы выбора девиантного поведения.
10. Девиантогенность личности как проблема социально - педагогической виктимологии.
11. Толпа как форма социальной напряженности.
12. Жестокое обращение с детьми.
13. Проблема насилия в отношении женщин.
14. Подростковая молодежная среда как фактор виктимизации личности.
15. Подростковые и молодежные группы в ситуации социального конфликта.
16. Социально - виктимологические особенности подростковых групп риска.
17. Виктимизация подростков и молодежи в условиях антисоциальных неформальных объединений.
18. Сущность и особенности виктимологической профилактики.
19. Виктимологическое просвещение как элемент профилактической работы с молодежью.
20. Направления социальной защиты и помощи в ситуации виктимизации.
21. Деятельность социально - педагогических и психологических служб по оказанию помощи гражданам, находящимся в ситуации виктимизации
22. Психологическая профилактика виктимного поведения подростков в условиях, содействующих развитию личностного потенциала

#### **Основная литература:**

1. Социальная педагогика : учебник / под общ. ред. М.А. Галагузовой. ? М. : ИНФРА-М, 2018. ? 319 с. // <http://znanium.com/bookread2.php?book=968705>
2. Социальная психология детства : учебник / В.В. Абраменкова. ? 2-е изд., перераб. и доп. ? М. : ИНФРА-М, 2017. ? 511 с.// <http://znanium.com/bookread2.php?book=612339>
3. Практическая девиантология: Учебно-методическое пособие / Н.П.Фетискин - М.: Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 272 с.// <http://znanium.com/bookread2.php?book=508505>

#### **Дополнительная литература:**

1. Механизм преступного поведения (главы автора Кудрявцева В.Н.): (по изданию М., 1981) Глава / Кудрявцев В.Н. - М.:Юр.Норма, НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 58 с.// <http://znanium.com/bookread2.php?book=739624>
2. Социальная работа с лицами и группами девиантного поведения : учеб. пособие / П.Д. Павленок, М.Я. Руднева ; отв. ред. П.Д. Павленок. ? М. : ИНФРА-М, 2018. ? 167 с.

[//http://znanium.com/bookread2.php?book=961680](http://znanium.com/bookread2.php?book=961680)

3. Арт-педагогика в пенитенциарной практике: Монография / Зауторова Э.В. - Вологда: ВИПЭ ФСИН России, 2015. - 217 с. // <http://znanium.com/bookread2.php?book=898930>

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

Библиотека гуманитарной литературы - <http://www.gumer.info/>

Сайт социального педагога - <http://ikt.ipk74.ru/services/47/240/>

Флогистон: Психология из первых рук - <http://flogiston.ru/>

**Коррекционно-развивающие занятия программы  
«Я – Социум – Безопасный интернет»<sup>1</sup>**

**Блок 1. Вводный**

**ЗАНЯТИЕ №1**

**«Знакомство»**

**Цель занятия:** Знакомство и установление доверительных отношений между участниками программы.

**Задачи:**

- определить правила работы в тренинговой группе;
- способствовать освоению приемов самораскрытия;
- формировать навыки эффективного взаимодействия.

**Оборудование:** флипчарт, доска, листы А3 и А4, маркеры.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- условия к проведению программы;
- упражнения на знакомство «Снежный ком»;
- правила группы.

**II Основная часть**

- упражнения на групповую сплоченность, взаимопонимания участников и умения работать в группе: «Узнавая других, узнаю себя», «Доверие», «Рисунок вдвоем», «Факс».

**III Заключительная часть**

- ритуал прощания, рефлексия.

**Ход и содержание работы**

**1. Вводная часть**

«Добрый день, дорогие друзья! Сегодня мы начинаем совместные занятия по освоению безопасного поведения в сети Интернет. Программа состоит из 18 тренинговых занятий, продолжительность занятий от 1,5 часа до 2 часов.

Занятия будут проходить 1 раз в неделю в течение этого семестра. Так как в нашей группе участники из разных студенческих групп, начнем мы, прежде всего, с процедуры приятного знакомства»

Ведущий должен представиться.

---

<sup>1</sup> В разработке и апробации коррекционно-развивающих занятий принимали участие магистранты, обучающиеся по профилю подготовки «Социально-педагогическая виктимология и психология»: Л.В. Оренбурова, Т.О. Семченко, И.А. Гаджиумарова, А.О. Казакова, и по профилю подготовки «Лечебная педагогика и психологическое консультирование» студентка А.Р. Бакулина.

## **Упражнение-разминка «Снежный ком»**

**Цель:** знакомство участников.

Каждый участник группы называет свое имя и личностное качество, за которое его можно ценить, любить, уважать и т. д. Первый участник называет свое имя и качество, второй – называет имя и качество первого, затем свое и т. д. Таким образом, имена и качества нарастают как снежный ком. Последний участник называет всех.

При обсуждении обратить внимание на то, что помогало выполнить упражнение, в каких случаях возникало волнение, смотрели ли говорящие в глаза тем, о ком говорили, как использовали приемы для запоминания.

Мы познакомились и что-то узнали друг о друге – это всегда интересно. В дальнейшем мы много узнаем о себе и других, многому научимся, но в самом начале нам необходимо установить *правила нашей группы*:

1. Соблюдать конфиденциальность, т. е. не разглашать все услышанное на занятии за его пределами, ведущий также обещает, что не будет озвучивать информацию о каком-либо участнике.

2. Приходить вовремя и регулярно посещать занятия

К началу тренинга желательно приходить за 10-15 минут.

3. Отключить мобильный телефон

Желательно, чтобы все участники выключили телефоны либо поставили их на беззвучный режим. В случае необходимости ответить на звонок участник тихо молча покидает аудиторию и также молча возвращается, стараясь не отвлекать других участников.

4. Правило активности и добровольности

Все участники принимают активное участие в обсуждениях, выполнении заданий. Участники имеют право отказаться от участия в отдельных упражнениях и выполнении задания.

5. Принцип доброжелательности

Это правило означает, что мы относимся к другим участникам доброжелательно и уважительно, стараемся их поддержать и помочь. Все слова критики необходимо выражать в корректной форме, а также не забывать озвучивать достоинства других участников. Говорить по очереди, не перебивая друг друга.

Правила записываются на флипчарте, который постоянно стоит во время всех последующих занятий группы.

Соблюдение этих правил сделает наши встречи наиболее полезными и эффективными для всех участников.

## **2. Основная часть**

### **Упражнение «Узнавая других, узнаю себя»**

**Цель:** стимуляция групповой сплоченности.

Упражнение представляет собой серию из трех заданий, которые выполняются последовательно, без перерыва. Студенты произвольно делятся на пары, одно условие – ранее не знакомы.

### ***Задание 1 «Интервью»***

За 20 минут каждая пара участников должна взять друг у друга интервью. Нужно как можно больше узнать о своем напарнике – о его жизни, интересах, увлечениях, значимых событиях в жизни, что бы составить себе представление об этом человеке.

### ***Задание 2 «Визитка»***

Каждый участник рассказывает о своем партнере в течение одной минуты, представляя его группе. По окончании рассказа группа задает уточняющие вопросы, помогая сделать «визитку» наиболее информативной.

### ***Задание 3 «А еще я...»***

«А сейчас каждый из вас может сказать, насколько «визитка» совпадает с вашим собственным представлением о себе, с чем вы согласны, а что вам не соответствует. «Визитку» можно дополнить, начиная фразу словами: «А еще я...».

При выполнении данного цикла упражнений необходимо поддерживать в группе позитивный эмоциональный фон, интерес участников друг к другу.

## **Упражнение «Доверие»<sup>2</sup>**

**Цель:** снятие барьеров в общении, развитие доверительного отношения друг к другу.

«Я хочу предложить вам упражнение, в котором ваши глаза будут отдыхать, а вести вас будут руки, уши, интуиция. Закройте глаза и начните медленно ходить по комнате. Привыкайте к новому способу ориентирования... В этой игре нельзя разговаривать (1 мин).

Не открывая глаз, попробуйте найти себе партнера. Возьмитесь за руки. Когда сделаете это, встаньте рядом...

А теперь почувствуйте руки друг друга. Какого размера ладони у вашего партнера, теплые они или холодные, мягкие или шершавые, нежные или жесткие? Попробуйте сделать нечто вроде «тактильной фотографии» его рук, сохраните ее в памяти (2–3 мин).

Не открывая глаз, отпустите руки партнера и пройдите по комнате в одиночестве (1 мин).

Попробуйте с закрытыми глазами вновь найти руки того же человека. Если вы уверены, что нашли их, встаньте рядом и откройте глаза. Понаблюдайте за остальными».

---

<sup>2</sup> Акселератор вожатского мастерства. Капитаны счастливого детства [Электронный ресурс]. URL: <https://ksd.mininuniver.ru/leaders-case/games/uprazhnenie-doverie>

*Обсуждение:*

- Как я себя чувствовал во время выполнения упражнения?
- Когда я чувствовал неуверенность?
- Когда я чувствовал себя уверенно?
- Как я воспринимал руки разных людей?
- Какую роль для меня играют прикосновения, если речь идет о вопросе доверия?
- Изменилось ли что-нибудь в моем отношении к группе или к партнеру?

### **Упражнение «Рисунок вдвоем»<sup>3</sup>**

**Цель:** развитие взаимопонимания участников и умения работать в команде.

«Для выполнения упражнения вам необходимо объединиться в пары. Постарайтесь выбрать человека менее знакомого вам. Все действия выполняются по инструкции и молча, т. е. разговаривать с партнером не разрешается.

*Инструкция:* Возьмите на двоих один лист бумаги и одну ручку, которой будете рисовать, держась за нее вдвоем. Ваша задача, не договариваясь с партнером, нарисовать сюжетный рисунок. Время выполнения – 3 минуты.

По окончании работы дайте название своему рисунку. Поблагодарите партнера за совместную деятельность. Покажите свой рисунок группе. Посмотрите, что нарисовали другие. Есть ли сходства у рисунков?».

*Обсуждение:*

- Какие эмоции и чувства вы сейчас испытываете?
- Что помогало и что мешало вам выполнять задание?
- Как вы распределяли функции? Кто из вас был лидером?
- Похоже ли ваше поведение сейчас на то, что обычно происходит с вами в группе?
- Какие собственные идеи вам удалось реализовать и что не получилось?

### **Упражнение «Факс»**

**Цель:** развитие навыков совместной деятельности.

Для выполнения упражнения необходимо заготовить картонку с предложением «У нас все получится!», маркер и бумагу.

Все участники становятся в колонну один за другим. Последний участник получает неизвестное группе сообщение («У нас все получится!»). Он передает сообщение по одной букве или символу (рисует пальцем на спине впереди стоящего). Каждый участник передает полученную букву (символ) следующему, выводя у него на спине. Участ-

---

<sup>3</sup> Шимченко Н.П., Мокряк Е.Н. Методическая разработка "Занятия с элементами тренинга «Знакомство»" [Электронный ресурс]. URL: <https://www.informio.ru/publications/id899/Metodicheskaja-razrabotka-Zanjatija-s-yelementami-treninga-Znakomstvo>

ник, который стоит первым, записывает полученные буквы. Должно получиться предложение.

Если кто-нибудь из участников не понял букву, которую ему передали, то хлопает себя по плечу, значит ее нужно повторить. Буквы лучше использовать печатные.

Обсуждение:

- Довольны ли вы результатом работы?
- Что помогало и что мешало выполнить задание эффективно?
- Что можно сказать о слаженности работы группы?
- Достаточно ли ответственно вы выполняли свои функции?

### **3. Заключительная часть**

#### **Ритуал прощания**

Пусть каждый участник закончит фразу: "Когда я буду вспоминать о сегодняшнем дне, то вспомню в первую очередь..." Для этого упражнения тоже можно взяться за руки.

## **Блок 2. Зависимый тип виктимного поведения**

### **ЗАНЯТИЕ №2**

#### **«Интернет VS Реальность – виртуальные возможности в реальной жизни»**

**Цель занятия:** способствовать развитию аналитического навыка конструктивного использования Всемирной сети Интернет в студенческой среде.

#### **Задачи:**

- ознакомить студентов с историей появления и развития сети Интернет;
- рассмотреть уникальные возможности, предоставляемые Сетью;
- проанализировать и оценить собственное конструктивное использование возможностей Сети в студенческой среде.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, доска, листы А3, маркеры, мягкая игрушка.

#### **Структура занятия:**

##### **I Вводная часть**

- упражнение-разминка «Приветствие на сегодня».

##### **II Основная часть**

- мини-лекция «История появления и развития Глобальной сети Интернет»;
- обсуждение возможностей эффективного использования сети Интернет в студенческой жизни;
- задание: создание «Интеллект - карты».

##### **III Заключительная часть**



- ритуал прощания, рефлексия.

### **Ход и содержание работы**

#### **1. Вводная часть**

##### **Упражнение-разминка «Приветствие на сегодня»**

**Цель:** создание доброжелательной атмосферы на занятии.

Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Пожелание должно быть коротким – желательно в одно слово. Вы бросаете мягкую игрушку тому, кому адресуете пожелание и одновременно говорите его. Тот, кому бросили игрушку, в свою очередь бросает его следующему, высказывая ему пожелания на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы игрушка побывал у всех, и постараемся никого не пропустить.

#### **2. Основная часть**

Сегодня мы с вами поговорим о том, какие же возможности есть в сети Интернет и какие возможности он предоставляет пользователям. Для начала, было бы интересно узнать, как и для чего он появился.

«Internet был рожден в США, и самое интересное, что толчком для его создания послужило то обстоятельство, что СССР якобы хотел напасть на США, или, по крайней мере, в США так думали. Вследствие этого, военные США в 1958 году приняли решение создать систему раннего оповещения о ракетной атаке со стороны СССР (система NORAD, North American Aerospace Defense Command). Поскольку наблюдательные пункты были разбросаны по стране, необходима была сеть, способная быстро передавать информацию.

В августе 1962 года Дж. Ликлайдер из Массачусетского технологического института (США) выступил с серией заметок, в которых содержалось документальное описание социального взаимодействия, которое станет возможным благодаря сети. Автор предвидел создание глобальной сети взаимосвязанных компьютеров, с помощью которой каждый сможет быстро получать доступ к данным и программам, расположенным на любом компьютере. По духу эта концепция очень близка к современному состоянию Интернет. В октябре 1962 года Ликлайдер стал первым руководителем исследовательского компьютерного проекта в Управлении перспективных исследований и разработок Министерства обороны США (Defense Advanced Research Projects Agency, DARPA).

К концу 1969 года четыре компьютера были объединены в сеть, получившую название ARPANet. Предполагалось, что эта сеть будет объединять компьютеры военных научно-исследовательских и учебных заведений и использоваться для связи в случае третьей мировой войны. В последующие годы число компьютеров, подключенных к Arpanet, росло.

Параллельно с Arpanet развивались и другие компьютерные сети. Проблема заключалась в том, что все они работали по-разному. Для того чтобы они могли работать совместно, необходимо было выработать общий сетевой протокол.

В 1973 году была начата работа над проектом Internetting Project (Проект объединения сетей). Руководитель этого проекта Роберт Кан высказал идею открытой сетевой архитектуры. Открытая сетевая архитектура подразумевает, что отдельные сети могут проектироваться и разрабатываться независимо. В ходе выполнения проекта был разработан протокол, удовлетворяющий требованиям окружения с открытой сетевой архитектурой. Этот протокол был впоследствии назван TCP/IP (Transmission Control Protocol/Internet Protocol – Протокол управления передачей/Межсетевой протокол).

В основу своих первоначальных рассуждений Кан положил четыре принципа:

1. при подключении к Интернет сеть не должна подвергаться внутренним переделкам;
2. если пакет с информацией не прибыл в пункт назначения, источник должен вскоре повторно передать его;
3. для объединения сетей должны использоваться черные ящики (шлюзы и маршрутизаторы), которые должны оставаться простыми;
4. не должно существовать общей системы управления глобальной сетью.

1 января 1983 года был осуществлен одновременный переход всех компьютеров в составе ARPANET на протокол TCP/IP. Так был установлен стандарт, согласно которому могла развиваться сеть Интернет, согласно которому она развивается и поныне.

В России первой сетью, связанной с Internet, стала сеть **RELCOM**, созданная в 1990 г. на базе Курчатовского института атомной энергии в Москве. Создатели сети – физики – стремились получить канал оперативного общения со своими западными коллегами в первую очередь для проведения совместных исследований. Однако, как это часто бывает, созданная ими российская подсеть Internet вскоре приобрела самостоятельное значение. В 1996 г. эта сеть имела уже порядка 300 узлов и насчитывала десятки тысяч абонентов.

Сегодня аудитория пользователей интернета растет со скоростью 1 миллион пользователей в день и на 2019 год составляет уже 4,39 миллиарда человек (*по данным ежегодного отчета агентства We Are Social и сервиса Hootsuite*). Причем, большая половина пользователей осуществляет доступ в Интернет с мобильных устройств». <sup>4</sup>

В настоящее время Internet предоставляет пользователям всевозможные информационные и коммуникационные услуги.

**Информационные услуги** - услуги доступа к информации:

---

<sup>4</sup> История возникновения internet//Информатика, информационные технологии [Электронный ресурс]. URL <http://csaa.ru/istorija-vozniknovenija-internet/>

- доступ к информационным ресурсам сети, то есть можно получить необходимую информацию, имеющуюся на серверах сети, например, документы, файлы, информацию из различных баз данных и т.п.;
  - размещение собственной информации в сети. Существует множество серверов, предоставляющих возможность бесплатно разместить на них информацию. Если информация размещается в целях публикации, то любые пользователи Internet могут получить доступ к этой информации и получать и просматривать ее в любое время.
2. **Коммуникационные услуги** - услуги обмена информацией, общения:
- обмен информацией в отсроченном режиме. Так работает, например, электронная почта. Отправитель направляет письмо в почтовый ящик получателя, который просмотрит это письмо в удобное для него время.
  - обмен в режиме реального времени. Например, разговоры в сети. Люди набирают свои реплики с клавиатуры и посылают их на разговорный сервер, и эти реплики видят все участники разговора одновременно.

В сети Internet Вы можете найти:

- образовательные и познавательные ресурсы;
- энциклопедии и словари;
- информационно-поисковые службы;
- развлекательные ресурсы;
- справочные ресурсы (расписание поездов, погода, телефонные коды и номера);
- рекламные объявления;
- Internet-магазины;
- Internet-банки (Internet-деньги);



В сети Internet Вы получаете возможность:

- просматривать содержимое мультимедийных страниц;
- отсылать и получать электронные письма;
- участвовать в телеконференциях, форумах;
- общаться в разговорных комнатах;
- совершать покупки в магазинах;
- играть в сетевые компьютерные игры с множеством игроков и многое, многое другое.

Интернет действительно является сильнейшим инструментом и, вместе с тем, является и зоной риска для пользователей. Предлагаю вам сегодня поразмышлять на эту тему и обсудить следующие вопросы:

- 1) Сколько времени каждый из вас тратит ежедневно на времяпрепровождение в Интернете?
- 2) Какие ресурсы Сети вас наиболее привлекают?
- 3) Какие ресурсы сети Интернет вам более всего пригождаются в жизни?

- 4) Как Вы проводите время вне Интернета?
- 5) Как Вы думаете, Интернет это зависимость или реальность?

### **Задание. Создание «Интеллект-карты»**

**Цель:** проанализировать и скорректировать собственное нахождение в сети Интернет.

*Карту можно составлять на листе ватмана с помощью маркеров, а можно в электронном виде – в этом случае необходимо по ноутбуку для каждой команды. При обсуждении, готовую карту можно будет вывести на экран.*

Теперь, когда мы обсудили с вами эти вопросы, поделимся на две группы и каждая группа в процессе обсуждения должна будет составить свою «Интеллект-карту». В центре Вы пишете «Я и Интернет», это наша ключевая мысль. К ней Вы добавляете связанные по смыслу или значимости элементы, к примеру «компьютер», «онлайн-игры», «друзья», «работа», «учеба», «свободное время» и др. Эти элементы необходимо конкретизировать. Время для выполнения задания 15-20 минут. После окончания составления «Интеллект-карты» группы презентуют и обсуждают свои работы.

Обдумайте и скажите, глядя на свои «Интеллект - карты», сколько элементов относятся к развлечениям, а сколько к полезному времяпрепровождению? Сколько времени уходит у вас в день на пользование интернетом? Что бы вам хотелось поменять в этой карте? *Сделайте. Дать группам еще 5 минут времени на исправление Карты.* Насколько для вас реально сократить пользование Интернетом для развлечения и увеличить «полезное» время в сети?

### **3. Заключительная часть**

#### **Упражнение «Прощание»**

Участники уходят по очереди. Уходящий должен обойти всех, включая ведущего, пожать руку каждому и одним словом выразить свое отношение к сегодняшней теме.

## **ЗАНЯТИЕ №3**

### **«Я и Интернет. Как я веду себя в Интернете?»**

**Цель занятия:** обучать альтернативным способам поведения в ситуациях, провоцирующих проявление интернет-зависимость.

#### **Задачи:**

- раскрыть понятие «Интернет-зависимость»;
- провести самодиагностику на интернет-зависимое поведение;
- рассмотреть методы борьбы с интернет-зависимостью.

**Оборудование:** проектор, ноутбук, листы бумаги, ручки, отрывки из сочинений на отдельных листах, диагностические бланки.

#### **Структура занятия:**

## **I Вводная часть**

-упражнение-разминка «Поздороваемся».

## **II Основная часть**

- задание: разбор сочинений на тему «Интернет сегодня: плюсы и минусы»;

- диагностика на интернет-зависимость;

- выработка рекомендаций по борьбе с интернет-зависимостью;

- задание «Проект моей будущей жизни».

## **III Заключительная часть**

-подведение итогов;

-ритуал прощания.

### **Ход и содержание работы**

#### **1. Вводная часть**

##### **Упражнение-разминка «Поздороваемся»**

**Цель:** настроить на рабочий лад, создать дружелюбную атмосферу в группе.

Ведущий предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здороваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т.е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача – поздороваться, таким образом, со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

#### **2. Основная часть**

«Мы с вами уже говорили о том, какие риски и опасности могут поджидать нас в Интернете, сегодня поговорим о том, какое поведение свойственно каждому из нас в сети Интернет. Давайте подумаем, с какими проблемами мы можем встретиться в Интернете? Для этого предлагаю вам ознакомиться с сочинениями других пользователей на тему влияния Интернета на нашу жизнь.

*(Поделить участников на 3 группы, раздать по одной выдержке из сочинений (Приложение 3.1) на отдельных листочках каждой группе. На изучение группой отрывка дается 5 минут. По истечении времени группы передают свой отрывок в другую группу по часовой стрелке).*

После того как группы ознакомились с отрывками сочинений, следует обсудить тему зависимости от Интернета. Это можно сделать, задавая вопросы:

*О какой серьезной проблеме – последствиях пользования Интернетом говорится в отрывках? Как вы считаете, что такое Интернет-зависимость? Где граница между разумным использованием интернетом и Интернет-зависимостью?*

В 2019 году на 72-й Всемирной ассамблее здравоохранения в Женеве была официально принята новая версия Международной классификации болезней МКБ-11, которая должна вступить в действие 1 января 2022 года. Это общепризнанная классификация, которой придерживаются врачи во всём мире.

Новую версию МКБ-11 дополнили новым психическим расстройством gaming disorder («игровое расстройство») - зависимость от онлайн - и офлайн-видеоигр<sup>5</sup>. Отдельный идентификатор получили «опасные игры», которые увеличивают риск нанесения физического или психического вреда пациенту или его окружению. Согласно официальному описанию, это состояние характеризуется «стойким или повторяющимся игровым поведением», которое вызывает «значительное нарушение в личных, семейных, социальных, образовательных, профессиональных или других важных областях функционирования».

#### Симптомы игрового расстройства

- Нарушение контроля над игрой (например, начало, частота, интенсивность, продолжительность, прекращение, контекст).
- Повышение приоритета игр в той мере, в какой игры имеют приоритет над другими жизненными интересами и повседневной деятельностью.
- Продолжение или эскалация игр, несмотря на возникновение негативных последствий. Модель поведения является достаточно строгой, чтобы привести к значительным нарушениям в личной, семейной, социальной, образовательной, профессиональной или других важных областях функционирования<sup>6</sup>.

Также, когда мы говорим об Интернет-зависимости, то имеем в виду поведение человека со сниженным уровнем самоконтроля, вытесняющим нормальную жизнь.

Исследователи изучили межличностные отношения у людей с разным уровнем так называемой «интернет-зависимости» и определили, что 12% респондентов можно отнести к «зависимым»<sup>7</sup>, причём у них отмечены некоторые очень интересные особенности. Оказалось, что у зависимых и склонных к зависимости более высокий уровень общего переживания одиночества по сравнению с независимыми пользователями. Что это такое?

Тревожные характеристики:

- Состояние человека, когда ему кажется: в его "живом" окружении нет людей, с которыми он мог бы близко общаться, он ощущает себя одиноким. Интернет в этом случае является компенсацией такого общения, но в действительности лишь способствует тому, что реальные связи все больше рвутся и чувство одиночества усиливается.

---

<sup>5</sup> Новые психические расстройства в МКБ-11/PsyAndNeuro.ru Психиатрия & Нейронауки [Электронный ресурс]. URL: <http://psyandneuro.ru/stati/icd-11/>

<sup>6</sup> Анатолий Ализар ВОЗ внесла «игровое расстройство» в международный классификатор болезней [Электронный ресурс]. URL: <https://habr.com/ru/news/t/453518/>

<sup>7</sup> Ирина Ивойлова Ученые объяснили, что происходит с интернет-зависимым человеком [Электронный ресурс]. URL: <https://rg.ru/2019/10/09/uchenye-obyasnili-cto-proishodit-s-internet-zavisimym-chelovekom.html>

- У интернет-зависимых при усилении навязчивого желания посетить интернет увеличивается радость от нахождения в одиночестве, уменьшается необходимость в общении. "Это наблюдение говорит о том, что для зависимого человека на первое место выходит удовлетворение собственной потребности в интернет-деятельности, а не потребности в общении" - подчеркивает автор исследования Татьяна Левина. "Живые" люди для зависимого - препятствие.
- Интернет-зависимые люди с осторожностью устанавливают близкие отношения, ориентируются на собственные интересы, могут демонстрировать грубость, резкость, больше склонны к демонстрации агрессии. Доверие в близких отношениях для них - большая редкость. Для зависимых и склонных к ним характерна дисфория. А это, к сведению, расстройство настроения, напряженность, а также тоскливо-злобная раздражительность, которая может переходить во взрыв гнева с агрессивностью.
- Для зависимых и склонных к ним характерно наличие компульсивных симптомов (такие люди следуют навязчивым ритуалам, ненужным правилам, у них может быть постоянная тревога из-за того, что исчезнет интернет или разрядится батарея в гаджете, они не способны сосредоточиться на действительно важном вопросе, не способны принять решение в ответственный момент, часто выглядят неуклюжими и грубоватыми).
- Еще одно неприятное последствие интернет-зависимости - синдром отмены - резкое ухудшение самочувствия, физического и психологического, если вас вдруг лишили возможности сидеть в сети. В такой ситуации человек вообще больше ни о чем другом думать не может.

Давайте сейчас с помощью теста проверим сами себя – на каком уровне находится ваша склонность к интернет-зависимости.

*(Студентам раздаются бланки ответов (Приложение 3.3), ведущий проецирует вопросы на экране (Приложение 3.2), студенты отмечают в бланках свой ответ. Затем подсчитываются баллы).*

Подведение итогов тестирования:

От 27 до 42 баллов - минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения;

От 43 до 64 баллов - склонность к возникновению интернет-зависимого поведения;

Свыше 65 баллов - сформированное и устойчивое интернет-зависимое поведение.

Если вы относитесь к третьей или второй группе, то следующие **советы смогут вам помочь справиться с интернет-зависимостью:**

1. Точно контролировать отведенное время в интернете.
2. Проводить дни без выхода в интернет.
3. Найти действительно реальное интересное хобби, которое сильно увлекает.

4. Контролировать снижение и повышение мотивации в делах.
5. Избавиться от первопричины попадания в интернет.
6. Заблокировать сайты, на которых проводилась большая часть времени онлайн, оставить только информационно нужные.
7. Вести активный стиль жизни.
8. Не включать компьютер без необходимости.

Если не справляешься сам, обязательно обратись за помощью либо к специалисту-психологу, либо к куратору, либо к взрослому человеку, которому ты доверяешь.

**Задание по микрогруппам:** Дополните список советов и рекомендаций по борьбе с интернет-зависимостью.

### **Задание «Проект моей будущей жизни»**

**Цель:** мотивировать студентов на борьбу с интернет-зависимостью.

Это личное задание, раскрывать его перед группой только по желанию участника. Каждый участник должен описать свое будущее – каким бы он хотел его видеть. В плане карьеры, личной жизни, ближнего и дальнего окружения, достижений, общественной жизни, увлечения и хобби и т.д. На это отводится 10 минут. После этого обсудить основные моменты. В конце задать вопрос – возможно ли такое будущее, при интернет-зависимости?

## **3. Заключительная часть**

### **Ритуал прощания**

**Цель:** закончить тренинговое занятие, получить «обратную связь» по занятию.

Пусть каждый участник закончит фразу: "Когда я буду вспоминать о сегодняшнем дне, то вспомню в первую очередь..." Для этого упражнения тоже можно взяться за руки.

### *Приложение 3.1.*

1) «Интернет очень плотно ворвался в человеческую жизнь. Практически в каждом доме люди используют всемирную глобальную сеть. У интернета очень много преимуществ, но также имеются и некоторые недостатки.

Используя интернет, можно читать книги, смотреть фильмы, искать необходимую информацию. Не нужно идти в библиотеку, чтобы прочитать нужную книгу. Не обязательно идти в кино - ведь все фильмы доступны в сети. Если в школу необходимо написать доклад на сложную тему - нужную информацию также можно найти в интернете. Моя мама часто находит в сети новые рецепты и балует нас. А папа любит смотреть новости. Благодаря интернету, можно общаться с друзьями в социальных сетях, а также найти новых интересных собеседников из других городов.



Но есть и другая сторона медали. Некоторые люди становятся зависимыми от интернета и проводят в нем сутки напролёт. Они играют в странные игры, которые плохо влияют на психику, прогуливают занятия, не справляются с учебой. А некоторые и вовсе не выходят из дома. Это очень плохо.

2) Использование интернета может принести пользу, если правильно им пользоваться. Например, там очень много информации и книг, и поэтому можно найти и прочесть любую книгу, даже ту, которой нет в библиотеке или в школе. Таким образом, интернет полезен для развития молодежи и студентов.

Интернет может быть полезным и для тех людей, которые временно не могут работать, к примеру, инвалидам, женщинам, находящимся в декрете. В интернете есть много способов для постоянной и временной работы. Это может быть продвижение своего бизнеса в сферах интернета, продажа товаров ручной работы, продажа фотографий на специальных сайтах, заработок на вводе капчи, написание статей для сайтов и многое другое. Зарабатывать через интернет может каждый человек, не зависимо от пола и образования, для этого самое главное нужно иметь желание, терпение и усидчивость.

Несмотря на все положительные аспекты, всемирная сеть может нанести большой вред человеку. В последнее время люди уделяют интернету слишком много времени и используют его неправильно. Вместо того, чтобы встретиться с друзьями, они общаются через социальные сети. Также важно помнить, что мошенники и злые люди есть не только в реальном мире, но и в виртуальном, поэтому родителям желательно контролировать ребёнка и следить за тем, с кем он общается.

Интернет может способствовать развитию зависимости, даже если человек не замечает этого. У людей, которые много проводят времени за компьютером, из-за сидячего образа жизни могут со временем появиться серьёзные проблемы со здоровьем. Также неумелое использование интернета может привести к лишней трате денег.

3) Всемирная паутина окутала уже миллионы людей по всей планете, и они уже просто не представляют свою жизнь без интернета. Сейчас трудно себе представить дом без интернета, я в том числе являюсь активным пользователем. Сеть вмещает в себя множество различной информации, поэтому мне как студенту важно уметь правильно пользоваться поиском и уметь сортировать информацию. Ведь существует достаточное количество негативных сайтов, где помимо вирусов можно найти бесполезную или даже-не правдивую информацию. Не смотря на рассмотренные плюсы всемирной паутины существует также ряд недостатков. Компьютеры в последнее время все больше притягивают к себе молодое поколение, а это грозит вредом для здоровья в дальнейшем. Еще сильное увлечение интернетом не дает человеку жить обычной жизнью, как известно, время, проведенное за компьютером протекает очень быстро, а это значит, что у нас останется мало времени на личные и общественные дела. Поэтому, рекомендуется тщательно планировать время на то, что вы хотите сделать.

Ещё одной проблемой можно выделить постоянное сидение дома у компьютера или ноутбука, виртуальный мир заменяет реальный, а это не хорошо. Если дело дошло даже до того, что за покупками не нужно выходить на улицу, то отсюда вытекают серьезные последствия. Малоподвижный образ жизни, не общительность, и это еще малая часть проблем. Но, по сути, интернет приносит некую облегченность в нашу жизнь, нам гораздо удобнее учиться, заниматься своими увлечениями, узнавать что-то новое. Поэтому главное это руководствоваться здравым умом, фильтровать информацию и быть осторожным».<sup>8</sup>

*Приложение 3.2.*

### **Шкала интернет-зависимости Чена**

1. Мне не раз говорили, что я провожу слишком много времени в интернете.
2. Я чувствую себя некомфортно, когда не бываю в интернете в течение определённого периода времени.
3. Я замечаю, что все больше и больше времени провожу в сети.
4. Я чувствую беспокойство и раздражение, когда интернет отключен или недоступен.
5. Я чувствую себя полным сил, пребывая онлайн, несмотря на предварительную усталость.
6. Я остаюсь в сети в течение более длительного времени, чем намеревался, хотя и планировал "зайти ненадолго".
7. Хотя использование интернетом негативно влияет на мои отношения с людьми, количество времени, потраченное на Интернет, остается неизменным.
8. Несколько раз я спал меньше 4-х часов из-за того, что "завис" в интернете.
9. За последние шесть месяцев (или за последний год) я стал гораздо больше времени проводить в Сети.
10. Я переживаю или расстраиваюсь, если приходится прекратить пользоваться интернетом на какой-то период времени.
11. Мне не удается преодолеть желание зайти в Сеть.
12. Я замечаю, что выхожу в интернет вместо личной встречи с друзьями.
13. У меня болит спина или я испытываю какой-либо другой физический дискомфорт после сидения в интернете.
14. Мысль зайти в интернет приходит мне первой, когда я просыпаюсь утром.
15. Пребывание в интернете привело к возникновению у меня определенных неприятностей в школе или на работе.
16. Пребывая в сети в течение определённого периода времени, я ощущаю, что упускаю что-то.

---

<sup>8</sup> Сочинение про Интернет на русском языке//Сочинение и анализ стихов [Электронный ресурс]. URL: <http://sochinete.ru/sochineniya/sochineniya-na-svobodnyuyu-temu/internet-na-russkom-yazyke>

17. Мое общение с членами семьи сокращается из-за использования интернета.
18. Я меньше отдыхаю из-за использования интернета.
19. Даже отключившись от интернета после выполненной работы, у меня не получается справиться с желанием войти в сеть снова.
20. Моя жизнь была бы безрадостной, если бы не было интернета.
21. Пребывание в интернете негативно повлияло на мое физическое самочувствие.
22. Я стараюсь меньше тратить времени в интернете, но безуспешно.
23. Для меня становится обычным спать меньше, чтобы провести больше времени в интернете.
24. Мне необходимо проводить все больше времени в интернете, чтобы получить то же удовлетворение, что и раньше.
25. Иногда у меня не получается поесть в нужное время из-за того, что я сижу в интернете.
26. Я чувствую себя усталым днём из-за того, что просидел допоздна в интернете.

*Приложение 3.3.*

#### БЛАНК ОТВЕТОВ

№	Совсем не подходит (1 балл)	Слабо подходит (2 балла)	Частично подходит (3 балла)	Полностью подходит (4 балла)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
...				
25				
26				
<b>ИТОГО:</b>				

Общая сумма: \_\_\_\_\_

## **ЗАНЯТИЕ №4**

### **«Опасности и риски Всемирной паутины»**

**Цель занятия:** способствовать развитию критического мышления в отношении собственного поведения в сети Интернет и поведения других пользователей.

#### **Задачи:**

- проинформировать студентов о рисках и опасностях в Интернете;
- осуществить совместный поиск альтернативных способов поведения в ситуациях риска, связанных с интернетом;
- способствовать развитию адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения в сети Интернет и поведения других пользователей.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, листы ранжирования для команд.

#### **Структура занятия:**

##### **I Вводная часть**

- упражнение-разминка «Моя минута».

##### **II Основная часть**

- мини-лекция «Риски и опасности в интернете»;
- упражнение «Я советую тебе»;
- задание: «Интернет: за и против!?»

##### **III Заключение**

- ритуал прощания: Упражнение «Сегодня я узнал...».

### **Ход и содержание работы**

#### **1. Вводная часть**

##### **Упражнение-разминка «Моя минута»**

**Цель:** диагностика работоспособности группы.

Ведущий объясняет участникам, что точное чувство времени является свидетельством адекватного восприятия действительности и высокой работоспособности человека.

Участников просят подготовиться, сесть свободно, расслабиться, закрыть глаза и слушать ведущего. По его сигналу все одновременно начинают отсчитывать про себя минуту, т.е. считать до 60. Дается команда "Закончили!" Каждый запоминает число. Если счет закончился на числах 57-63, то это свидетельствует о высокой работоспособности в данный момент.

#### **2. Основная часть**

«Сегодня мы обсудим вопрос о том, какие риски и опасности могут ожидать нас в Интернете и проведем с вами дискуссию на данную тематику. Скажите, пожалуйста, про какие риски и опасности вы уже знаете?»

*(Участники называют риски и опасности в Интернете)*

Правильно! Эти риски действительно существуют в сети, а подразделяются они на следующие группы:<sup>9</sup>

### **1. Контентные риски**

Контентные риски - это материалы (тексты, картинки, аудио, видеофайлы, ссылки на сторонние ресурсы), содержащие насилие, агрессию, эротику и порнографию, нецензурную лексику, информацию, разжигающую расовую ненависть, пропаганду анорексии и булимии, суицида, азартных игр, наркотических веществ и т.д. Столкнуться с ними можно практически везде. Это и сайты, и социальные сети, и блоги, и торренты, и видеохостинги, фактически все, что сейчас существует в Интернете. Зачастую подобный материал может прийти от незнакомца по почте в виде спама или общения.

### **2. Коммуникационные риски**

Коммуникационные риски связаны с межличностными отношениями интернет-пользователей и включают в себя риск подвергнуться оскорблениям и нападкам со стороны других. Примерами таких рисков могут быть: незаконные контакты (например, груминг), киберпреследования, кибербуллинг и др. Для подобных целей используются различные чаты, онлайн-мессенджеры (ICQ, Google talk, Skype и др.), социальные сети, сайты знакомств, форумы, блоги и т.д.

К сожалению, кибербуллинг - очень распространенное явление среди российских подростков и молодежи. Нередко кибербуллинг берет начало в отношениях с реальными людьми, и в этом случае, жертва знает своих оскорбителей. Когда же буллинг первоначально возникает в интернете, всегда важно контролировать, чтобы он не перерос в реальное насилие.

### **3. Электронные риски.**

Электронные (кибер-) риски - это возможность столкнуться с хищением персональной информации, риск подвергнуться вирусной атаке, онлайн-мошенничеству, спам-атаке, шпионским программам и т.д. Вредоносное ПО (Программное Обеспечение) использует широкий спектр методов для распространения и проникновения в компьютеры, не только через компакт-диски или другие носители, но и через электронную почту посредством спама или скачанных из Интернета файлов.

Мошенничество в сети Интернет (кибермошенничество) - один из видов киберпреступления, целью которого является обман пользователей. Хищение конфиденциальных данных может привести к тому, что хакер незаконно получает доступ и каким-либо образом использует личную информацию пользователя (номера банковских сче-

---

<sup>9</sup> Арутюнов В.В. Об интернет-рисках для пользователей сетей/В.В. Арутюнов//Вестник Московского финансово-юридического университета. - 2013. - №1 - С.79-84.

тов, паспортные данные, коды, пароли и др.), с целью причинить материальный и финансовый ущерб.

#### **4. Потребительские риски.**

Потребительские риски – злоупотребление в интернете правами потребителя. Включают в себя: риск приобретения товара низкого качества, различные подделки, контрафактная и фальсифицированная продукция, потеря денежных средств без приобретения товара или услуги, хищение персональной информации с целью кибермошенничества, и др.

Одним из самых распространенных видов данного типа рисков является мошенничество - это умышленный обман или злоупотребление доверием с целью получения какой-либо выгоды. Мошенничество, как правило, является преступлением.

Поскольку мошенничество в сети Интернет совершается с помощью различных технических средств и разнообразного количества программ, то некоторые его виды могут быть отнесены и к группе электронных рисков, а часть к группе коммуникационных, поскольку включает в свою схему установления более близкого контакта с жертвой в течение какого-либо времени (например, с помощью электронных писем и смс, которые могут привести и к реальным встречам с мошенниками).

#### **Упражнение «Я советую тебе»**

**Цель:** поиск способов поведения в ситуациях риска, связанных с интернетом.

*Шесть студентов наугад выбирают карточки с ситуациями. Первый студент читает вслух ситуацию от своего лица и просит остальных участников дать совет – «как быть?». Остальные по кругу отвечают ему, начиная со слов: «Я советую тебе...».*

Ситуация 1: Мне на электронный адрес пришло письмо на английском языке. С помощью Google-переводчика я его перевел: «Уважаемый господин..... Мой клиент Дэйвид Стюарт скончался три месяца назад, не оставив наследников. Последней его волей было раздать свое состояние достойным людям. Я, как его адвокат, случайным образом, нашел Ваш адрес и обращаюсь к Вам с предложением, принять 3 000 000 \$ - часть состояния Дэйвида Стюарта. Для оформления наследства как можно скорее свяжитесь со мной и напишите свои банковские данные». Посоветуйте как быть? Очень хочется получить наследство.

Ситуация 2: В онлайн игре «War of the World» у меня произошла конфликтная ситуация с одним игроком. Началось все со спорной ситуации в игре, дошло до личных оскорблений. Другие игроки – свидетели этого конфликта разделились. Большая часть поддерживает моего противника, а меньшая меня. Меня это все очень раздражает. Посоветуйте, как быть?

Ситуация 3: Недавно случайно я набрел на какую-то странную группу в социальных сетях. Там много написано о НЛО, о вероятной скорой гибели Земли, о внеземных

цивилизациях, призванных спасти наш мир, и о других темах. Можно задавать вопросы – всегда быстро отвечают, объясняют подробно. Они называют себя «Небесные врата». Вчера один из них написал мне в личку, приглашает на реальную встречу. Какой-то тренинг. Вот думаю, идти или не идти – посоветуйте, как быть?

Ситуация 4: В Интернете предлагают купить сумочку Louis Vuitton всего за 10 000 рублей. Я знаешь, что они стоят на порядок дороже, но на том сайте какая-то акция. Сегодня единственный день скидки. И количество ограничено. Вдруг это везение? Для меня 10 000 рублей большая сумма, но тут такой случай! Выгодно же! Посоветуйте, как быть?

Ситуация 5: Месяц назад я сделал репост на своей страничке в соц.сети. В комментариях к этому репосту завязалась «словесная баталия» с использованием ненормативной лексики и оскорблениями. В ней приняли участие и мои знакомые и незнакомые мне люди. Последние два дня некоторые из них стали писать оскорбления мне в личку. Как это все прекратить? Посоветуйте?

Ситуация 6: Переписываюсь в одном парнем в соц.сети. Он мне первый написал, предложил познакомиться, пообщаться – я согласилась. Уже две недели общаемся, он мне столько приятных слов пишет каждый день! А сегодня написал и просит помочь – перевести ему денег 5000 рублей, говорит, что вопрос жизни и смерти. Обещает, что завтра же все вернет обратно. Смотрела его профиль – симпатичный. Но мало личных фоток. Посоветуйте, как быть?

Из всех полученных советов и рекомендаций выбирается лучшее решение.

### **Задание: «Интернет: за и против!?»**

Участники делятся на две команды, каждая команда выбирает капитана.

«Итак, первую команду я попрошу придумать тезисы о положительных сторонах использования сети Интернет, а вторую команду об его опасностях в студенческой среде. На это вам дается 10 минут». *Студенты формулируют тезисы, готовят небольшой спич на 2-4 минуты.*

«Следующий шаг – презентация ваших тезисов. Попрошу капитанов команд по очереди их представить». *Капитаны команд защищают свои тезисы.*

*Роль ведущего независимо и аргументировано принимать, либо отвергать приводимые доводы и следить за тем, чтобы одни и те же аргументы не повторялись в различной формулировке. Далее совместно со студентами нужно выявить наиболее важные положительные и отрицательные позиции Интернета для студентов. Для этого каждой команде раздается лист ранжирования.*

## Лист ранжирования

№	Название аргумента (проблемы)	1	2	3	4	5	Итого	МЕСТО
1								
2								
3								
4								
5								

В графу «Название аргумента (проблемы)» участники вносят свои предположения, которые они вынесли перед участниками дискуссии. Далее происходит сравнение проблем по правилу. Сначала сравнивают 1-ю со всеми остальными, потом 2-ю со всеми остальными, 3-ю со всеми остальными и т.д.

### Принцип ранжирования:

1. Если одна важнее другой, то ставим 2:0, где 2 балла ставим более важной проблеме.
2. Если проблемы имеют одинаковую важность, то ставим 1:1.
3. Считаем итоговые баллы по каждой проблеме и подводим итог (выносим место) какая из проблем наиболее актуальна для студентов.

Таким образом, каждая группа подводит итог и находит самые важные стороны, и наиболее актуальную проблему сети для своего микросоциума.

### 3. Заключение

#### Ритуал прощания. Упражнение «Сегодня я узнал...»

**Цель:** получить обратную связь и закончить тренинговое занятие.

В течение занятия нам удалось взглянуть на глобальную компьютерную сеть Интернет с различных сторон. Выявлены как положительные, так и отрицательные её стороны. Узнали ли вы сегодня что-то новое? Что вам запомнилось или вы взяли на заметку? Поделитесь с нами. *Каждый участник по кругу кратко делится своими впечатлениями, начиная со слов: «Сегодня я узнал...».*

Обобщая всё вышесказанное можно сделать вывод, что Интернет представляет собой очень важный источник информации, пользоваться которым, несомненно, надо, однако при этом не следует забывать о тех проблемах, которые несёт в себе компьютерная сеть и относится к ней с долей разумного скептицизма.



## ЗАНЯТИЕ №5

### «Здравствуйте, я...»

**Цель занятия:** познакомить студентов с инструментами формирования уверенного поведения в реальном взаимодействии и в сети Интернет.

**Задачи:**

- выработать навыки уверенного поведения в виртуальных и реальных условиях;
- ознакомить и научить участников диагностировать уровень общения;
- способствовать повышению самооценки через творческое самовыражение;
- отработать алгоритм снижения уровня стресса при конфликтных ситуациях в Интернете.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, презентация, карточки с личностными качествами, карточки с описанием уровней общения, листы А4.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

-приветствие, упражнение-разминка «Я люблю - мы любим».

**II Основная часть**

- мини-лекция «Уверенность в себе»;
- упражнение «Автопилот»;
- упражнение «Давай, поговорим»;
- упражнение «Поделись со мной»;
- упражнение «Я такой, какой я есть»;
- упражнение «Если бы..., то я бы...»;
- упражнение «Зато...»;
- упражнение «Хорошие манеры»;
- упражнение «Формула самовнушения».

**III Заключительная часть**

- Ритуал прощания: «Я стал сильнее».

### Ход и содержание работы

**1. Вводная часть**

**Упражнение-разминка «Я люблю - мы любим»**

**Цель:** создание и укрепление дружеских связей между участниками.

В качестве разминки каждому участнику предлагается подумать и сказать о трех своих предпочтениях в еде, цвете и виде спорта. Например: «Я люблю жареную курицу, белый цвет и волейбол». После того как все выполнили упражнение предложить разбиться на группы по интересам на раз-два-три по озвученным темам. «Объединитесь в группу те, у кого совпадает любимый цвет», «А теперь, у кого похожие пристрастия в еде», «И последнее задание, объединиться тем, кто любит один вид спорта».

## 2. Основная часть

«Сегодня наше занятие направлено на формирование навыков уверенного поведения в реальных условиях и в сети Интернет. Что для вас уверенное поведение? В каких ситуациях вы бы хотели прибавить себе уверенности? *(обсуждение)* С этим мы и будем сегодня работать.

Поведение уверенного в себе человека характеризуется рядом особенностей, позволяющих ему действовать более эффективно.

Это поведение:

- Целенаправленное и ориентированное на преодоление возникающих препятствий, а не на переживания по их поводу.
- Гибкое, подразумевающее адекватную реакцию на быстро меняющуюся обстановку, решительность.
- Социально ориентированное - направленное не на «уход в себя», а на построение конструктивных отношений с другими людьми.
- Сочетающее спонтанность с возможностью произвольной регуляции своих действий.
- Настойчивое, но не переходящее в агрессивное. Человек прилагает усилия для достижения своих целей, но делает это, по возможности, не в ущерб интересам других людей.
- Направленное на достижение успеха, а не на избегание неудачи. Человек центрирован на том, чтобы получить нечто позитивное, и, в первую очередь, руководствуется именно этой целью, а не тем, чтобы избежать возможных неприятностей.

Поведение, характеризующееся такими особенностями, позволяет человеку более эффективно достигать поставленных целей, организовывать конструктивную деятельность и расходовать силы на преодоление возникающих затруднений, а не на переживания по их поводу. Особенно ярко эти различия проявляются в ситуациях, связанных со стрессом, в частности в условиях спортивных состязаний, экзаменов, острых межличностных конфликтов, при возникновении каких-либо экстремальных ситуаций.

Кроме того, уверенные в себе люди характеризуются адекватной самооценкой и развитым умением регулировать свое эмоциональное состояние, менее подвержены внешнему манипулятивному влиянию. Это снижает риск развития у них асоциального поведения.

Итак, если Вы реагируете на определенные ситуации непосредственно в тот момент, когда они возникают, отвечаете собеседнику немедленно, в спокойном разговорном тоне и "по существу", открыто выражаете свои мнения и чувства (гнев, любовь, несогласие, огорчение и. т. д.), цените и уважаете себя в той же степени, что и окружающих, и, не унижая себя, не унижаете и не пытаетесь унижить окружающих, такую форму поведения называют уверенной».

### **Упражнение «Автопилот»<sup>10</sup>**

**Цель:** осознание своих устремлений; повышение уверенности в своих силах; умение представить себя при первичном контакте в сети Интернет.

Участники размышляют о том, какими им хотелось бы стать: как себя вести, как относиться к себе и окружающим в интернете т.д. В соответствии с этим каждый составляет программу для своего «автопилота» по определенной схеме, например: «Я уверен в себе; я доброжелателен». Когда программа готова, каждый участник читает ее вслух так, чтобы у присутствующих возникло убеждение, что этот человек именно таков.

Участникам дается следующее пояснение: в представлении вы должны постараться отразить свою индивидуальность так, чтобы все остальные участники сразу запомнили выступившего. Например, «Я высокий, сильный и уверенный в себе человек. Внешность у меня обыкновенная, зато волосы красивого цвета и слегка вьются, что является предметом легкой зависти многих женщин. Но главное, на что хочу обратить ваше внимание – со мной в любой компании интересно и весело, знаете, как правило, играю роль тамады» или «Возраст у меня средний, внешность не броская, способности и возможности обыкновенные. Единственное, в чем я разбираюсь, может быть лучше других и готова посвящать все свое время – это вкусно готовить и угощать. Обещаю всем яблочный пирог к чаю».

### **Упражнение «Давай, поговорим»<sup>11</sup>**

**Цель:** научить участников диагностировать уровень общения – свой и собеседника, выяснять факторы, влияющие на выбор того или иного уровня общения, выработать навыки выбора уверенного поведения.

Участники делятся на три подгруппы по четыре-пять человека, каждая из которых готовит к показу сценку, отражающую определенный уровень общения - конвенционный, манипулятивный, примитивный. На самом деле уровней общения больше - А. Б. Добрович выделяет их шесть. Но мы возьмём только три. Краткое описание уровня общения предлагается каждой подгруппе на отдельной карточке (Приложение 5.1).

Представители подгрупп выбирают карточки случайным образом. Полученное задание сохраняется в тайне от других подгрупп.

*Обсуждение:* участники-зрители анализируют продемонстрированные им сценки, отвечая на следующие вопросы: Как можно назвать стиль общения, который показала подгруппа? Какие факторы, влияют на выбор того или иного уровня общения? При ка-

---

<sup>10</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/trening-uverennost-v-sebe-1104519.html>

<sup>11</sup> Тренинговые упражнения диагностические и коррекционные [Электронный ресурс]. URL: <https://www.psyoffice.ru/4-0-1215.htm>

ком уровне общения легче или естественнее проявляется уверенное поведение? Почему вы так думаете?

### **Упражнение «Поделись со мной»<sup>12</sup>**

**Цель:** диагностика личностных качеств; отработка навыков взаимопонимания.

Участникам тренинга предлагается записать на карточке 10 качеств:

- нежность,
- умение сочувствовать,
- умение создавать хорошее настроение,
- эмоциональность,
- доброжелательность,
- интеллект,
- организаторские способности,
- твердость характера,
- решительность,
- креативность.

Затем каждый участник должен решить, какое качество присутствует у кого-либо из группы в большей степени, чем у него и подходит к этому человеку с фразой: "Пожалуйста, поделись со мной, например, твоим умением сочувствовать". Тот участник, к которому обратились с просьбой, отмечает у себя на карточке это качество. Таким образом, нужно обойти всю группу, попросив у каждого какое-либо качество (или несколько). На карточке каждого участника будут отметки о том, какие качества были у него востребованы другими, и какие качества он запрашивал сам.

После выполнения задания участники садятся в круг для обсуждения. Обсуждение результатов может происходить как по количественному, так и по качественному составу признаков.

### **Упражнение «Я такой, какой я есть»<sup>13</sup>**

**Цель:** способствовать выработке у участников более объективной самооценки.

Участники рисуют себя так, чтобы никто не видел. После этого рисунки собираются и смешиваются. Производится обмен впечатлениями по каждому рисунку.

### **Упражнение «Если бы..., то я бы...»**

**Цель:** выработка навыков быстрого реагирования на конфликтную ситуацию в сети Интернет.

---

<sup>12</sup> Куина Е. И. Цикл развивающих занятий «Социальная адаптация подростков» [Электронный ресурс]. URL: [https://yrok.pf/library/sotcialnaya\\_adaptaciya\\_podrostkov\\_181001.html](https://yrok.pf/library/sotcialnaya_adaptaciya_podrostkov_181001.html)

<sup>13</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/trening-prosto-pover-v-sebe-903348.html>

Упражнение происходит по кругу: один участник ставит условие, в котором оговорена некоторая конфликтная ситуация. Например: «Если бы в соц.сети под моей фотографией оставили негативный комментарий...». Следующий, рядом сидящий, продолжает (заканчивает) предложение. Например: «... я бы отправил этого человека в черный список».

Целесообразно провести это упражнение в несколько этапов, в каждом из которых принимают участие все присутствующие, после чего следует обсуждение.

Ведущий отмечает, что как конфликтные ситуации, так и выходы из них могут повторяться.

### **Упражнение «Зато...»<sup>14</sup>**

**Цель:** снижение уровня фрустрации или стресса; поиск возможных путей ее решения.

1) Ведущий предлагает каждому участнику игры вкратце описать на листке бумаги какое-либо несбывшееся желание, какую-либо актуальную стрессовую или конфликтную ситуацию, возникшую в интернет-пространстве и неразрешенную на данный момент или запомнившуюся как трудноразрешимая (допускается анонимность авторства).

2) Затем все листки ведущий собирает, перемешивает и предлагает участникам следующую процедуру обсуждения:

1. каждая написанная ситуация зачитывается на группе и участники должны привести как можно больше доводов к тому, что данная ситуация вовсе не трудноразрешимая, а простая, смешная или даже выгодная с помощью связок типа: «зато...», «могло бы быть и хуже!», «не очень-то и хотелось, потому что...» или «здорово, ведь теперь ...»;

2. после того, как зачитаны все ситуации и высказаны все возможные варианты отношения к ним, ведущий предлагает обсудить результаты игры и ту реальную помощь, которую получил для себя каждый участник.

### **Упражнение «Хорошие манеры»**

Участникам предлагается разделиться на несколько команд и предложить вариант ответа на уничижительное поведение, словесно-агрессивное оскорбительное поведение интернет-пользователей, демонстрируя уверенное поведение и хорошие манеры по следующей схеме:

(1) Извинитесь, если Вы виноваты, даже в том случае, если Вы чувствуете себя униженным;

(2) Поймите чувства другого;

---

<sup>14</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/urok-po-psihologii-trening-uverenosti-2981870.html>

(3) Вы скажите ему свои чувства по поводу его унижительных замечаний в Ваш адрес;

(4) Предложите решение, которое может закончить дискуссию.

Фразы:

- «Ты настолько глупый (-ая), что даже не можешь написать нормальный комментарий».

- «Ну и морда-лица у тебя на аватарке, как ты с ним живешь???»

### **Упражнение «Формула самовнушения**

**Цель:** формирование качеств уверенной личности.

*Слова формулы проговариваются ведущим, но участники обязательно проговаривают их вслед за ведущим вслух или про себя:*

С каждым днем я становлюсь крепче.

Я все лучше владею собой.

Я способен контролировать свои мысли.

Я всегда внимателен.

Я постоянно собран.

Скованность чужда мне.

Я внимателен на занятиях.

Я быстро соображаю.

В любой ситуации я собран.

Мне всегда легко сосредоточиться.

В сложной обстановке я собран, хладнокровен.

Ничто меня не может вывести из равновесия.

Я силен духом.

Я всегда собран.

Я владею собой.

### **3. Заключительная часть**

#### **Рефлексия:**

- Какие психологические качества у вас проявились при участии в тренинге?
- Какие чувства испытывали?
- Что нового узнали о себе и о своем поведении в сети Интернет, о поведении в сети членов группы?
- Как будете использовать эти знания?
- Чему научились?
- Как это пригодится в будущем?
- Что было важным?
- Над чем вы задумались?

- Что происходило с вами?
- Что нужно развивать на будущее?

### **Ритуал прощания «Я стал сильнее»**

**Цель:** закрепить позитивный уровень самооценки участников.

Пусть каждый участник начнет фразу, которая заканчивается так: "... и поэтому сегодня я стал чуточку сильнее"

#### *Приложение 5.1.*

**«Конвенциональный» уровень**<sup>15</sup> ("конвенция" или согласие) - партнеры при этом взаимно направлены, общение выстраивается в духе равноправия партнеров и их обостренного внимания к друг другу. Общение на данном уровне требует от партнеров высокой культуры общения. Конвенциональный уровень общения считается оптимальным для разрешения личных и межличностных проблем. По условию контакта индивидом заранее принимается тот факт, что он будет то слушателем, то говорящим, ведь стимулируя кого-то к разговору, следует обеспечить ему равноправные возможности в общении. При этом важно уловить актуальную роль партнера, а также собственную актуальную роль его глазами. Другими словами, нужно установить, какие ролевые ожидания партнеров друг к другу. Однако каждый из партнеров имеет право подтвердить или не подтвердить эти ожидания. Итак, взаимное информирование может приобретать вид конфронтации или конгруэнции (взаимного согласия). Если участники выбирают конфронтацию, то общение постепенно угасает, оставляя за партнерами право на собственное мнение. Если же они выбирают путь конгруэнции, т.е. подтверждают взаимные ролевые ожидания, то это обязательно приводит к растущему раскрытию своего «ролевого веера» (набор психологических ролей, которые выполняет человек при взаимодействии с другим человеком) каждым из партнеров.

-----

**«Примитивный» уровень** - самый низкий уровень общения. В случае примитивного уровня партнер рассматривается не как собеседник, а как предмет, который может быть нужным и им нужно овладеть, либо мешающим и тогда его надо оттолкнуть.

Собеседник настраивает контакт, не особо беспокоясь, насколько адекватно и правильно вы его воспримете. Пьяный без стеснения исповедуется незнакомому ему человеку в автобусе. Собеседник предпочитает больше говорить, чем слушать, он не заботится о рождении нужных чувств у окружающих. Подобное также можно наблюдать, когда приходится иметь дело с бюрократической системой или с невежливым продавцом.

<sup>15</sup> Уровни общения. Портал Студопедия [Электронный ресурс]. URL: [https://studopedia.ru/9\\_9737\\_urovni-obshcheniya.html](https://studopedia.ru/9_9737_urovni-obshcheniya.html)

Заметим, что словарный запас у таких людей обычно довольно скуден; темп речи непомерно быстр, потому как единственная цель – подавить вас, сбить с толку; а отношение к общению с вами, как к разговору со стулом, на котором вы сейчас сидите, т.е. никакое.

---

**«Манипулятивный» уровень** - для человека, использующего данный уровень общения ("манипулятора") партнер является соперником в игре, которую непременно надо выиграть. Причем выигрыш всегда означает выгоду: если не материальную или житейскую, то хотя бы психологическую. Манипулятором всегда движут своекорыстные интересы.

Собеседник на этом уровне общения воспринимается как инструмент для достижения каких-либо целей, подобный уровень общения – неотъемлемая часть многих профессий (дипломат, менеджер по продажам). Зачастую манипуляция необходима для некоторых бытовых процессов. Часто манипуляция характеризуется имитацией – заинтересованности, учтивости. Угроза и лесть тоже являются крайними формами манипулятивного уровня общения. Манипулятивный уровень может надевать личину любого другого из уровней. Распознать манипуляцию можно по общей неестественности ситуации, например, человек, всем внешним видом определяемый как носитель примитивного типа общения, говорит на духовно-доверительном уровне.

### **Блок 3. Некритичный тип виктимного поведения**

#### **ЗАНЯТИЕ №6**

##### **«Как не стать жертвой. Что такое виктимное поведение?»**

**Цель занятия:** осознать факторы риска и предрасположенность студентов стать «жертвой» криминальных ситуаций в реальном взаимодействии и в интернете, способствовать овладению новых паттернов поведения по предотвращению виктимизации в интернет-пространстве.

**Задачи:**

- раскрыть понятия «виктимное поведение», «жертва»;
- научить студентов распознавать виктимные ситуации;
- вырабатывать «анти-виктимность».

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, презентация, лист цветонастроения группы в формате А3, три комплекта цветных карандашей или фломастеров 7 цветов (по цветам радуги), флипчарт.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- упражнение-разминка «Цветонастроение группы».



## **II Основная часть**

- мини-лекция по теме «виктимное поведение»;
- задание 1. Определение понятия «жертва»;
- задание 2. Обсуждение видеоролика «Безопасность: Как мы притягиваем к себе неприятности»;
- задание 3. Ролевая игра - инсценировка ситуаций виктимного поведения студентов в сети Интернет.

## **III Заключительная часть**

- групповой шеринг;
- ритуал прощания: упражнение «Цветонастроение группы».

### **Ход и содержание работы**

#### **1. Вводная часть**

##### **Упражнение-разминка «Цветонастроение группы»**

**Цель:** оценить изменение эмоционального настроения участников в течение занятия.

Заранее распечатать «Лист цветонастроения группы» (Приложение 6.1) в формате А3, подготовить 3 комплекта цветных карандашей или фломастеров семи цветов (по цветам радуги). Повесить Лист на видное место и предложить участникам вписать в Лист свое имя и фамилию и закрасить определенным цветом ячейку «начало занятия».

#### **2. Основная часть**

«Сегодня мы с вами обсудим проблему личной безопасности в условиях реального взаимодействия и в сети Интернет, и выработаем новые формы поведения в конкретных жизненных ситуациях.

Рассмотрим ситуации: *Во время спортивной игры студент Л. Сергей говорил обидные слова Т. Данилу. В ответ Данил применил силу и Сергей получил травму лица. Преподаватель и одногруппники вынуждены были вмешаться в эту ситуацию.*<sup>16</sup>

Кто же виноват в том, что возник конфликт между студентами? (ответы студентов)

Еще один пример:

*Варвара на протяжении нескольких лет общалась в интернете с приятным незнакомцем. Он был очень обходителен, рассказывал ей о разных восточных странах, о законах Шариата и религии ислам. Когда девушке исполнилось 18 лет, она решила что уже взрослая, хочет принять ислам и выйти замуж за своего загадочного друга, чтобы вместе поехать в Сирию и воевать за правое дело. Она была арестована на турец-*

---

<sup>16</sup> Ефремова Л.А. «Как не стать жертвой преступления и что такое виктимное поведение» [Электронный ресурс]. URL: [https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/kak\\_ne\\_stat\\_zhertvoj\\_prestupleniya\\_i\\_chno\\_takoe\\_vikt\\_160623.html](https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/kak_ne_stat_zhertvoj_prestupleniya_i_chno_takoe_vikt_160623.html)

*ко-сирийской границе и депортирована в Россию, где получила тюремный срок за экстремизм (реальная ситуация.)*

Что привело девушку к такому печальному концу? *(ответы студентов)*

Поведение Сергея и Варвары в криминалистике называется виктимным. Оно может проявляться и в реальности и в интернете.

**Виктимное поведение – такие действия и поступки человека, которые провоцируют желание на него напасть.**

Термин «виктимология» производная от него происходят от латинского слова - жертва, и греческого – учение (лат. – *victima*, англ. – *victim*, франц. – *viktime*, откуда и название самой науки), применительно к теории и практики предупреждения преступности, речь идет не о жертвах вообще, а только о жертвах преступлений.

Виктимность (лат. *victima* – жертва) – свойство личности, заключающееся в предрасположенности быть жертвой обстоятельств или воздействия других людей. Определение Ежи Бафия: «Часть криминологии, занимающаяся участием физического лица-жертвы в формировании криминогенной ситуации (преступности)»<sup>17</sup>.

Актуален ли разговор о виктимном поведении?

Сегодня мы с вами приступаем к выработке правил безопасного поведения, которые позволят нам не стать жертвой преступлений, сохранить жизнь и здоровье. Выполнять задания будем по группам»

*Студенты случайным образом объединяются в три группы.*

**1 задание. Формулировка понятия «жертва».**

Всем студентам в трех группах даётся задание, используя метод мозгового штурма, дать определение понятию «жертва». В каждой группе первоначально фиксируются все варианты ответов, затем каждый ответ критически анализируется, и формулируется ответ группы. Затем все ответы обобщаются, и даётся общее понятие «жертва».

***Жертва преступления - это физическое или юридическое лицо, подвергшееся преступному посягательству.***

*Криминологическое понятие жертвы преступления охватывает также возможную, потенциальную его жертву.*

***Потенциальная жертва преступления - это лицо, обладающее такими свойствами, которые повышают вероятность преступного посягательства на него в сравнении с другими однородными с ним социальными субъектами. Жертва преступления может быть реальной или потенциальной, не выявленной или скрытой от учета, прямой или косвенной. Способность индивидуальных свойств повышать криминальную уязвимость объекта преступного посягательства именуется виктимностью,***

---

<sup>17</sup> Бафия Е. Проблемы криминологии: диалектика криминогенной ситуации. — М.: Юрид. лит., 1983. — С. 106.

а способность снижать эту уязвимость - анти-виктимностью. Наша цель – выработка анти-виктимности.

Известный специалист по выживанию человека Яцек Палкевич сформулировал принципы безопасности следующим образом:

- предвидеть опасность;
- по возможности избегать её;
- при необходимости действовать.

**2 задание. Просмотр видео-ролика «Безопасность: Как мы притягиваем к себе неприятности»**

<https://yandex.ru/video/preview?filmId=18083106304190368046&text=%D0%B2%D0%B8%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5&from=tabbar>).

Ответьте на вопросы:

- В чем заключается виктимное поведение героев?
- Что выдает в них виктимную личность?
- Какие альтернативные модели поведения можно было использовать героям ролика?
- Возможно ли проявление виктимного поведения в Интернете?
- Каким образом виктимное поведение может проявляться в сети Интернет?

**3 задание. Ролевая игра - инсценировки**

Каждая группа должна подготовить инсценировки ситуаций виктимного поведения студентов в сети Интернет.

По каждой инсценировке участники других групп готовят памятки с правилами безопасного поведения в интернете по предложенным ситуациям. На основании полученных результатов формулируются обобщенные правила безопасного поведения в интернете в конкретных ситуациях и фиксируются на флипчарте.

**3. Заключительная часть**

**Групповой шеренг** по проблеме анти-виктимности.

**Ритуал прощания «Цветонастроение группы»**

**Цель:** оценить изменение эмоционального настроения участников в течение занятия.

Прежде чем закончить занятие каждому участнику предлагается снова подойти к Листу цветонастроения и сделать отметку соответствующим цветом в графе «конец занятия».

Обратить внимание участников на изменения настроения, отраженные в Листе. Обсудить, с чем связаны эти изменения.

**«Лист цветонастроения группы»**

	настроение восторженное, активное		грустное, печальное
	радостное, теплое		тревожное, тоскливое
	светлое, приятное		Состояние крайней неудовлетворенности
	спокойное, ровное		Трудно определить

	Имя, фамилия	Начало занятия	Конец занятия
1			
2			
3			
4			
....			

**ЗАНЯТИЕ №7**

**«Я – за безопасность»**

**Цель занятия:** способствовать формированию навыков безопасного поведения в сети Интернет.

**Задачи:**

- осознавать необходимость соблюдения правил безопасного пользования сетью Интернет;
- освоить методы и приемы безопасного пользования Сетью.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, презентация, листы А4, флипчарт.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- упражнение-разминка «Одним словом...».

**II Основная часть**

- мини-лекция «Безопасное поведения в сети Интернет»;

- упражнение «Скрепка»;
- упражнение «Безопасные пароли»;
- упражнение «Я в социальной сети»;
- задание: реши кроссворд;
- задание: анализ видеороликов об опасностях сетевого взаимодействия.

### **III Заключительная часть**

- рефлексия;
- ритуал прощания: «По очереди».

## **Ход и содержание работы**

### **1. Вводная часть**

#### **Упражнение-разминка «Одним словом...»**

**Цель:** развитие системности мышления, аргументации, логики.

Прежде чем начать наше занятие, давайте вспомним, о чем мы разговаривали в прошлый раз. Вспоминать будем особым способом. Разомнем логику и мышление, которые сегодня нам пригодятся. Я буду задавать вопрос, ответить на него надо одним словом - которое точно отражает суть ответа. Вопросы:

1. Что такое виктимное поведение? (*возможный вариант ответа – провокация*)
2. Кто такая виктимная личность? (*возможный вариант ответа – жертва*)
3. Кто такая потенциальная жертва? (*возможный вариант – уязвимость*)

### **2. Основная часть**

Мы уже затрагивали с вами тему Интернет-безопасности, сегодня предлагаю рассмотреть ее более подробно.

«Важнейшей проблемой, определяющей темпы и будущее развитие Интернета, является информационная безопасность, архитектурные недостатки сетевых протоколов и многочисленные уязвимости в программном обеспечении сетевых платформ обуславливают невысокую в целом защищенность сети Интернет.

Особенно остро проблемы информационной безопасности проявились в последние годы. Участвовавшие эпидемии сетевых червей охватывают с каждым годом все большее количество компьютеров во всем мире и наносят значительный урон. А сетевые атаки хакеров на корневые DNS-сервера сети Интернет продемонстрировали реальную возможность внесения сбоев в инфраструктуру Интернета. По многочисленным прогнозам специалистов таких ведущих компаний как IDC, Лаборатория Касперского, ISS и других, ближайшие годы будут годами сильнейших интернет-атак, которые могут нарушить функциональность мирового Интернета на несколько дней. Этот неутешительный прогноз иллюстрирует важность вопросов более широкого использования защищенных информационных технологий в среде Интернет, некоммерческие органи-

зации, консалтинговые агентства, исследовательские лаборатории и отдельные специалисты периодически проводят исследования, связанные с разными аспектами информационной безопасности в Интернете. В последние годы, интерес к этой теме стали проявлять государственные структуры, поскольку, как уже было отмечено, Интернет становится критической информационной технологией, влияющей на национальную безопасность отдельных стран. Более 15 лет назад, в феврале 2003 года, конгресс США принял «Национальную стратегию обеспечения безопасности киберпространства». В данной стратегии констатируется факт серьезности угрозы террористических атак посредством Интернета для национальной безопасности США и ставится ряд задач по защите информационного пространства; «предотвратить кибернетические нападения на критическую инфраструктуру, снизить уязвимость нации к таким нападениям и минимизировать ущерб и время восстановления». Ассоциация стран Юго-Восточной Азии создала единую структуру по борьбе с компьютерным пиратством и вирусами. В задачу нового ведомства будет входить выявление уязвимостей в системах компьютерной безопасности и предупреждение вирусных и хакерских угроз».<sup>18</sup>

### Упражнение «Скрепка»<sup>19</sup>

**Цель:** осознание развития навыков безопасного поведения в интернете.

Каждому участнику дается металлическая скрепка. За 20 секунд учащиеся должны разогнуть и выпрямить ее как можно лучше, причем делать это нужно только руками. Разогнутые скрепки демонстрируются и, путем голосования выбирается из них самая ровная. После скрепки возвращаются участникам; снова в течение 20 секунд им нужно придать прежнюю форму. Скрепки показываются группе, для сравнения к ним добавляется новая скрепка.

- Кто лучше всех сумел восстановить свою скрепку в первоначальном виде?
- Достигли ли вы желаемого результата?
- Похожа ли скрепка после восстановления на первоначальную?
- Как можно перенести это упражнение на человеческие отношения?

Вывод: восстановленная скрепка похожа на скрепку, ей даже можно пользоваться – но она не такая, как раньше; очень трудно, а порой невозможно восстановить в прежнем виде то, что изменилось. Некоторые последствия наших решений, нашего поведения нельзя устранить полностью. Так же и с людьми: любое действие изменяет как отношения между людьми (можно их навсегда испортить, можно восстановить – но прежними они уже не будут), так и может изменить личность самих участников. Изменения бывают опасными и необратимыми, поэтому в общении всегда следует выбирать

---

<sup>18</sup> Студенческая библиотека он-лайн [Электронный ресурс]. URL: [https://studbooks.net/2226002/informatika/kontsepsiya\\_monitoringa\\_otsenki\\_zaschischennosti\\_saytov\\_seti\\_internet\\_segmentov](https://studbooks.net/2226002/informatika/kontsepsiya_monitoringa_otsenki_zaschischennosti_saytov_seti_internet_segmentov)

<sup>19</sup> Портал «Мультиуроки» [Электронный ресурс]. URL: <https://multiurok.ru/blog/uprazhneniie-skriepka-ispol-zovat-na-roditeli-skikh-obraniakh.html>

ту линию поведения, которая позволит избежать серьезных последствий. То же относится к нашему общению в сети Интернет.

Необходимо понимать, что испытав на себе те или иные элементы насилия, ребенок, как правило, становится либо подавленным и не способным занять в жизни активную созидательную позицию, либо агрессивным, озлобленным на окружающий мир. И тем самым, навыки безопасного поведения способствуют обеспечению конструктивных отношений в пространстве интернета.

### **Упражнение «Безопасные пароли»**

**Цель:** выработать способы защиты своего личного аккаунта.

Участники делятся на две группы. Каждый участник придумывает любой несуществующий пароль и сообщает его тому, кому доверяет в своей группе (1 человеку). После того как все придумали и сообщили свои пароли участники перемешиваются, затем снова произвольно делятся на две группы. Ведущий выясняет, чей хранитель пароля теперь в чужой группе, который может раскрыть пароль.

*Вопросы для обсуждения:*

Какой вывод можем сделать в результате упражнения?

**Задание.** Участники каждой группы формулируют угрозу и способ защиты от нее. Презентация способов защиты.

*Вопросы для обсуждения:*

Кому можно передавать пароли от своих личных аккаунтов? *(никому)*

Какой сложности должен быть пароль? *(буквы заглавные и прописные и цифры не в логическом порядке)*

Как часто следует менять пароль? *(раз в 2-3 месяца)*

### **Упражнение «Я в социальной сети»**

**Цель:** формирование безопасного навыка пользования аккаунтами в социальных сетях.

«Каждый из вас пользуется электронной почтой, имеет аккаунт в социальной сети. Сейчас я предлагаю вам продемонстрировать свое мастерство. Каждая группа должна составить алгоритм пользования социальной сетью от регистрации аккаунта до завершения работы *(студенты случайным образом делятся на три группы)*. Задание выполняется в любом виде – можно оформить на листе, а можно устно. После этого группы представляют свой алгоритм и сравнивают – что упущено».

Задача ведущего обратить особое внимание на завершение сеанса работы в социальной сети – нужно выйти из своего аккаунта, особенно если вход был осуществлен с чужого компьютера. В обязательном порядке в каждый алгоритм должен заканчиваться «выход из аккаунта».

Ведущий задает вопросы:

Что может случиться, если мы не выполним это последнее действие?

Какие действия нам нужно будет предпринять, если кто-то чужой завладел вашим аккаунтом?

### Задание. Реши кроссворд

Давайте теперь проверим, насколько вы готовы защитить свой компьютер. Предлагаю решить кроссворд (вывести на экран незаполненный кроссворд и задания к нему):

			6												
1	а	т	а	к	а										
2		и	н	ф	о	р	м	а	ц	и	я				
		3	т	р	о	я	н								
			и												
			в												
		4	ф	и	ш	и	н	г							
			р												
5	в	и	р	у	с										
			с												

1. Сетевая, фишинговая.....
2. Сведения об окружающем нас мире.
3. Разновидность вредоносной программы, проникающая в компьютер под видом легального программного обеспечения, в отличие от вирусов и червей, которые распространяются самопроизвольно.
4. Вид интернет-мошенничества, целью которого является получение доступа к конфиденциальным данным пользователей - логинам и паролям.
5. Вид вредоносного программного обеспечения, способного создавать копии самого себя и внедряться в код других программ, системные области памяти, загрузочные секторы, а также распространять свои копии по разнообразным каналам связи.
6. Специализированная программа для обнаружения компьютерных вирусов, а также нежелательных (считающихся вредоносными) программ вообще и восстановления заражённых (модифицированных) такими программами файлов, а также для профилактики - предотвращения заражения (модификации) файлов или операционной системы вредоносным кодом.

«Молодцы, вы отлично справились с заданием! Теперь вы знаете, как защитить себя и свой компьютер. Но угрозы таятся и для пользователей».



**Задание.** Предлагается посмотреть видеоролики об опасностях сетевого взаимодействия и обсудить их. ([Выпуск 1 #ЯзаБезопасностьвСети •| STOP VicTeam|•](https://vk.com/videos-188710445?z=video-188710445_456239023%2Fclub188710445%2Fpl-188710445_-2)  
[https://vk.com/videos-188710445?z=video-188710445\\_456239023%2Fclub188710445%2Fpl - 188710445 -2](https://vk.com/videos-188710445?z=video-188710445_456239022%2Fclub188710445%2Fpl-188710445_-2); [Выпуск 2 #ЯзаБезопасностьвСети •| STOP VicTeam|•](https://vk.com/videos-188710445?z=video-188710445_456239022%2Fclub188710445%2Fpl-188710445_-2)  
[https://vk.com/videos-188710445?z=video-188710445\\_456239022%2Fclub188710445%2Fpl - 188710445 -2](https://vk.com/videos-188710445?z=video-188710445_456239022%2Fclub188710445%2Fpl-188710445_-2)).

Участники разрабатывают «золотые правила» по безопасности поведения в сети Интернет и фиксируют на флипчарте.

### **3. Заключительная часть**

Наше занятие подходит к завершению. Что нового вы для себя сегодня узнали? Какие интересные нюансы для себя отметили?

*(рефлексия)*

#### **Ритуал прощания «По очереди»**

**Цель:** снять напряжение, закончить занятие.

Участники по очереди выходят из аудитории (медленно, не спеша). Группа кричит уходящему в спину какие-нибудь пожелания. Последнему участнику пожелание говорит ведущий.

## **ЗАНЯТИЕ № 8**

### **«Все под контролем»**

**Цель занятия:** закрепить навыки безопасного пользования Интернетом.

#### **Задачи:**

- выработать алгоритмы поведения в сложных ситуациях, связанных с использованием сетью Интернет;
- содействовать развитию логического и критического мышления участников.

**Оборудование:** доска, мультимедийное оборудование, презентация.

#### **Структура занятия:**

##### **I Вводная часть**

- упражнение-разминка «Я желаю тебе...»;
- актуализация знаний о рисках и опасностях в Интернете.

##### **II Основная часть**

- Игра: «Викторина»;
- Игра: «Придумываем историю»;
- Игра: «Детективы на задании».

##### **III Заключительная часть**

- подведение итогов;
- ритуал прощания: «Что я делаю сегодня».

## Ход и содержание работы

### 1. Вводная часть

#### Упражнение-разминка «Я желаю тебе...»

**Цель:** развитие групповой сплоченности.

Все встают в круг. В руках у ведущего небольшая мягкая игрушка. Ведущий кидает игрушку любому участнику и говорит ему свое пожелание на этот день. Например: «Я желаю тебе сегодня получить ответы на важные вопросы!» или «Я желаю тебе внутреннего мира и гармонии!» или шуточное пожелание «Я желаю тебе жить до ста лет - не зная бед!». После этого участник также произвольно кидает любому участнику игрушку и говорит свое пожелание ему и так до конца, чтобы каждый получил пожелание и дал свое.

Добрый день, дорогие студенты! Мы с вами уже говорили о рисках и опасностях, которые могут поджидать нас в Интернете. Сегодня предлагаю вместе актуализировать и структурировать эти знания. Давайте вспомним, какие риски мы с вами знаем.

*(студенты отвечают, ниже – материал занятия №4 о рисках и опасностях сети Интернет)*

- Контентные риски
- Коммуникационные риски
- Электронные риски
- Потребительские риски

Поделить доску на 4 сектора. Каждый сектор – один из рисков. Студенты приводят примеры каждого риска, записывают в соответствующем секторе.

### 2. Основная часть

Для начала попрошу вас разделиться на 2 команды.

#### Игра: «Викторина»

**Цель:** актуализация знаний о риске и опасностях в Интернете.

Вам необходимо отвечать на вопросы викторины.<sup>20</sup> За каждый правильный ответ по 3 балла.

1. Мой компьютер взломали, что делать?

*Если есть возможность - запусти антивирусную программу, а в настройках антивирусника установи максимальные требования к проверке компьютера.*

*Если программа не работает, то лучше переустановить операционную систему компьютера. Это можно сделать следующим способом: нажать «Пуск», выбрать в меню «Все программы», найти «Стандартные», открыть «Служебные», и нажать на «Восстановление системы».*

---

<sup>20</sup> Портал Мультиурок [Электронный ресурс]. URL: <https://multiurok.ru/files/kvest-igra-na-temu-bezopasnyi-internet.html>

*У тебя на рабочем столе висит баннер, который предлагает избавиться от него за деньги. Принцип борьбы с ним следующий: в строку «Номер» введи номер, на который предлагается перечислить деньги, сервис выдаст тебе код и некоторые рекомендации по работе, а использовав этот код ты избавишься от этого баннера. Воспользуйся сервисами от разработчиков антивирусов, которые помогут тебе избавиться от баннеров. Вот ссылки на эти сервисы: Касперский, доктор Web.*

*Также тебе будет необходимо поменять пароли доступа к твоим профайлам в сети, так как вирус может получить доступ к ним.*

2. **Что такое личная информация?**

*Это информация о тебе: твое полное имя, фамилия и отчество, адрес, где ты проживаешь и где бываешь, учишься, твои личные контакты (номер мобильного телефона или логина в Skype).*

3. **Нужно ли отвечать на сообщения со спамом?**

*Этого не стоит делать, т.к. спамеры могут узнать о том, что твой email действующий и могут дальше отсылать тебе спам.*

4. **Что такое кибербуллинг?**

*Кибербуллинг – это термин, относящийся к множеству форм преследования с использованием цифровых технологий. Кибербуллинг может появляться везде в режиме online посредством социальных сетей, видео и фото файлообменников, блогов, электронной почты и систем мгновенных сообщений, а также через СМС и ММС общение.*

5. **Приведите примеры видов буллинга.**

*Клевета. Отчуждение (изоляция). Флейминг. Хеппислепинг. Нападки. Самозванство. Текстовые войны/нападения. Травля, преследование жертвы посредством большого количества оскорбительных СМС-сообщений или электронных писем.*

*Обман. Получение и распространение конфиденциальной информации, личной переписки или фотографий и публикация их в интернете.*

6. **Ко мне приходят СМС с оскорблением в мой адрес, что делать?**

*Необходимо обратиться к оператору сотовой связи с просьбой выяснить, кто это делает и заблокировать его. Если же обидчик будет продолжать свои действия, то необходимо обратиться в полицию.*

7. **В игре у меня не сложились отношения с человеком и он меня преследует. Что мне делать?**

*Заблокируй его в списках своих друзей, подобная функция есть во многих онлайн играх. Если это приложение в социальной сети, то блокировка недругов осуществляется через блокировку профиля. Также можно пожаловаться администраторам игры на этого человека, но необходимо будет предъявить доказательства.*

### **Игра: «Придумываем историю»**

**Цель:** осознание опасностей, которые существуют в интернете.

По мотивам видеоролика придумать историю о том, как один персонаж стал злодеем опасностей сети Интернет, а потом его спасли. [https://vk.com/videos-188710445?z=video-188710445\\_456239021%2Fclub188710445%2Fpl\\_-188710445\\_-2](https://vk.com/videos-188710445?z=video-188710445_456239021%2Fclub188710445%2Fpl_-188710445_-2)

### **Игра: «Детективы на задании»**

**Цель:** развитие логического и критического мышления.

Чтобы суметь распознать опасность в Интернете нужно не просто быть внимательным, но и иметь хорошую смекалку и острый ум, чтоб уж наверняка не попасться в ловушку. Давайте посмотрим, кто из вас обладает этими «суперспособностями», а кому их только предстоит развить. Вам будет дано 5 загадок из серии детективов, на которые нужно найти ответ.<sup>21</sup>

#### 1. Холодный чай

Однажды две подружки решили пообедать. В кафе они заказали чай со льдом. Одна из них пила свой чай очень быстро, так что в нее за минуту поместилось 5 стаканов. А вторая никуда не торопилась - она не спеша потягивала напиток и выпила только один стакан, после чего погибла. Вторая же осталась в живых, хотя яд был добавлен во все стаканы. Почему же на девушку, выпившую больше чая, яд не подействовал?

#### 2. Последняя запись

Мужчину нашли мертвым. В одной руке у него был пистолет, а в другой магнитофон. Когда следователь подошел к трупу и нажал на кнопку «PLAY» проигрывателя, полицейские услышали запись с мужским голосом: «Я больше не хочу жить. Мое существование не имеет никакого смысла». После этих слов раздался оглушительный выстрел. Полицейские сразу поняли, что это не может быть самоубийством, мужчину явно кто-то убил. Что заставило их сделать такой вывод?

#### 3. Убийца среди своих

Богатого мужчину из провинциального городка убили в воскресенье утром. Его жена вызвала полицию. После опроса всех, кто жил с ним в доме, оказалось, что в момент совершения убийства жена спала, дворецкий прибирался в доме, горничная ходила в город за почтой, садовник собирал фрукты, а повар на кухне занимался приготовлением завтрака. Детектив сразу вычислил и арестовал убийцу. Как он узнал, кто совершил преступление?

#### 4. Комната

---

<sup>21</sup> Портал Яндекс.Дзен, [Электронный ресурс]. URL: <https://zen.yandex.ru/media/id/5abcfb19830905457a6989d5/5-zagadochnyh-ubiistv-skolko-iz-nih-vy-smojete-razgadat-5b3d9bd81577a800a9b6cc18>

Серийному убийце вынесли смертный приговор. Но ему дали право выбрать комнату, в которой он встретится со своей смертью: первая с бандой вооруженных безжалостных головорезов, вторая со львами, которые не ели много лет, а третья комната заполнена полыхающим огнем. Как, по-вашему, какая комната самая безопасная?

#### 5. Убийство в автомобиле

Мужчина зарезал свою жену в их машине. Это произошло без свидетелей. После совершения преступления он выбросил тело из автомобиля, стараясь не оставлять на нем лишних отпечатков. Потом он кинул нож, которым убил жену, в глубокий овраг, где его никто никогда и не искал бы. Через некоторое время мужчине позвонили из полиции и сообщили, что его жену убили. Полицейские попросили мужа срочно приехать на место преступления. И как только он сделал это, его арестовали. Как полицейские узнали, что убийцей был именно он?

#### **Правильные ответы:**

*1. Отравленным был не чай, а лед. У первой девушки он не успевал растаять, а вот второй повезло меньше...*

*2. Если бы мужчина совершил самоубийство, он бы никак не смог потом перемотать запись на начало.*

*3. Убийца – горничная, т.к. по воскресеньям почта не работает.*

*4. Правильный выбор – комната со львами. Если они не ели много лет, то уже давно сами погибли.*

*5. Полицейские не успели сообщить мужчине, где находится место преступления, а он даже не поинтересовался.*

### **3. Заключительная часть**

- подведение итогов.

#### **Ритуал прощания «Что я делаю сегодня»**

**Цель:** побудить участников применить полученные знания и навыки в своей жизни.

«Пусть каждый участник вкратце расскажет остальным, что он будет и как он будет применять новые знания и умения по безопасному применению интернета, после того, как выйдет из дверей аудитории».

Ведущий мягко подталкивает участников к тому, чтобы они старались сразу же в реальной жизни апробировать новые знания и умения.

## **ЗАНЯТИЕ №9**

### **«Я умею говорить «НЕТ»»**

**Цель занятия:** закрепить навыки противостояния негативному влиянию интернета.

**Задачи:**

- способствовать осознанию участниками последствий не критичного поведения;
- ознакомить с эффективными способами сказать «Нет»;
- формировать навыки аргументированного отказа.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, презентация.

**Структура занятия:**

### **I Вводная часть**

- упражнение-разминка «Разговор руками».

### **II Основная часть**

- теоретические аспекты умения говорить НЕТ;
- упражнение «Марионетка»;
- упражнение «Учимся говорить нет»;
- упражнение «Учимся противостоять влиянию»;
- упражнение "Ответ: "Нет".

### **III Заключительная часть**

- групповой шеринг;
- ритуал прощания: «Без слов».

## **Ход и содержание работы**

### **1. Вводная часть**

#### **Упражнение-разминка «Разговор руками»**

**Цель:** установление более доверительных отношений в группе, помощь в преодолении барьеров в общении.

Для выполнения задания участникам необходимо образовать два круга внутренний и внешний, и встать лицом друг к другу. Число человек в каждом круге должно быть одинаковым, чтобы все участники образовали пары. Если в группе нечетное число участников, ведущий принимает участие в упражнении.

Задача участников - пообщаться со своим партнером, используя только руки. Ведущий задает тему для «разговора» и через две-три минуты просит круги сместиться относительно друг друга на одного человека. Далее общение продолжается уже в новых парах и на новую тему. Через две-три минуты пары и тема снова меняются. Ведущий может предложить следующие ситуации, в которых происходит общение:

- участники только что встретились и рады видеть друг друга;
- участники ссорятся;
- один выражает другому соболезнование по какому-либо поводу;
- один участник обижен, а второй хочет с ним помириться;
- один пытается поддержать, подбодрить второго.

После выполнения упражнения нужно обязательно обсудить с участниками, какие чувства возникали в процессе игры; на какие темы было легко общаться, на какие,

наоборот, сложно; было ли проще самому передавать эмоцию или получать ее от партнера; с кем из участников было легче всего общаться.

## **II Основная часть**

Мы уже говорили с вами об опасностях и рисках Интернета, сегодня поговорим об одном важном умении, которое поможет нам не попасть в зону опасности – умении говорить НЕТ. Иногда это сделать бывает крайне затруднительно или не получается вовсе. Попробуем разобраться - почему?

### **Почему приходится говорить "нет"<sup>22</sup>**

Самый простой ответ: всегда отвечать "да" просто невозможно. Но куда важнее, чем здравый смысл, тот факт, что неспособность сказать четкое и твердое "нет", увеличение от ответа, а затем невыполнение своих обещаний просто нечестно с вашей стороны. Хотя вашим намерением является попытка не обидеть собеседника, фразы типа "Ну, я даже не знаю. Может, в другой раз" просто обманывают его и отнимают ваше и его время.

Лучшим примером сказанного будет случай, когда женщину приглашает на свидание мужчина, который ей не интересен. Скорее всего, она не ответит "нет", а скажет что-нибудь наподобие "Сегодня не могу, я занята. Может быть, в другой раз". "Нет" - одно из самых легких слов языка и одно из первых, которые мы учим, будучи детьми. Только взрослея, мы начинаем испытывать страх перед ним. Если вы хотите стать организованнее и не оказываться в роли жертвы, то должны преодолеть страх и заново познакомиться со словом "нет".

### **Разные виды "нет"**

Не все "нет" огорчают. Существуют различные степени этого слова и способы его использования.

Прежде чем вы разберетесь со всеми тонкостями этого слова, вам следует понять, как можно использовать его различные проявления.

*Ответ "нет" при вопросе о фактах.* Когда кто-то спрашивает вас, идет ли сейчас дождь, вы выглядываете в окно и с легкостью говорите "нет". Такой ответ самый легкий, ведь он не заставляет вас отказать человеку, он не обязывает вас ни к чему позитивному или негативному. Нет ни напряжения, ни отрицательных эмоций, вы просто отвечаете на вопрос.

*Иногда "нет" подразумевается в самом вопросе.* "Мама, а можно я возьму твою машину и мы поедem на пляж с друзьями?" Сама постановка этого вопроса провоциру-

---

<sup>22</sup> Станева Л. Литературный дневник [Электронный ресурс]. URL: <https://www.stihi.ru/diary/1staneva/2012-10-08>

ет отказ. Некоторые вопросы задаются при одном шансе на миллион получить утвердительный ответ, но это не значит, что его не последует.

*Самое сложное "нет".* Это то "нет", которое вызывает бурю эмоций и страстей. Иногда приходится говорить "нет" не потому, что вы не можете удовлетворить просьбу, не потому, что просьба эта не заслуживает положительного ответа и последующих усилий, а потому, что сказать "да" всем просящим, у которых есть серьезные причины просить и даже требовать помощи, просто невозможно. Некоторым все-таки придется отказать. К сожалению, некоторые люди принимают такую честность и реализм за жестокосердие и заносчивость. Но, к счастью, подобные реакции встречаются не так часто, и при этом практически всегда можно объяснить, почему вы говорите "нет".

### **Когда говорить "нет"**

Лучший ответ на этот вопрос - "часто". Хотя, конечно, вы не можете и не должны отвечать отказом на любую просьбу. Если вы чувствуете себя некомфортно, говоря "нет", спросите себя:

*Достаточно ли у меня сил и способностей для выполнения этого поручения?* Если у вас нет уверенности в том, что вам это удастся, ответ должен быть один - "нет".

*А у меня есть на это время?* Неважно, насколько привлекательно звучит предложение, в большинстве случаев это требует времени. Вашего времени.

*Вы хотите этим заниматься?* Здоровый эгоизм в данном случае не помеха, особенно если это касается ваших усилий и времени.

*Какие могут быть последствия?* Если вы откажетесь пойти с другом на матч, перестанет он от этого быть вашим другом? Конечно же, нет. Запомните, что отказ в просьбе еще не означает, что вы обижаете кого-то. После ответа на все приведенные вопросы произнести "нет" вам станет намного легче.

### **Как сказать "нет"**

Существуют способы сказать "нет" без фактического произнесения этого слова. Они включают следующие фразы.

*"Простите, но сейчас я не могу".* Подобное начало будет отличной тактикой и смягчит отказ. Разве можно не принять такое извинение, которое, очевидно, огорчает и самого говорящего?

*"Как-нибудь в другой раз"* означает перенос мероприятия на более поздний срок. Это все же мягче, чем прямой отказ. Это только игра слов, но, может быть, она поможет вам избежать обид.

*"Спасибо, что спросили, но я не смогу вам помочь".* Спорить с таким утверждением довольно сложно. Вы не только благодарите человека за оказанное доверие, но и никоим образом не обижаете его.



*"Мне кажется, вам лучше обратиться за помощью к кому-нибудь другому".* С этим ответом нужно быть осторожнее. Подобное утверждение провоцирует собеседника говорить вам комплименты и объяснять, почему он пришел именно к вам.

*"Возможно, потом".* Опять же, эта фраза может породить некоторые проблемы. Вы должны быть готовы к тому, что в будущем к вам снова обратятся с этой же просьбой.

### **Упражнение «Марионетка»<sup>23</sup>**

**Цель:** осознание участниками последствий некритичного поведения.

«Сейчас я вам предлагаю почувствовать себя в роли марионетки, которой управляют другие.

Участники делятся на группы по три человека. Каждой тройке дается задание: два участника должны играть роль кукловода – полностью управлять движениями третьего участника - марионетки. Для каждой тройки расставляются два стула на расстоянии 1,5 метра. Цель кукловодов - перевести “куклу” с одного стула на другой. При этом человек, который выполняет роль “куклы”, не должен сопротивляться тому, что с ним делают кукловоды».

Обсуждение:

- Что чувствовали участники игры, когда были в роли “куклы”?
- Понравилось ли им это чувство, было ли комфортно?
- Хотелось ли что-то сделать самому?

### **Упражнение «Учимся говорить нет»<sup>24</sup>**

**Цель:** формирование навыков аргументированного отказа.

Участники делятся на две команды, каждая из которых образует круг. Каждый из участников проходит по кругу, останавливаясь перед другими участниками. Сидящие по очереди обращаются к нему с просьбой или приказом. Задача: сказать «нет», при этом обосновав свой отказ.

После того как упражнение закончится, нужно спросить у ребят, в каких случаях было легче отказывать: при просьбе, при приказе или при приглашении действовать вместе?

*Как правило, очень трудно отказаться, когда человек просит (мы ощущаем себя выше просящего) и при приглашении на совместную деятельность (нас удовлетворяет признание наших способностей). В этих случаях мы попадаем под влияние.*

**Заметки для ведущего.** Необходимо предупредить участников, что просьба должна иметь не оскорбляющий характер.

---

<sup>23</sup> Васильева Т.Г. Тренинг "Учимся говорить НЕТ!" [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/kartoteka-uprazhneniy-dlya-treningov-po-profilaktike-pravonarusheniy-2437250.html>

<sup>24</sup> Там же

### **Упражнение «Учимся противостоять влиянию»<sup>25</sup>**

**Цель:** развитие умения противостоять влиянию со стороны.

Предлагается обсудить: что такое влияние и на что или на кого можно повлиять?

Влияние - это способность убедить человека поступить так, как хочется тебе, или способность предпринять какие-либо действия, изменяющие исход ситуации. Далее обсуждается: всегда ли влияние отрицательно? Каким образом можно отличить отрицательное влияние? Каковы способы негативного влияния? (*Запугивание, шантаж, угроза, подражание, зависимость, давление на личность и т. д.*)

Участникам предлагается высказаться: хочется ли им поддаваться такому влиянию и к каким последствиям может привести соглашение в интернет-пространстве? Что необходимо предпринять, чтобы уйти из-под негативного влияния?

Студенты составляют план безопасности по противостоянию влиянию в интернете (возможна работа в микрогруппах).

*Необходимо убедить участников, что обращение за помощью - это не признание собственной слабости, а проявление способности противостоять. В план должны быть включены и такие пункты, как обращение к близким, к куратору, в полицию, телефоны доверия.*

### **Упражнение "Ответ: "Нет"**

**Цель:** участники учатся говорить "нет" в виртуальном пространстве.

Для каждой предложенной ситуации нужно найти выход из создавшегося положения, говоря "нет" (работа в парах).

Твой друг предлагает тебе:

- разместить у себя в социальных сетях компрометирующие фотографии;
- разместить личный номер телефона в общем доступе;
- «потроллить» в интернете студента из вашего потока;
- незаконно заработать «легкие деньги» в Интернете;
- скомпилировать семестровое задание из Интернета и сдать под своим именем;
- разместить у себя на страничке в соц.сети статус экстремистского содержания.

После завершения упражнения следует обсудить вопросы:

- Как чувствовали себя участники в ролях?
- Легко ли подбирать достойные отказы?
- Всегда ли вам давали утвердительный отказ?

---

<sup>25</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/kartoteka-uprazhneniy-dlya-treningov-po-profilaktike-pravonarusheniy-2437250.html>

Зачастую мы слишком быстро соглашаемся сделать то, о чем нас просят, боясь неодобрения или гнева окружающих, считая себя "хорошим", только если уступили кому-нибудь, чтобы доставить удовольствие..

Вывод: Умей сказать "НЕТ!"

### **3. Заключительная часть**

Групповой шеринг.

#### **Ритуал прощания «Без слов»**

**Цель:** снять напряжения после занятия.

Каждый участник прощается со всеми особым невербальным образом. Таким образом, чтобы ни один способ не повторялся.

## **Блок 4. Гиперсоциальный тип виктимного поведения**

### **ЗАНЯТИЕ № 10**

#### **«О чем говорит тревожность»**

**Цель занятия:** сформировать навыки преодоления тревожного состояния в интернет-пространстве.

#### **Задачи:**

- раскрыть сущностное понятие и характеристики «тревожности»;
- познакомить с основными способами преодоления тревожности в сети Интернет.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, презентация, бумага, карандаши и ручки, мячик.

#### **Структура занятия:**

##### **I Вводная часть**

- игра - разминка «Четыре стихии».

##### **II Основная часть**

- мини-лекция «Что такое тревога»;
- упражнение «Даже если...» – «В любом случае...»;
- упражнение «Если я буду тревожиться...»;
- правила по преодолению тревожности в сети Интернет.

##### **III Заключительная часть**

- рефлексия.

## Ход и содержание работы

### 1. Вводная часть

«Добрый день, дорогие студенты! Сегодняшнюю встречу хотелось бы начать с небольшой игры-разминки».

#### **Игра - разминка «Четыре стихии»<sup>26</sup>**

**Цель:** проведение физической разминки и создание настроения на дальнейшую плодотворную работу.

Ведущий кидает мячик любому участнику и дает одну из четырех команд: земля, воздух, вода или огонь. При команде «земля» участник, которому брошен мяч, должен назвать любое животное; при команде «воздух» - птицу; при команде «вода» - рыбу; при команде «огонь» - нужно успеть три раза хлопнуть в ладоши. Далее мяч кидается следующему участнику.

Повторять слова, которые уже были названы, нельзя. Участник, который ошибся или замешкался, выбывает из игры. В итоге остаются самые внимательные и находчивые.

«Все отлично справились с заданием игры, молодцы!

Дорогие студенты, мы уже с вами говорили о множестве факторов, которые помогают обеспечить нашу безопасность как в сети Интернет, так и в жизни. Сегодня мы поговорим о том, что может, наоборот, подвергнуть нас опасности или предупредить – о тревожности. Что для вас тревога?»

*(обсуждение)*

### 2. Основная часть

#### **Что такое тревога?**

Большинство людей, используя термин «тревога», даже не задумываются о том, что он в действительности обозначает. Очень многие люди, если их попросить вспомнить, что именно они чувствовали в состоянии тревоги, скажут, что были мучимы недобрыми предчувствиями, испытывали волнение, беспокойство, а возможно, даже дрожали.

**Тревога** определяется как эмоциональное состояние острого внутреннего беспокойства, связываемого в сознании человека с прогнозированием опасности. Тревога рассматривается в психологии как неблагоприятное по своей эмоциональной окраске

---

<sup>26</sup> Авидон И., Гончукова О. Сто разминок, которые украсят ваш тренинг. Речь, 2010. – 256 с. [Электронный ресурс]. URL: <https://studfile.net/preview/2872904/page:6/>

состояние или внутреннее условие, которое характеризуется субъективными ощущениями напряжения, беспокойства, мрачных предчувствий<sup>27</sup>.

Важно помнить, что в состоянии тревоги мы, как правило, переживаем не одну эмоцию, а некую комбинацию или паттерн различных эмоций (страха, печали, стыда и чувства вины), каждая из которых оказывает влияние на наши социальные взаимоотношения, мысли и поведение. Переживание тревоги влечет за собой в дальнейшем чувство изоляции и одиночества.

**Тревожность** – переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятного исхода, неуспеха, с предчувствием неопределенной, грозящей опасности.

В психологии под тревожностью понимают устойчивую индивидуальную особенность, проявляющаяся в склонности к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги без достаточных оснований.

Тревога как эмоциональная реакция на опасность сопровождается различными психологическими и соматическими симптомами.

*Соматические проявления тревоги:*

- головокружение, предобморочное состояние;
- «ком» в горле;
- нехватка воздуха;
- сухость во рту;
- приливы жара или холода;
- потливость, холодные и влажные ладони;
- напряжение в мышцах;
- тошнота, боли в животе.

*Психологические проявления тревоги:*

- беспокойство;
- раздражительность и нетерпеливость;
- напряженность, скованность;
- неспособность расслабиться;
- ощущение взвинченности или пребывание на грани срыва;
- трудности засыпания, страхи;
- быстрая утомляемость;
- невозможность сконцентрироваться;
- ухудшение памяти.

*Мысли, во время состояния - тревоги:*

---

<sup>27</sup> Никорчук Н.И. Проблема тревоги и тревожности в современной психологии//Открытый урок. Первое сентября [Электронный ресурс]. URL: <https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/593440/>

- Мы постоянно думаем о неразрешимых трудностях.
- Нас беспокоит, что мы беспокоимся - и от этого мы еще больше беспокоимся.
- Мы боимся, даже когда бояться нечего (любая, самая обычная ситуация, начинает пугать нас, словно земля уходит из - под ног).
- Мир вокруг представляется неуправляемым (словно мы ничем не можем себе помочь).
- Мы каждую секунду считаем, что случится что-то страшное.

А ведь страхи могут появляться не только различных ситуациях в реальной жизни, но и в виртуальной. Подумайте, появляется ли у Вас чувство тревоги при использовании Интернетом? В какие моменты? Как часто такое бывает? Как Вы обычно выходите из этого состояния?

Давайте определим, какие ситуации в жизни и в Интернете могут вызывать у вас тревожность? Запишите их, пожалуйста, в две колонки «Проявление тревоги в реальной жизни», «Проявление тревоги в сети» (*студенты записывают*).

#### **Упражнение «Даже если...» – «В любом случае...»**

**Цель:** поиск приемлемого для себя способа реагирования в ситуации тревожности.

Участники делятся на пары, каждой паре раздаются две карточки, на одной из которых написано: «Даже если...», а на второй: «В любом случае...». Участнику, доставшемуся карточка с фразой «Даже если...», указывает проблему, которая его сейчас беспокоит, к примеру, «Даже, если я не сдам экзамен...». Второй называет свою карточку «в любом случае...» и заканчивает положительной фразой: «я подготовлюсь и исправлю двойку, на пересдаче». Участники обмениваются карточками. Теперь первый говорит решение проблемы, а второй саму проблему. Данное упражнение помогает взглянуть на различные тревожные ситуации под другим углом. «Все будет хорошо» – это четкая установка не должна никогда вас покидать. Не бывает безвыходных ситуаций».

*Заметки для ведущего. Необходимо ориентировать участников на поиск адекватного реагирования в ситуации тревожности в интернет-пространстве.*

#### **Упражнение «Если я буду тревожиться...»**

**Цель:** повышение эмоционального тонуса, развитие навыков оптимистического мировосприятия.

Тревога свойственна всем людям, просто одни справляются с ней лучше других.

Следующее задание – вам будет необходимо объединиться в команды и подготовить сценки на тему борьбы с тревожностью, обязательно показав то, откуда она берется (студенты готовят небольшие инсценировки, а затем их презентуют).

«Молодцы, теперь вы знаете, откуда берется тревожность и как с ней бороться!

Теперь предлагаю вам ознакомиться с несколькими простыми **правилами, как справиться с тревожностью в сети Интернет:**

1. **Взять паузу.** Если вы чувствуете возрастающую тревожность, постарайтесь прекратить то, что вызывает её. Например, если вы почувствовали тревогу во время напряжённого общения в Интернете, попросите собеседника прерваться ненадолго и продолжить позже. Не продолжайте пикировку в социальных сетях, пока тревожность не оставит вас. Если паника настигла вас во время пользования Интернетом, остановитесь. В общем, если ситуацию можно контролировать, немедленно устраните причину тревоги.

2. **Оградить себя от стрессовых стимулов.** Выясните, что вызывает у вас тревогу, и постарайтесь оградить себя от этого. Отправляйте в черный список тех людей, которые вам неприятны. Вы не обязаны общаться с ними. Уходите с неприятных сайтов или групп в социальных сетях. Отказывайтесь от просмотра негативного видео и фото в Интернете.

3. **Сконцентрироваться на чём-то другом.** Устраните раздражители, найдите тихое место и подумайте о чём-нибудь постороннем, отвлеките себя. Можно пойти прогуляться или принять душ, поиграть с домашним питомцем или что-то другое. Если вы сможете совладать со своими мыслями, физические проявления тревоги тоже успокоятся.

4. **Выпустить наружу.** Кричите. Плачьте. Устройте громкую истерику. Иногда, когда тревожность зашкаливает, единственное, что остаётся, - дать всем чувствам вырваться наружу. Истерика не продлится долго, ваше тело устанет, и накал страстей спадёт. Но помните: этот способ подходит далеко не для всех ситуаций. Например, его не стоит применять, если вам тяжело дышать или если вы находитесь в людном месте».

### **3. Заключительная часть**

Сегодня мы обсудили с Вами, что такое тревога и тревожность и как ей можно противостоять. Определили ли вы для себя способы преодоления тревожности? Что нового Вы для себя узнали сегодня? Хотелось бы узнать Ваши ощущения по сегодняшней встрече.

Любой участник по желанию может высказаться о проведенном занятии, о своих чувствах.

Спасибо, за Ваше участие! До новых встреч!

## ЗАНЯТИЕ №11 «Моя регулируемая тревожность»

**Цель занятия:** освоить навыки преодоления тревожности и адекватного поведения в ситуациях, вызывающих тревогу.

**Задачи:**

- определить конкретные методы борьбы с тревожностью во время и вне интернет-сессий;
- научать студентов не допускать негативного воздействия тревожности.

**Оборудование:** доска, салфетки, карточки с негативными мыслями (для упражнения).

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- актуализация знаний – упражнение «Салфетка».

**II Основная часть**

- задание: описание симптоматики тревожности;
- самодиагностика эмоциональных состояний и качеств в ситуациях интернет-опасностей;
- упражнение «Способы борьбы с тревожностью»;
- упражнение «Позитивное мышление»;
- упражнение «Формула самовнушения»;
- задание: «Золотые приемы преодоления тревожности».

**III Заключительная часть**

- ритуал прощания: «ПМИ».

### Ход и содержание работы

**1. Вводная часть**

«Добрый день, дорогие студенты! Сегодня мы с вами продолжаем говорить о тревожности, которая возникает у нас при пользовании сетью Интернет. Давайте актуализуем знания, которые были получены ранее.

Но перед этим предлагаю с Вами выполнить одно упражнение».

**Упражнение «Салфетка»**

**Цель:** формирование дружественной атмосферы и настроения участников на активную работу.

Ведущий пускает по кругу салфетки и просит взять «сколько нужно» каждому. После он просит каждого участника рассказать столько фактов, сколько салфеток у него в руках. Факты должны иметь непосредственное отношение к теме встречи (если же участник не может этого сделать, то предлагается рассказать факт из его личной жизни).



*Тревожность – это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, неуспеха, с предчувствием неопределенной, грозящей опасности.*

*Тревога, беспокойство, страх, паника, ужас — явления, которые часто присутствуют в нашей жизни. Они могут быть разными по интенсивности, продолжительности, структуре от легкого кратковременного беспокойства до парализующего ужаса, составляя разнообразную гамму переживаний, сопровождающих самые различные жизненные события: болезни, конфликты, неожиданные происшествия, неприятные новости или сообщения в социальных сетях и др. Охваченный ужасом человек теряет способность адекватно оценивать происходящие события, анализировать полученную информацию, конструировать адекватную реальности модель окружающего мира и принимать правильные решения. В этом случае тревога оценивается как деструктивное эмоционально-негативное психическое состояние, требующее коррекции.*

*При тревожности возбуждается сердечно-сосудистая система (учащается ритм сердечных сокращений, повышается артериальное давление), а деятельность пищеварительного тракта угнетается. Широкий спектр физиологических реакций, сопровождающих состояние тревоги, объясняет, почему на фоне длительного состояния тревоги формируются разнообразные психосоматические расстройства, в частности, нарушения со стороны желудочно-кишечного тракта и сердечно-сосудистой системы.*

## **2. Основная часть**

Все симптомы тревожности можно поделить на четыре группы: физиологические, эмоциональные, когнитивные и поведенческие.

**Задание.** Участникам необходимо разбиться на 4 группы, и каждой группе на выбор описать физиологические, эмоциональные, поведенческие и когнитивные проявления тревожности. Спикер группы представляет сформулированное описание, участники других групп дополняют характеристики.

### **Самодиагностика**

Каждый участник оценивает свое состояние при столкновении с интернет-опасностью в диапазоне от 1 до 10 по шкалам «тревожный - расслабленный», «собранный - несобранный», «неуверенный - самоуверенный», «знающий (опытный) - неопытный». После этого идет обмен мнениями. Изменилось ли состояние в сравнении с состояниями до участия в программе. Если да, то почему?

### **Упражнение «Способы борьбы с тревожностью»**

Каждый участник рассказывает о своем опыте, кто как боролся с тревожностью в жизни. Участники слушают, дополняют, предлагают советы, как справиться с тревожностью в конкретной ситуации.

### **Упражнение «Позитивное мышление»**

Ведущий объясняет, почему важно оставаться всегда позитивно настроенным. Даже когда возникают негативные мысли, важно научиться их отслеживать и переделывать в позитивные.

Каждому участнику выдаются карточки, на которых написаны негативные мысли. Задача - переделать эти высказывания в позитивные.

Негативные мысли (примеры):

1. Я хуже всех, у меня так мало лайков – я никому не интересен!
2. Меня никто не уважает, в прошлом году в соц.сетях меня с днем рождения много человек поздравили, в этом году мало!
3. Ну почему со мной всегда что-нибудь случается! Вот и сейчас в чате конфликт вышел из-за пустяка – неприятно!
4. Я никогда не опубликую свое настоящее фото на страничке – все будут надо мной смеяться, поставлю лучше вместо фото какую-нибудь философскую картинку.
5. У меня никогда ничего не получится! Все вечно надо мной смеются!
6. Они все меня раздражают! Вирус им какой-нибудь запустить что ли!

### **Упражнение «Формула самовнушения»**

Цель: снижение уровня тревожности.

*Слова формулы повторяются вслед за ведущим вслух или про себя:*

Я спокоен.

Ничто меня не тревожит.

Спокоен везде и всегда.

Не беспокоюсь по пустякам.

Спокойствие и уверенность наполняет меня.

Я уверен в себе.

Я сильный и спокойный человек.

Я выдержан в любой ситуации.

Я умею держать себя в руках.

Я умею ждать, я терпелив.

Я спокоен, выдержан, уравновешен.

Я контролирую свое состояние.

Неудачи не принимаю близко к сердцу.

Я уверен в общении, собран и организован.

Не допускаю раздражительности, хладнокровен, выдержан.  
Общаюсь легко и свободно.  
Меня уважают и понимают.  
Мне легко и свободно.  
Работа в коллективе приносит мне радость.  
С каждым занятием я чувствую себя уверенней и спокойней.  
Я все лучше владею собой.  
Я умею контролировать свои мысли и чувства.

### **Задание «Золотые приемы преодоления тревожности»**

Участники разбиваются на 3-4 команды и презентуют памятки-листочки с золотыми приемами преодоления тревожности в условиях интернет-пространства.

#### ***Заметки для ведущего. Приемы по борьбе с тревожностью:***<sup>28</sup>

- *отвлечение (отстранение от тревожащего фактора);*
- *снижение значимости («это всего лишь комментарий от неизвестного мне человека. Да, он имеет публичный характер, но я уверена в своих силах»).*
- *физическая разминка (спорт снимает стресс и усталость, расслабляет мозг, повышает его активность, способствует выработке новых идей и свежих взглядов на ситуацию);*
- *проигрывание предыдущих ситуаций успеха и гордости за себя или просто позитивных приятных моментов;*
- *вербализация всего, что на душе (проговаривание или вербализация – "чего-то" в четкие слова. Напишите себе письмо о том, что Вас беспокоит. Только никуда и никому его не отправлять!).*

### **3. Заключительная часть**

#### **Ритуал прощания «ПМИ»**

**Цель:** получение обратной связи от участников, рефлексия.

Дорогие друзья, наша встреча подходит к завершению, в связи этим хотелось бы узнать Ваше мнение о проведенной встрече. Для этого на доске нарисована таблица из трех граф, прошу по очереди заполнить эту таблицу.

В графу «П» - «плюс» записывается все, что понравилось на встрече, информация и формы работы, которые вызвали положительные эмоции, либо, по мнению участника, могут быть ему полезны для достижения каких-то целей.

В графу «М» - «минус» записывается все, что не понравилось на занятии, показалось скучным, вызвало неприязнь, осталось непонятным, или информация, которая

---

<sup>28</sup> Трошина Светлана «Как избавиться от тревожности: советы психолога» [Электронный ресурс]. URL: <https://psychologist.tips/85-kak-izbavitsya-ot-trevozhnosti-sovety-psiologa.html>

оказалась для него не нужной, бесполезной с точки зрения решения жизненных ситуаций.

В графу «И» - «интересно» участники вписывают все любопытные факты, о которых узнали на уроке и что бы еще хотелось узнать по данной проблеме, вопросы к ведущему.

Спасибо за Ваши ответы! До свидания!

## **ЗАНЯТИЕ №12**

### **«Личные границы в сети Интернет»**

**Цель занятия:** научить выстраивать личные границы в процессе онлайн-общения.

**Задачи:**

- определить сущность понятия «личные границы»;
- помочь студентам выявить и осознать, где начинаются и где заканчиваются их собственные границы;
- предложить варианты эффективного взаимодействия и обозначения собственных границ в общении.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, презентация, бумага, ручки или карандаши.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- приветствие, упражнение-разминка Упражнение «Слово на букву...».

**II Основная часть**

- информационное сообщение «Личные границы»;
- упражнение «Я и виртуальный мир»;
- упражнение «Ручеек»;
- упражнение «Я изменяю не только мир, но и себя».

**III Заключительная часть**

- ритуал прощания: «Место силы».

### **Ход и содержание работы**

**1. Вводная часть**

«Здравствуйте, дорогие студенты! Нет ли у вас подруги, которая звонит в любое время суток, чтобы подробно (очень подробно!) рассказать о том, что ее очередной раз бросил парень? Причем - очевидно, что она совершенно не заинтересована в получении обратной информации, а просто использует вас как «жилетку поплакаться».

Нет ли у вас друзей, которые считают, что «ваш дом – их дом», забывая, что «незванный гость – как в горле кость»? Друзей, которые постоянно оттягивают возвращение

одолженных вещей или небрежно с ними обращаются? А при попытке отстоять свои права, обвиняют вас в меркантильности?

Или мамы, которая упорно не хочет понять, что случилось страшное, и ребенок (вы – в свои 18-20!) все-таки уже совершеннолетний, и хотел бы, для разнообразия, пожить какое-то время так, как он считает нужным (при этом ничего и никого, не имея в виду!)? Мы сегодня с вами обсудим тему личные границы.

Но перед этим мы с Вами выполним упражнение».

### **Упражнение – разминка «Слово на букву...»**

**Цель:** повысить концентрацию внимания участников, настроить на рабочее состояние.

Разделите участников на 2-3 команды (в зависимости от размера группы). В течение 30 секунд каждой команде необходимо найти и запомнить как можно больше предметов в комнате на букву «С». По истечении 30 секунд каждая команда по очереди озвучивает свой предмет. Побеждает та команда, которая запомнила больше предметов. Варианты разминки «Красный предмет», «Светлый предмет».

## **2. Основная часть**

### Личные границы

Законы любой страны включают в себя множество пунктов, обеспечивающих и охраняющих личные границы своих граждан. Они защищают физическую безопасность, неприкосновенность имущества, личные права.

У человека также есть личные границы?

Что такое психологические границы?

Где мои границы, а где границы другого человека?

Как их определить, да и зачем они вообще нужны?

Все живое физически имеет свои ограничения, пределы. В психологическом смысле «границы» – это понимание и осознание собственного «Я» как отдельного от других. Понимание своей отдельности формирует основу нашей личности. Четкие границы словно «говорят» нам, где мы, а где не мы; что мы чувствуем, а что – нет; что нам доставляет удовольствие, а что – нет; чего мы хотим, а чего мы не хотим. И в этом смысле наши границы определяют нас.

Точно так же, как физические границы показывают, где начинается и где заканчивается частное владение, психологические границы определяют, кем мы являемся, а кем мы не являемся.

### Нарушение границ<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Сайт Психологи [Электронный ресурс]. URL: <https://www.b17.ru/blog/122299/>

Большинство людей вынуждено рано или поздно устанавливать баланс между своими личными потребностями и требованиями общества.

Каждый человек обладает правом иметь собственные мысли и чувства, каждому необходимо понимание и удовлетворение собственных потребностей, для каждого – необходимо какое-то свое личное пространство. Это иногда сложно осознать людям с нарушенными личными границами.

Чем люди платят за отсутствие своих границ? А такая плата всегда есть.

Люди с нарушенными личными границами зачастую вынуждены тратить колоссальное количество энергии, пытаясь «сохранить отношения».

С чем это связано? Чаще всего со страхом потерять расположение близких и друзей. Они часто соглашаются на действия, которые идут против их личных интересов: работают за кого-то, тратят свое личное время на других, невзирая на то, что у них могут быть на него собственные планы и т.д.

И все эти и другие действия не приносят человеку ни любви, ни близости, ради которых и совершается это ежедневное жертвоприношение самого себя. Мало того, все это воспринимается другими как должное. И в ответ – ни слова благодарности.

Человек, позволяющий нарушать собственные границы, дает возможность окружающим манипулировать собой. Нечеткое осознание собственных границ приводит к тому, что человек не может понять, что входит в его обязанности, а что – нет, где начинается и где заканчивается его ответственность.

Он «кидается на амбразуру», пытаясь собой прикрыть бреши чужой ответственности – всё без разбора взваливает на себя, принимает неудобные для себя решения, отказывается от удовлетворения собственных потребностей, стараясь облегчить жизнь другим.

При нарушенных личных границах человеку всегда будет трудно сказать «нет», когда на него оказывается давление, или что-то требуют от него – даже когда это жизненно необходимо.

Все это справедливо и для нашего пребывания в сети Интернет.

Что означает наше «нет»?

Наше «нет» обозначает наши границы и, таким образом, мы предупреждаем другого об их нарушении. Произнося «нет», мы даем другим людям понять, что существуем отдельно от них и сами управляем своей жизнью.

Помимо того что размытые личностные границы позволяют другим брать управление жизнью человека в свои руки, они являются причиной психологических расстройств. Например, при депрессии объект манипуляций постоянно испытывает душевную боль, усталость, невозможность личного выбора.

Неумение сказать «нет» может приводить к пассивно-агрессивному поведению: человек говорит «да» на стадии обсуждения вопроса, но потом «проваливает» дело, опаздывает, не выполняет своих обязательств.

В целом, отсутствие личных границ формирует психологию жертвы: человек начинает видеть себя жертвой обстоятельств или других людей. При нарушении личностных границ могут возникать и зависимости – пищевые, химические (вещество контролировать легче, чем человека), эмоциональные, сексуальные.

Границы не передаются по наследству, их надо формировать. Для этого каждому из нас надо усвоить, что в жизни существуют ограничения.

### **Упражнение «Я и виртуальный мир»**

**Цель:** упражнение направлено на осознание психологических границ и способов взаимодействия с окружающим миром.

Каждый участник получает лист А4. Задание – написать все, что окружает их в Интернете, с кем и чем им приходится общаться, взаимодействовать – свой виртуальный мир. При этом середину надо оставить пустой. Затем в центре они изображают себя.

Ведущий просит группу рассказать о своих рисунках, отвечая на вопросы:

- Нравится ли вам свой рисунок?
- Что из нарисованного наиболее важно?
- Есть ли разделяющая граница между вами и виртуальным миром?
- Как происходит взаимодействие с нарисованным окружением?

### **Упражнение «Ручеек»<sup>30</sup>**

**Цель:** упражнение на осознание телесных границ.

Участники встают в две шеренги, образуя коридор. Один участник закрывает глаза и идет через этот коридор. Задача остальных участников - здороваться с ним за руки и поглаживать по другим частям тела. Нельзя трогать низ живота, грудь, голову. Пройдя коридор участник становится в конец шеренги. Затем в коридор входит следующий участник, стоящий в начале шеренги. Так коридор проходит вся группа. Важно, чтобы прикосновения участников были легкими и нежными.

### **Упражнение «Я изменяю не только мир, но и себя».<sup>31</sup>**

**Цель:** потренировать способы отстаивания собственных границ.

Ведущий предлагает участникам поделиться на команды, каждой из которых дается задание – предложить свои варианты, как можно отстоять свою психологическую границу в реальном и виртуальном взаимодействии.

---

<sup>30</sup> Сайт Психолог он-лайн [Электронный ресурс]. URL: [https://psychologist-shakhtersk.blogspot.com/2019/02/blog-post\\_96.html](https://psychologist-shakhtersk.blogspot.com/2019/02/blog-post_96.html)

<sup>31</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/trening-po-psihologii-na-temu-granici-3504432.html>

Как мы можем показать, что идет нарушение границ и что за них заступать – не надо.

**Заметки для ведущего.** Как мы можем проявить свои границы перед другими людьми:

1. При помощи речи выразить то, что мы хотим, во что верим.
2. При помощи правды о себе (ложь обозначает ваши границы не в том месте, где они находятся на самом деле).
3. При помощи установления эмоциональной дистанции (если человек нарушает ваши границы, то отстраниться от близкого общения с ним и вовлеченности в его дела).
4. При помощи установления временных рамок общения (вы решаете сколько, когда и с кем общаться).

### **3. Заключительная часть**

#### **Ритуал прощания «Место силы»**

**Цель:** получение участниками обратной связи друг от друга, для помощи в формировании здоровой самооценки.

Участники тренинга сидят в общем кругу. Каждый участник пишет сверху свое имя, например, «Иванов Михаил», после чего каждый лист передается участнику, сидящему справа. Участник, сидящий справа, в течение одной минуты пишет рекомендации, которые он мог бы дать человеку, по отстаиванию его личностных границ, листочек с именем, которого он получил.

После этого все листы по команде ведущего передаются дальше направо. Следующий сосед добавляет свои рекомендации. Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый не получит назад свой собственный лист с написанными на нем рекомендациями от каждого члена группы. Имя написать на обратной стороне и рекомендации заворачивать, чтобы их не было видно.

Спасибо большое за участие! До новых встреч!

## **ЗАНЯТИЕ №13**

### **«Конфликты и выходы из конфликтных ситуаций»**

**Цель занятия:** выработать конструктивные стратегии поведения в конфликтных ситуациях в условиях реального и виртуального взаимодействия.

#### **Задачи:**

- познакомить студентов с понятием «конфликт»;
- выявить собственный стиль поведения в конфликтной ситуации;
- научить правильно вести себя в конфликтных ситуациях в условиях реального и виртуального взаимодействия.



**Оборудование:** компьютер, проектор, экран, презентация, раздаточный материал, шнур, шоколадка.

**Структура занятия:**

### **I Вводная часть**

- упражнение-разминка «А мы похожи!».

### **II Основная часть**

- актуализация опорных знаний: решение кроссворда;
- мини-лекция «Модели поведения личности и стратегии разрешения в конфликтных ситуациях»;
- диагностика на определение стиля поведения в конфликтных ситуациях: тест «Понимание пословиц»;
- задания на выработку собственного стиля поведения в конфликтной ситуации;
- упражнение «Холодный душ»;
- упражнение «Формула самовнушения».

### **III Заключительная часть**

- подведение итогов;
- рефлексия;
- ритуал прощания: «Сегодня был особенный день!».

## **Ход и содержание работы**

### **1. Вводная часть**

«Добрый день, дорогие друзья! В начале нашей с Вами встречи хотелось бы провести упражнение».

#### **Упражнение «А мы похожи!»<sup>32</sup>**

**Цель:** сблизить участников занятия, настроить на плодотворную работу.

Участники делятся на пары и составляют список из 5 общих качеств (черты характера, факты из жизни и др.). После каждый ищет себе новую пару. Тот, кто быстрее всего найдет общие черты с 5 участниками получает приз (шоколадку).

### **2. Основная часть**

«Сегодня у нас тема «Модели поведения личности и стратегии разрешения в конфликтных ситуациях». Согласитесь, что данная тема очень актуальна, ведь в повседневной жизни мы являемся свидетелями, а зачастую и участниками различных конфликтов. И сегодня более подробно остановимся на способах поведения в конфликте в реальной жизни и виртуальной.

---

<sup>32</sup> Сайт МТренинг [Электронный ресурс]. URL: <https://mtrening.com/2017/10/07/ledokol/>

Попробуем определить свой собственный стиль поведения в конфликте и научиться узнавать и различать изученные стратегии, применить полученные знания в решении практических заданий, закрепить полученную информацию. Но для начала вспомним, что такое конфликт. Предлагаю это сделать с помощью кроссворда. В его основе лежит слово, которое помогает нам жить в мире и согласии, без ссор и конфликтов.

На некоторые вопросы удастся найти ответы на основании полученной сегодняшней информации, и тем самым к концу занятия кроссворд будет заполненным».

**Вопросы:**

1. Тип конфликтной личности, которая хочет быть в центре внимания. Любит хорошо выглядеть в глазах других. Ему легко даются поверхностные конфликты, любит свои страдания и стойкостью.
2. Наиболее острый способ разрешения противоречий в интересах, целях, взглядах, возникающих в процессе социального взаимодействия.
3. Стратегия поведения в конфликте, когда человек не отстаивает собственные интересы, но при этом не учитывает и интересы других, пытается отложить принятие сложного решения «на потом».
4. Вид конфликта один из самых сложных психологических конфликтов, который разыгрывается во внутреннем мире одного и того же человека, ложно разрешаемое противоречие, происходящее внутри личности.
5. Вид конфликта, итог которого характеризуется принятием решений удовлетворяющих обе стороны и отношения между сторонами не ломаются, а развиваются.
6. Слова, действия или вовсе бездействие, способные привести к возникновению конфликтной ситуации и перерастанию ее в конфликт.
7. Стадия конфликта, на которой будет меньше всего возможностей для разрешения конфликта, так как он достигает своего эмоционального пика.

		1	Д	е	м	о	н	с	т	р	а	т	и	в	н	ы	й	
		2	к	О	н	ф	л	и	к	т								
		3	и	з	Б	е	г	а	н	и	е							
	4		в	н	у	т	Р	и	л	и	ч	н	о	с	т	н	ы	й
		5	к	О	н	с	т	р	у	к	т	и	в	н	ы	й		
		6	с	Т	о	л	к	н	о	в	е	н	и	е				
7			к	у	л	ь	м	и	н	А	ц	и	я					

### **Открытие нового знания<sup>33</sup>**

Выделяют три основные модели поведения личности в конфликтной ситуации: конструктивную, деструктивную и конформистскую. Каждая из этих моделей обусловлена предметом конфликта, образом конфликтной ситуации, ценностью межличностных отношений и индивидуально-психологическими особенностями субъектов конфликтного взаимодействия. Модели поведения отражают установки участников конфликта на его динамику и способ разрешения.

Конструктивная модель поведения - личность стремится уладить конфликт; нацелена на поиск приемлемого решения; отличается выдержкой и самообладанием, доброжелательным отношением к сопернику; открыта и искренна, в общении лаконична и немногословна.

Деструктивная модель поведения - личность постоянно стремится к расширению и обострению конфликта; постоянно принижает партнера, негативно оценивает его личность; проявляет подозрительность и недоверие к сопернику, нарушает этику общения.

Конформистская модель поведения - личность пассивна, склонна к уступкам; непоследовательна в оценках, суждениях, поведении; легко соглашается с точкой зрения соперника; уходит от острых вопросов.

Если говорить о конфликтных ситуациях в сети Интернет, то стоит отметить, что возникающие конфликтные ситуации развиваются острее и быстрее. В целом модели поведения такие же, как в реальности.

#### **Стратегии поведения в конфликте.**

1. *Соперничество* - это открытая «борьба» за свои интересы. Данная стратегия используется тогда, когда человек обладает сильной волей, властью и достаточным авторитетом. Однако соперничество редко приносит долгосрочные результаты; тот, кто сегодня проиграл, в последствии может отказаться от сотрудничества. Поэтому эта стратегия не может быть использована в личных, близких отношениях.

2. *Уклонение* - это стремление выйти из конфликта, не решая его, не настаивая на своем, но и не уступая своего. Данную стратегию рекомендуется использовать в случаях, когда одна из сторон чувствует, что не права, или считает, что нет серьезных оснований для продолжения контактов. Более того, уход или отсрочка позволяет предположить, что за это время ситуация может разрешиться сама собой или вы сможете ею заняться, когда будете обладать достаточной информацией или желанием разрешить ее.

3. *Приспособление* - представляет собой тенденцию к сглаживанию противоречий, поступаясь своими интересами. Если нужда другого человека окажется более важной,

---

<sup>33</sup> Портал Мультиурок [Электронный ресурс]. URL: <https://multiurok.ru/files/konspiekt-otkrytogho-uroka-po-konfliktologhii-tieo.html>

чем ваша, а переживания - сильнее, то эта стратегия является единственной для разрешения конфликта.

Стратегия приспособления может применяться, если:

- вас не особо волнует случившееся, а предмет разногласия для вас не важен;
- вы осознаете, что правда на вашей стороне;
- вы чувствуете, что ваши шансы на победу минимальны;
- вы считаете, что лучше сохранить добрые отношения с партнером, чем отстаивать собственную позицию.

4. *Компромисс* - это урегулирование разногласий через взаимные уступки. Такая стратегия эффективна тогда, когда обе стороны желают одного и того же, но точно знают, что одновременно их желания невыполнимы (например: желание стать ведущим Администратором группы ВКонтакте).

Как правило, компромисс позволяет хоть что-то получить, чем все потерять, и дает возможность выработать временное решение, если на выработку другого нет времени.

5. *Сотрудничество* - это поиск решения, удовлетворяющего интересы двух сторон. Такая стратегия ведет к успеху в делах и личной жизни, так как в процессе разрешения конфликта есть стремление к удовлетворению нужд всех. Специалисты рекомендуют начать реализацию этой стратегии с фраз типа: «Я хочу справедливого исхода для нас обоих», «Давайте посмотрим, что можно сделать, чтобы получить то, что мы оба хотим» и т. п. Доказано, что при выигрыше двух сторон они более склонны исполнять принятые решения. Сотрудничество предполагает умение (желание) сдерживать свои эмоции, объяснять свои решения (аргументировать требования) и выслушивать другую сторону. При сотрудничестве происходит приобретение совместного опыта работы и вырабатываются навыки слушания.

**Диагностика.** Определение предпочитаемого стиля поведения в конфликте.

**Тест "Понимание пословиц"<sup>34</sup>**

**Цель:** определение способа поведения в конфликте.

Каждому учащемуся раздаётся бланк ответов с текстом пословиц (*приложение 13.2*)

Инструкция: внимательно прочтите предлагаемые пословицы (*приложение 13.1*). По 5-ти балльной шкале определите свое личное отношение к каждой пословице и ее использование в своем обычном поведении:

- 5 баллов - типично для поведения;
- 4 балла - часто;
- 3 балла - иногда;

---

<sup>34</sup> Психодиагностическая методика «Понимание пословиц» автор Э.Фромм, адаптация Е.С.Романовой [Электронный ресурс]. URL: <https://studfile.net/preview/4467195/page:9/>

- 2 балла - редко;
- 1 балл - совсем нетипично;
- 0 баллов - не понял смысл пословицы.

### **Обработка теста:**

Полученные оценки суммируете по столбцам. Наибольшая сумма указывает на индивидуальные особенности поведения. Просим поделиться результатами. Обсуждаем. Делается вывод о преобладающем в данной группе стиле поведения в конфликтной ситуации.

**Задание 1.** Работа в парах. На основании высказываний, представленных в карточке, в течение трех минут определить характеризующую определенную стратегию (*приложение 13.3*). Ответ обосновать.

**Задание 2.** Определите достоинства и недостатки выбора каждой модели поведения и стратегии поведения в конфликте для различных ситуаций реального и виртуального взаимодействия.

**Задание 3.** Разбор кейсовой ситуации: «Миша три месяца назад занял у одногруппника Ильдара 5000 рублей, обещая отдать через неделю с помощью онлайн-банка. Ильдар уже несколько раз спрашивал у Миши вернуть долг, но Миша каждый раз отговаривался, что вот-вот получит деньги за работу и отдаст. Время идет, Миша долг не возвращает. Ильдару все это надоело, и он намерен потребовать с Миши срочного возвращения долга...»

Студенты делятся на 5 групп. Каждая группа продумывает дальнейшее развитие событий в этой истории в ключе одной из стратегии разрешения конфликта – соперничество, уклонение, приспособление, компромисс или сотрудничество. После представления различных вариантов развития событий этой ситуации, и обсуждения со студентами, выбирается лучшее решение.

### **Упражнение "Холодный душ"**

**Цель:** анализ разных стратегий поведения в конфликтных ситуациях в Интернете.

Участники садятся полукругом. На полу треугольником растягивается шнур, по его углам и на серединах двух сторон лежат карточки с терминами: "соперничество", "уклонение", "приспособление", "компромисс", «сотрудничество».

Ведущий предлагает для обсуждения следующую ситуацию:

«Вы на одном из форумов обсуждаете интересный для Вас вопрос. У Вас завязалась полемика с интересным собеседником. Вы переписываетесь, комментируете ответы друг друга, вы увлечены. Накануне в вашу беседу вклинился еще один человек. Вы понимаете, что ему тема беседы не интересна, он просто решил вас потроллить (поиздеваться). Сначала он просто писал глупости, потом перешел на личные оскорбления. Вас эта ситуация задевает и вы переживаете, что из-за этого «тролля» ваше общение прекратится и вы потеряете собеседника».

Каждый участник получает карточку, на которой написана возможная реакция на создавшееся положение. Участникам предлагается поместить доставшиеся им карточки в пространстве треугольника и обосновать свое решение. Группа может задавать вопросы каждому участнику и обсуждать его выбор.

Содержание карточек:

1. Обратитесь к модератору этого форума и спросите: «Такое поведение участников форума допускается правилами?»
2. Оставьте беседу на время, пока «тролль» не потеряет к вам интерес.
3. Уйдете из этого форума и больше не будете им пользоваться.
4. Заглавными буквами (что соответствует крику) напишите «УЖАСНЫЙ ФОРУМ! ЗА ПОРЯДКОМ НИКТО НЕ СМОТРИТ! НИКОМУ НЕ СОВЕТУЮ ЗДЕСЬ НАХОДИТЬСЯ!»
5. Скажите модератору: "Свяжите меня с администратором форума, может быть он сможет решить эту проблему".
6. Скажите модератору "Отправьте этого «тролля» в бан! Чтобы он нам не мешал!".
7. Спросите модератора: "Милейший, зачем вы тут находитесь? Чтобы называться модератором или чтобы следить за порядком?"
8. Сделайте вид, что все в порядке, и продолжите общение, игнорируя сообщения «тролля».
9. Попытайтесь разговорить «тролля» и выяснить зачем он это делает.
10. Спросите у вашего собеседника, не желает ли он пожаловаться администратору форума.

Во время общего обсуждения анализируются варианты успешных стратегий в данном случае и примеры из собственной жизни, когда участники смогли использовать данный вариант.

### **Упражнение «Формула самовнушения»**

**Цель:** устранение отрицательных эмоций.

*Слова проговариваются ведущим, но участники обязательно проговаривают их вслед за ведущим вслух или про себя.*

Я хочу быть всегда спокойным и уравновешенным.

Я постоянно слежу за своим настроением.

Спокойно и доброжелательно отношусь к людям.

Я как бы со стороны наблюдаю за собой и все больше становлюсь хозяином своего состояния.

Не допускаю конфликтов.

Я всегда спокоен и уравновешен. У меня постоянно ровное настроение.

Я избавляюсь от чувства внутреннего напряжения, от повышенной раздражительности. Я умею себя сдерживать.

Ко всему окружающему отношусь совершенно свободно.

При любых обстоятельствах я всегда сдержан и спокоен.

Я теперь спокоен и могу подолгу, не отвлекаясь, без всякого утомления заниматься любимым делом.

Я чувствую бодрость, свежесть, прилив сил.

### **3. Заключительная часть**

#### **Рефлексия.**

- Какая из пяти стратегий решения конфликта чаще всего встречается в реальной жизни?

- Какую стратегию решения конфликта вы чаще используете при общении в Интернете?

Вот и подошло к концу наше занятие. Давайте проанализируем, чему каждый из нас научился. Была ли полезна для Вас сегодняшняя встреча?

#### **Ритуал прощания «Сегодня был особенный день!»**

**Цель:** получение обратной связи от участников.

Теперь пусть каждый участник закончит фразу: "Когда я буду вспоминать о сегодняшнем дне, то вспомню в первую очередь...".

Спасибо всем за занятие! Всего доброго! До свидания!

*Приложение 13.1.*

#### **Список пословиц:**

1. Худой мир лучше доброй ссоры.
2. Если вы можете заставить другого думать так, как вы хотите, заставьте его делать так, как вы думаете.
3. Мягко стелет, да жестко спит.
4. Рука руку моет.
5. Один ум хорошо, а два - лучше.
6. Из двух спорщиков умнее тот, кто первым замолчит.
7. Кто сильнее, тот и прав.
8. Не подмажешь – не поедешь.
9. С паршивой овцы – хоть шерсти клок.
10. Правда – то, что мудрый знает, а не то, о чем все болтают.
11. Кто ударит и убежит, тот может драться и на следующий день.
12. Слово «победа» четко написано только на спинах врагов.
13. Убивай врагов своей добротой.
14. Честная сделка не вызывает ссоры.
15. Не у кого нет полного ответа, но у каждого есть что добавить.

16. Держись подальше от людей, которые не согласны с тобой.
17. Сражение выигрывает тот, кто верит в победу.
18. Доброе слово не требует затрат, а ценится дорого.
19. Ты мне – я тебе.
20. Только тот, кто откажется от своей монополии на истину, сможет извлечь пользу из истин, которыми обладают другие.
21. Кто спорит – гроша не стоит.
22. Кто не отступает – тот обращает в бегство.
23. Ласковый теленок двух маток сосет, а упрямый – не одной.
24. Кто дарит, друзей наживает.
25. Выноси заботы на свет и держи с другими совет.
26. Лучший способ решать конфликты – избегать их.
27. Семь раз отмерь, один раз отрежь.
28. Кротость торжествует над гневом.
29. Лучше синица в руках, чем журавль в облаках.
30. Чистосердечие, честность и доверие сдвигают горы.
31. На свете нет ничего, что заслуживало бы спора.
32. В этом мире есть две породы людей: победители и побежденные.
33. Если в тебя швырнули камень – брось в ответ кусок ваты.
34. Взаимные уступки прекрасно решают дела.
35. Копай и копай, без устали: докопаешь до истины.

*Приложение 13.2.*

**Бланк для ответов.**

№ пословицы	1	2	3	4	5
Оценка в баллах					
№ пословицы	6	7	8	9	10
Оценка в баллах					
№ пословицы	11	12	13	14	15
Оценка в баллах					
№ пословицы	16	17	18	19	20
Оценка в баллах					
№ пословицы	21	22	23	24	25
Оценка в баллах					
№ пословицы	26	27	28	29	30
Оценка в баллах					
№ пословицы	31	32	33	34	35



Оценка в баллах					
Сумма баллов					
<b>Тип поведения</b>	<b>I</b>	<b>II</b>	<b>III</b>	<b>IV</b>	<b>V</b>

Приложение 13.3.

В конфликте я непременно буду настаивать на своём
В конфликте я криком пытаюсь решить спор
Если не получается отстоять мое решение силой, я могу прибегнуть к обману
Откладываю решение вопроса на другое, неопределенное время
Пытаюсь вычеркнуть человека из моей жизни, удалить из списка моих друзей
Пытаюсь всё забыть и может проблема решиться сама
Предлагаю поделить яблоко раздора пополам
Я частично выполняю требования противника, но при условии, что некоторые мои требования тоже будут выполнены.
Я уступлю немного, если мне тоже готовы уступить
Не буду спорить и уступлю всё другому.
Позволю сделать так, как он хочет, так как не хочу кого - то обидеть и надолго поссориться.
В конфликте попытаюсь и обсудить точки зрения друг друга, чтобы лучше понять, как выйти из ситуации
Пытаемся вместе с противником, остудить эмоции и найти вариант, который бы устроил обоих
Для меня этот вопрос не так уж и важен, возможно, мне повезет в другой раз.

## Блок 5. Самоповреждающий тип виктимного поведения

### ЗАНЯТИЕ №14

#### «Ценности моей жизни»

**Цель занятия:** формировать у студентов жизненные установки и ценностные ориентации, необходимые для предотвращения виктимизации в интернет-пространстве.

**Задачи:**

- сформировать представление об общечеловеческих ценностях;
- способствовать развитию ценностных ориентаций;
- актуализировать внутренние ресурсы для успешной самореализации в реальности и виртуальности.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, раздаточный материал, бумага А4, карандаши.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- приветствие;
- упражнение – разминка «Считаем вместе».

**II Основная часть**

- эвристическая беседа и групповая дискуссия по теме «Ценности и ценностные ориентации»
- упражнение «Мой архив ценностей»;
- упражнение «Достижение цели»;
- упражнение «Карта ценностей».

**III Заключительная часть**

- рефлексия;
- ритуал прощания: «Аплодисменты по кругу».

#### Ход и содержание работы

**1. Вводная часть**

«Здравствуйте, дорогие студенты! Итальянский философ Винсент Думинуко говорил: «Без ценностей человек уносится потоком, как дерево в бушующих водах моря». И я хочу вас спросить: о каких ценностях говорил философ?»

*(Да, верно, сегодня мы поговорим с вами о жизненных ценностях человека).*

**Упражнение - разминка «Считаем вместе»<sup>35</sup>**

**Цель:** установление эмоционального контакта между студентами, настрой участников на внимательное отношение друг к другу.

<sup>35</sup> Микляева А. "Я - подросток. Программа уроков психологии". – СПб.: Речь, 2006. – С.4

Инструкция: «Все группой, по очереди называя цифры, досчитать до 50. Все играют с закрытыми глазами, и если два голоса одновременно называют какую-то цифру, игра начинается сначала. Желательно, чтобы игра закончилась более или менее успешно».

Практика показывает, что «успех» в этой игре – это дойти до пятнадцати».

## 2. Основная часть

### Эвристическая беседа

- Что такое ценность?

- Что в жизни может быть ценного?

*Ценность - это важность и значимость чего-либо (словарь русского языка Ожегова С.И.)*

*Ценность - важность, значимость, польза, полезность чего-либо. Внешне ценность выступает как свойство предмета или явления.*

*Ценность - в философии - указание на личностную, социально-культурную значимость определённых объектов и явлений<sup>36</sup>.*

*Ценность (Value) – это то, что важно для вас в определенном контексте. Ваши ценности (критерии) - это то, что мотивирует вас в жизни.*

*Ценности - предметы и явления или их свойства, которые имеют определённое значение для человека и удовлетворение его потребностей.*

- Какие виды ценностей вы знаете? В чем их отличие?

*(классификации по разным основаниям: Материальные и Духовные; Витальные (жизнь, здоровье, телесность, безопасность, благосостояние, физическое состояние человека и т.д.), Социальные (социальное положение, статус, трудолюбие, богатство, труд, профессия, семья и т.д.), Политические (права человека, свобода слова, государственность, законность и т.д.), Моральные (добро, благо, любовь, дружба, долг, честь, честность, бескорыстие, порядочность, верность и т.д.), Религиозные (Бог, божественный закон, вера и т.д.), Эстетические (красота, идеал, стиль, гармония и т.д.)).*

У каждого человека своя система жизненных ценностей, свои приоритеты. Принимая любое решение, от самого незначительного до судьбоносного, следует обратиться к своему внутреннему Я, определить свои ценности, и тогда, вполне вероятно, можно будет избежать мучительных сомнений и переживаний.

**Жизненные ценности** играют ключевую роль в судьбе каждого человека, потому что от них зависит принятие решений, позволяющих самореализоваться в жизни, строить отношения с окружающими людьми. Это справедливо как в реальной жизни, так и при общении в сети Интернет.

---

<sup>36</sup> Словари и энциклопедии на Академике [Электронный ресурс]. URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/137139>

Для кого-то важны материальные ценности: деньги, еда, одежда, жилье. Для кого-то приоритетными являются духовные ценности: духовный поиск, раскрытие и реализация своего жизненного предназначения, творческое саморазвитие.

**Ценностные ориентации** – это избирательное отношение человека к ценностям, ориентир человеческого поведения. Для кого-то важнейшей ценностной ориентацией является творческий характер труда, и ради него он некоторое время не думает о зарплате, условиях труда; если материальное благополучие, то он может пренебречь ради заработка другими ценностями. Направленность личности на те или иные ценности характеризует ее ценностные ориентации, определяющие поведение человека<sup>37</sup>.

В ходе обсуждения приходим к **выводу**, что человек, сознательно или интуитивно выбирая в жизни какую-то цель, жизненную задачу, невольно дает себе оценку. По тому, ради чего человек живет, можно судить о его самооценке - низкой или высокой.

Если человек рассчитывает приобрести все элементарные материальные блага, он и оценивает себя на уровне этих материальных благ: как владельца машины последней марки, как хозяина роскошной дачи, как часть своего мебельного гарнитура.

Если человек живет, чтобы приносить людям добро, облегчать их страдания, давать людям радость, то он оценивает себя на уровне этой своей человечности.

Только жизненно необходимая цель позволяет человеку прожить свою жизнь с достоинством и получить настоящую радость.

Человек должен оставаться Человеком в реальном мире и виртуальном.

### **Групповая дискуссия**

- Что является жизненной ценностью для человека?
- Какие жизненные ценности должны быть в идеале у молодого человека?
- Какие ценности позволят вам наиболее полно самореализоваться в реальной и в виртуальной жизни?
- Какие ценностные ориентации способствуют снижению виктимизации в интернет-пространстве?

Участники объединяются в две-три группы для обсуждения тематических вопросов, ответы фиксируются письменно. Организуется совместное обсуждение на основе комментариев ответов групп.

### **Упражнение «Мой архив ценностей»**

**Цель:** помочь участникам сосредоточиться на собственных жизненных ценностях.

---

<sup>37</sup> Иванова Н.А. Экономика и социология труда, 2010 [Электронный ресурс]. URL: <http://be5.biz/ekonomika/t002/68.html>

*Инструкция:* «Ребята, представьте, что вы находитесь на Яндекс диске в Интернете, в котором хранится информация о вашей жизни. На отдельных файлах (листочках) запишите то, что особенно вам дорого, и распределите по виртуальным папкам. При этом самая большая папка для самой ценной информации».

После выполнения обсуждаются списки ценностей из большой, средней и маленькой папки. Как правило, обсуждение вызывает бурю эмоций, поскольку не все согласны с ценностями, которые были названы другими участниками.

### **Упражнение «Достижение цели»<sup>38</sup>**

**Цель:** осознание собственных целей и способов их достижения.

*Инструкция:* «Выбирается доброволец, ему предлагается представить какую-то свою цель и шаги, которые необходимо сделать, чтобы ее достичь. Например, он хочет завести друга (подругу) в социальных сетях. Для этого определить шаги своих действий. Водящий на каждый шаг выбирает участника, который символизирует этот шаг. Когда доброволец проходит шаг, то есть «преодолеывает» первое препятствие, то этот шаг становится уже его помощником. И если встречается препятствие, то помощники могут посоветовать, что делать».

После выполнения упражнения водящий рассказывает о своем впечатлении, своих чувствах, переживаниях, что ему помогало, что было для него сложным и как он чувствует себя сейчас, когда достиг своей цели.

### **Упражнение «Карта ценностей»<sup>39</sup>**

**Цель:** диагностика индивидуальной системы ценностей.

Упражнение основано на методике «Ценностных ориентаций» М. Рокича (*Приложение 14.1*).

*Инструкция:* «Сейчас вы получите «Карту ценностей». Ваша задача – проранжировать приведенные в ней ценности по степени значимости для вас как принципов, которыми вы руководствуетесь в вашей жизни, как в реальной, так и виртуальной жизни. Внимательно изучите карту и, выбрав ту ценность, которая для вас наиболее значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой. Затем проделайте то же со всеми оставшимися ценностями. Наименее важная ценность останется последней и займет 18 место. Работайте не спеша, вдумчиво. Конечный результат должен отражать вашу истинную позицию».

По завершению работы обсуждаем, что было сложного, было ли что-то неожиданное для самих студентов.

---

<sup>38</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-treningovoe-zanyatie-dlya-podrostkov-doroga-k-schastyu-1802186.html>

<sup>39</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/profilakticheskoe-meropriyatie-glavnie-zhiznennie-cennosti-311993.html>

### **Упражнение «Социальное эхо»**

**Цель:** повышение самооценки участников, применение техники «поглаживание».

Представим себе, что наша группа - это социальная сеть. А каждый участник - ее аккаунт. Устроим сейчас некоторое "социальное эхо" которое поможет нам увидеть себя глазами других людей.

Нам понадобятся бумага и карандаши по числу участников.

1. Каждый участник пишет свое имя сверху на листе бумаги. Это будет новостная лента вашего аккаунта. Затем листы складываются вместе в стопку, перемешиваются и раздаются членам группы.

2. Все пишут короткие комментарии под именем на том листе, который им достался. Это может быть комплимент, вопрос или же личное мнение о данном человеке.

3. Все листы снова складываются в стопку, перемешиваются и заново раздаются участникам, которые опять пишут свои комментарии.

4. Те же действия повторяют еще раз.

5. Теперь на каждом листе написано по три комментария. Ведущий собирает все листы и по одному зачитывает их вслух. После каждого прочтения упомянутый участник может высказать свое мнение по следующим вопросам:

Удивил ли меня чей-либо отзыв?

Считаю ли я данные высказывания в мой адрес корректными?

Хочу ли я ответить на заданный вопрос?

Как я хочу выглядеть в группе?

Вы можете прочитать комментарии, написанные на всех листах, а затем пригласить участников к обсуждению игры.

### **3. Заключительный этап**

#### **Рефлексия:**

«Что полезного и интересного узнали в ходе занятия? Что было сложного в ходе занятия? Какие вопросы хотелось бы обсудить по данной теме?»

#### **Ритуал прощания «Аплодисменты по кругу»**

**Цель:** снятия напряжения после тренинга.

«Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее».

Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников группы. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т. д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

## «Карта ценностей»

Список ценностей	№
активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни)	
жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом)	
здоровье (физическое и психическое)	
интересная работа	
красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве)	
любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком)	
материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений)	
наличие хороших и верных друзей	
общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе)	
познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие)	
продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей)	
развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование)	
развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей)	
свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках)	
счастливая семейная жизнь	
счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом)	
творчество (возможность творческой деятельности)	

уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий; сомнений)	
другая ценность	

## ЗАНЯТИЕ №15

### «Мое психическое здоровье»

**Цель занятия:** научить студентов способам саморегуляции стрессовых состояний, вызванных негативными ситуациями при пользовании сетью Интернет.

**Задачи:**

- познакомить студентов с понятием психического здоровья;
- осуществлять поиск приемлемых способов реагирования на ситуацию раздражения в условиях реального и виртуального взаимодействия.

**Оборудование:** интерактивная доска, бумага А4, ручки, раздаточный материал, подборка мелодий для релаксации, карандаши или фломастеры.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- приветствие;
- упражнение-разминка «Поза Наполеона».

**II Основная часть**

- мини-лекция «Психическое здоровье»;
- упражнение «Лестница»;
- упражнение «Интернет-покупка»;
- упражнение «Я и стресс»;
- упражнение «Плюсы и минусы стресса при виртуальном общении»;
- упражнение «Удовольствие»;
- упражнение «Источник»;
- релакс-минутка;
- упражнение «Избавление от негативных эмоций».

**III Заключительная часть**

- групповой шеринг;
- притча «Зерна кофе».



## Ход и содержание работы

### 1. Вводная часть

#### Упражнение-разминка «Поза Наполеона»<sup>40</sup>

**Цель:** эмоциональное раскрепощение участников, настрой на работу.

Участникам показывается три движения: руки скрещены на груди, руки вытянуты вперед с раскрытыми ладонями и руки сжаты в кулаки. По команде ведущего: «Раз, два, три!», каждый участник одновременно с другими должен показать одно из трех движений (какое понравится). Задача в том, чтобы вся группа или большинство участников показали одинаковое движение.

Комментарий ведущего: «Это упражнение показывает, насколько вы готовы к работе. Если большинство показали ладони, значит, они готовы к работе и достаточно открыты. Кулаки показывают агрессивность, поза Наполеона - некоторую закрытость или нежелание работать».

### 2. Основная часть

«Здравствуйте, дорогие студенты! Сегодня мы поговорим с вами о таком важном показателе человека как психическое здоровье. Как вы думаете, что обозначает этот термин?»

Психическое здоровье является неотъемлемой частью и важнейшим компонентом здоровья. В Уставе ВОЗ говорится: «Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов». Важным следствием этого определения является то, что психическое здоровье - это не только отсутствие психических расстройств и форм инвалидности.

Психическое здоровье - это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество. В этом позитивном смысле психическое здоровье является основой благополучия человека и эффективного функционирования сообщества<sup>41</sup>.

Сегодня психическое здоровье любого пользователя Интернета зачастую подвергается негативному воздействию. Поэтому мы с вами будем учиться саморегулировать стрессовые состояния, вызванные негативными ситуациями, в том числе, в сети Интернет».

---

<sup>40</sup> Сайт для учителей «Копилка уроков» [Электронный ресурс]. URL: [https://kopilkaurokov.ru/doshkolnoeObrazovanie/meropriyatia/trening\\_dlia\\_pedagogov\\_praila\\_publichnogo\\_vys\\_tupleniia](https://kopilkaurokov.ru/doshkolnoeObrazovanie/meropriyatia/trening_dlia_pedagogov_praila_publichnogo_vys_tupleniia)

<sup>41</sup> Глобальный веб-сайт «Всемирная организация здравоохранения» [Электронный ресурс]. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

### **Упражнение «Лестница»<sup>42</sup>**

**Цель:** осознание себя как личности, находящейся на определенном промежутке жизненного пути.

Всем участникам тренинга раздаются листочки со схематичным изображением лестницы, и предлагается внимательно ее рассмотреть и отметить свое местонахождение на лестнице на сегодняшний день.

По мере прохождения упражнения ведущий задает участникам вопросы:

Подумайте и ответьте, Вы поднимаетесь вверх или опускаетесь вниз?

Устраивает ли Вас Ваше местоположение на лестнице?

Что мешает Вам находиться наверху?

Вы в силах устранить причины, которые мешают вам двигаться вверх?

### **Упражнение «Интернет-покупка»**

**Цель:** обучиться альтернативным способам поведения и внутреннего самоконтроля в неприятных ситуациях.

Вы заказали пиццу через Интернет-портал. После доставки Вы обнаруживаете, что в пиццу забыли положить сыр. Ваша реакция на эту мелкую неудачу?

1. Отвезете бракованную пиццу назад в пиццерию и потребуете взамен новую.
2. Говорите себе: «Бывает» – и съедаете.
3. Съедаете что-то другое.
4. Посыпаете самостоятельно сыром, чтобы было вкуснее.

*Комментарий ведущего:*

«Если вы выбрали первый вариант, то вы – человек, не поддающийся панике, знающий, что к вашим советам чаще прислушиваются. Вы оцениваете себя как рассудительную, организованную личность. Как правило, люди, выбирающие первый вариант ответа, не рвутся в лидеры, но, если их выбирают на командную должность, стараются оправдать доверие. Иногда вы относитесь к людям с некоторым чувством превосходства – уж вы-то не позволите застать себя врасплох.

Если вы выбрали второй вариант, то вы – мягкий, терпимый и гибкий человек. С вами легко ладить и окружающие всегда могут найти у вас утешение и поддержку. Вы не любите шума и суеты, готовы уступить главную роль и оказать поддержку лидеру. Вы всегда оказываетесь в нужное время в нужном месте. Иногда вы кажетесь нерешительным, но вы способны отстаивать убеждения, в которых твердо уверены.

Если вы выбрали третий вариант, то вы умеете быстро принимать решения и быстро (хотя и не всегда правильно) действовать. Вы авторитарный человек, готовы принять на себя главную роль в любом деле. В подготовке и проведении серьезных ме-

---

<sup>42</sup> Погуляева Н. А., Кузнецова Ю. С. Тренинг для педагогов по преодолению профессионального выгорания «Помоги себе сам» //Методист. 2004. №4. - С.64.

роприятий возможны конфликты, так как в отношениях с одноклассниками вы можете быть настойчивыми и резкими, требуете четкости и ответственности.

Если вы выбрали четвертый вариант, то вы человек, способный к нестандартному мышлению, новаторским идеям, некоторой эксцентричностью. К одноклассникам вы относитесь как к партнерам по игре и можете обидеться, если они играют не по вашим правилам. Вы всегда готовы предложить несколько оригинальных идей для решения той или иной проблемы.

### **Упражнение «Я и стресс»<sup>43</sup>**

**Цель:** помочь участникам в осознании и вербализации своих представлений о стрессе, определении своего отношения к данному феномену.

Участники располагаются комфортно (в кругу или за кругом). Ведущий предупреждает их о том, что данное упражнение носит конфиденциальный характер, поэтому в ходе проведения упражнения не стоит задавать друг другу никаких вопросов.

*Инструкция ведущего группе:* «Нарисуйте, пожалуйста, рисунок «Я и стресс». Он может быть выполнен в любой форме - реалистической, абстрактной, символической, художественной. Большое значение имеет ваша степень искренности, то есть желание изобразить свои мысли, чувства, образы, которые пришли вам в голову сразу после того, как вы услышали тему. Этот рисунок сможет стать тем ключом, который на протяжении всего занятия будет помогать вам осознавать трудности, находить уже имеющиеся ресурсы, вырабатывать новые успешные стратегии управления стрессом. Особенное внимание стоит обратить на стрессы, связанные с виртуальным общением в сети Интернет.

При необходимости можно воспользоваться цветными фломастерами. Вы имеете полное право не показывать ваш рисунок в группе, если вы этого захотите».

Участники рисуют в течение 4-5 минут. Затем ведущий начинает задавать вопросы, на которые участники отвечают самостоятельно (мысленно), не записывая ответы на бумаге, не произнося их вслух. После каждого вопроса ведущий дает участникам от 15 до 40 секунд для внесения изменений и дополнений в рисунок.

*Вопросы ведущего:*

Посмотрите внимательно на свой рисунок.

1. Использован ли в вашем рисунке цвет? Посмотрите, какие цвета (или какой цвет) преобладает в рисунке. Что для вас значит именно этот цвет?
2. Где вы изобразили себя? Пометьте себя буквой «Я» на рисунке.
3. Как вы изобразили стресс? В виде живого существа, абстрактной фигуры, конкретного человека?

---

<sup>43</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/trening-razvitiya-stressoustoychivosti-upravlenie-svoim-stressom-3107819.html>

4. Посмотрите, сколько места занимает на листе ваше изображение и сколько — стресс. Почему?

5. При изображении себя и стресса использовали ли вы похожие цвета? Какие?

6. Мысленно разделите лист пополам горизонтальной и вертикальной чертами. Где оказалась ваша фигура?

7. Есть ли на рисунке какой-либо барьер между вами и стрессом? Может быть, вы держите в руках саблю, зонт или что-то еще? Если вы почувствовали необходимость, нарисуйте еще что-либо, что может защитить вас от стресса.

8. Есть ли у вас почва под ногами, на что вы опираетесь? Или вы висите в воздухе? А в жизни на кого вы можете опереться? Если такие люди существуют в вашей реальной жизни, но их почему-то нет на рисунке — дорисуйте их.

9. Какие свои сильные стороны во взаимодействии со стрессовой ситуацией вы могли бы отметить? Постарайтесь найти не менее трех позиций, по которым вы чувствуете себя уверенно. Какие личностные качества помогают вам добиваться успеха?

10. Что бы вам хотелось изменить или как бы вам хотелось улучшить свое состояние в стрессовой ситуации? Какие личностные качества и/или другие факторы мешают вам улучшить его?

11. Отражает ли ваш рисунок состояние стресса возникшее из-за пользование Интернетом?

12. Какие еще ваши ресурсы вы видите в этом рисунке или хотите добавить в него? Нарисуйте их, пожалуйста.

**Заметки для ведущего.** В группе желающие могут высказаться по поводу своих ощущений, мыслей и т. д., возникших в процессе рисования. При этом остальные слушают, дополняют, высказывают свою точку зрения, задают вопросы, но не критикуют. Говоря о том, что помогает и что мешает эффективно действовать в ситуации стресса, можно высказываться как по поводу своего личного опыта, так и основываясь на наблюдениях за поведением людей, умеющих преодолевать стрессы. Особое внимание в обсуждении следует обратить на опыт переживания стрессовых ситуаций, возникших в результате виртуального общения. Затем группа формулирует несколько основных позиций, по которым они хотели бы что-то изменить в своих реакциях на стрессоры. Ведущий предлагает желающим высказаться по поводу проделанной работы или по поводу своих ощущений.

### **Упражнение «Плюсы и минусы стресса при виртуальном общении»**

**Цель:** осознание не только негативных последствий стресса, но и возможностей, связанных с раскрытием ресурсов личности, переживающей стресс.

Ведущий делит группу на две подгруппы. Первая подгруппа должна в ходе группового обсуждения выявить и записать негативные последствия стресса, вызванного

виртуальным общением, а другая - позитивные стороны такого вида стресса (чему мы учимся, преодолевая стресс, что мы можем узнать о себе и своих ресурсах, преодолевая трудные ситуации). Время на обсуждение - 5 минут. После того как группы справятся с этим заданием, ведущий предлагает устроить дискуссию, во время которой ответы-аргументы групп чередуются. Выигрывает та команда, которая найдет больше аргументов в пользу защищаемой точки зрения.

**Заметки для ведущего.** Как правило, больше аргументов находит первая подгруппа. В этом случае ведущему надо сказать о том, что, несмотря на большое количество негативных последствий, которые назвали участники первой подгруппы, данные последствия вызываются именно сильными, травматическими или хроническими стрессами. К счастью, эти стрессы «врываються» в нашу жизнь не так часто. Остальные виды стрессов могут поддерживать тонус организма, активизировать внутренние ресурсы, тем самым повышая нашу адаптацию к жизни.

#### **Упражнение «Удовольствие»**

**Цель:** определение способов снятия эмоционального напряжения.

Участникам тренинга раздаются листы бумаги и предлагается написать 10 видов деятельности, которые приносят им удовольствие. Затем предлагается проранжировать их по степени удовольствия. Затем объяснить студентам, что это и есть ресурс, который можно использовать как «скорую помощь» для восстановления сил после перенесенного стресса в Интернете.

#### **Упражнение «Источник»<sup>44</sup>**

**Цель:** снижение негативных переживаний и трансформация их в положительные эмоциональные состояния.

Всем участникам предлагается сесть удобно, расслабиться, закрыть глаза. Под фонограмму «Вода» ведущий спокойно и четко проговаривает текст:

«Представьте, что вы идете по тропинке в лесу, наслаждаясь пением птиц. Сквозь пение птиц ваш слух привлекает шум льющейся воды. Вы идете на этот звук и выходите на источник, бьющий из гранитной скалы. Вы видите, как его чистая вода сверкает в лучах солнца, слышите его плеск в окружающей тишине. Вы проникаетесь ощущением этого особенного места, где все гораздо чище и яснее, чем обычно. Начните пить воду, ощущая, как в вас проникает ее благотворная энергия, просветляющая чувства. Теперь встаньте под источник, пусть вода льется на вас. Представьте, что она способна протекать сквозь каждую вашу клетку. Представьте также, что она протекает сквозь бесчисленные оттенки ваших чувств и эмоций, что она протекает сквозь ваш интеллект. Почувствуйте, что вода вымывает из вас весь тот психологический сор, который неизбеж-

---

<sup>44</sup> Портал StudFiles [Электронный ресурс]. URL: <https://studfile.net/preview/5538884/page:7/>

но накапливается день за днем — разочарования, огорчения, заботы, всякого рода мысли. Постепенно вы чувствуете, как чистота этого источника становится вашей чистотой, а его энергия - вашей энергией. Наконец, представьте, что вы и есть этот источник, в котором все возможно, и жизнь которого постоянно обновляется». По окончании упражнения участникам предлагается постепенно открыть глаза.

### **Релакс-минутка**

**Цель:** релаксация с использованием элементов позотонической гимнастики с тонизирующими дыхательными упражнениями.

- Выполняется стоя или сидя, корпус выпрямлен, руки опущены. Глубоко вдохнуть и развести руки в стороны (кисти на уровне плеч), приподнять голову и сделать два движения плечами назад. После этого расслабить все мышцы, свободно «сбросить» руки вниз и сделать полный выдох. Движения руками и плечами осуществляются на задержке дыхания после полного выдоха.

- Выполняется сидя, корпус тела не напряжен. После выдоха выпрямиться, поднять руки вверх и четыре раза попытаться поднять их еще выше. Эти попытки сопровождаются глубоким вдохом. Вместе с выдохом руки опускаются, мышцы корпуса расслабляются, спина округляется.

### **Упражнение «Избавление от негативных эмоций»**

**Цель:** снятие нервного напряжения и избавления от негативных эмоций.

Упражнение состоит из нескольких шагов. Закрыв глаза и расслабившись, можно представить себе картину, которая должна напоминать реальную негативную ситуацию. Можно абстрагироваться от самого себя в этой ситуации и посмотреть на свои действия как бы со стороны.

Следующим шагом необходимо попытаться оценить собственные действия и поступки, дать адекватную оценку своему «двойнику». Прокручивая негативную ситуацию повторно, но уже со стороны, как наблюдатель, а не участник, человек может увидеть то, что не видел, находясь в гуще событий.

Таким образом, можно мысленно исправлять ситуацию так, как это хочется самому человеку. А когда все идет именно так, то и настроение будет постепенно исправляться в лучшую сторону. Такое упражнение можно применять перед сном, для того чтобы избавиться от плохого настроения. Особенно это полезно людям с неустойчивой психикой и легко возбудимым.

## **3. Заключительная часть**

### **Групповой шеринг:**

«Давайте по кругу выскажем своё мнение о прошедшей встрече и её значимости для вас (каждый участник по очереди высказывает свои мысли, чувства и ощущения).

Какие чувства испытывали?

Что нового узнали, чему научились?

Над чем вы задумались?

Как это пригодится в будущем?

Будете ли вы учитывать то, что узнали на встрече, при последующем пользовании сетью Интернет?

Что вы получили от тренинга?

Оправдались ли ваши ожидания?

Какое у вас настроение?

Итак, умение снимать свое психологическое и эмоциональное напряжение, позитивное мышление, осознание и развитие своего ресурсного состояния, а также положительные эмоции которые мы сегодня получили от встречи помогли нам ощутить себя лучше, подняли наше настроение и самоощущение.

А закончить нашу с вами встречу я хочу притчей.

#### **Притча «Зерна кофе»<sup>45</sup>**

Дочь одного из мудрейших пришла и задала вопрос:

- Отец, я устала, у меня такая тяжелая жизнь, такие трудности и проблемы, я все время плыву против течения, у меня нет больше сил... что мне делать?

Отец вместо ответа поставил на огонь 3 одинаковых кастрюли с водой,

- в одну бросил морковь,

- в другую положил яйцо,

- в третью насыпал зерна кофе.

Через некоторое время он вынул из воды морковь и яйцо и налил в чашку кофе из 3 кастрюли.

- Что изменилось? - спросил он свою дочь.

- Яйцо и морковь сварились, а зерна кофе растворились в воде - ответила она.

- Нет, дочь моя, это лишь поверхностный взгляд на вещи.

Посмотри - твердая морковь, побывав в кипятке, стала мягкой и податливой.

Хрупкое и жидкое яйцо стало твердым.

Внешне они не изменились, они лишь изменили свою структуру под воздействием одинаковых неблагоприятных обстоятельств - кипятка.

Так и люди - сильные внешне могут расклеиться и стать слабаками там, где хрупкие и нежные лишь затвердеют и окрепнут...

- А кофе? - спросила дочь.

- О! Это самое интересное!

---

<sup>45</sup> Сайт Мир Позитива [Электронный ресурс]. URL: <https://mirpozitiva.ru/parables/478-pritchi24.html>

Зерна кофе полностью растворились в новой враждебной среде и изменили ее - превратили кипяток в великолепный ароматный напиток.

Есть особые люди, которые не изменяются в силу обстоятельств - они изменяют сами обстоятельства и превращают их в нечто новое и прекрасное, извлекая пользу и знания из ситуации...

Спасибо за совместную работу. Желаю удачи и хорошего настроения!»

## **ЗАНЯТИЕ №16**

### **«Личность в зоне БЕЗопасности»**

**Цель занятия:** способствовать формированию модели ответственного поведения в ситуации, связанной с риском для себя и своего здоровья.

**Задачи:**

- раскрыть сущность понятий «риск» и «рискованное поведение»;
- определить различия оправданного риска от неоправданного;
- проанализировать свое поведение в сети Интернет.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, бумага для записей, ручки, карандаши, таблички для упражнения «4 угла», бланки ответов для теста по количеству участников, скотч.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- приветствие;
- упражнение-разминка «Давай поругаемся!».

**II Основная часть**

- мини-лекция «Рискованное поведение»;
- упражнение «4 угла»;
- экспресс-тест «Измерение рациональности»;
- «Мышление на 360°»;
- упражнение «Оправданный риск»;
- упражнение «Формула самовнушения».

**III Заключительная часть**

- рефлексия;
- ритуал прощания: «Подмигни».



## Ход и содержание работы

### 1. Вводная часть

«Здравствуйте, уважаемые студенты! Сегодня мы поговорим о последствиях нашего поведения в сети Интернет, будем учиться распознавать оправданный риск от неоправданного. И поговорим что такое риск и рискованное поведение вообще. Но сначала «Давайте поругаемся!»

#### Упражнение - разминка «Давай поругаемся!»

**Цель:** снятие психоэмоционального напряжения, трансформация негативных эмоций в конструктивное взаимодействие.

Ведущий предлагает студентам «поругаться», при этом обзывать друг друга можно только овощами и фруктами.

Потом психолог предлагает «хвалить» друг друга, называя разными цветами.

### 2. Основная часть

«Знаете ли вы, что такое риск, рискованное поведение?

*(ответы участников – можно записывать их на доске)*

Обратимся к толковому словарю Ожегова. **Риск** – отвага, смелость, решимость, действие на авось, наудачу. Рисковое дело – неверное, сомнительное, опасное. Рисковать – пускаться на удачу, делать что-либо без верного расчета, подвергаться случайности, известной опасности.

**Рискованное поведение** - это особый стиль поведения, который с высокой степенью вероятности может привести к потере здоровья, физическому или социальному благополучию личности.

Во многих случаях человек вынужден действовать в ситуации неопределенности, которая может отражать условия деятельности и ее исход (результат). Если будущее было бы предопределено или независимо от человеческой деятельности в настоящем, термин «риск» не имел бы смысла.

Источники возникновения неопределенности многообразны:<sup>46</sup>

- спонтанность природных явлений и стихийные бедствия; человеческая деятельность; взаимовлияние людей, которое носит неопределенный и неоднозначный характер; научно-технический прогресс;

- неполнота, недостаточность информации об объекте, процессе, явлении, по отношению к которому принимается решение, с ограниченностью человека в сборе и переработке информации, с постоянной изменчивостью информации о многих объектах. Все это приводит к тому, что в практической жизни человек вынужден часто использовать метод проб и ошибок, т. е. идти на риск.

---

<sup>46</sup> Стволыгин К.В. Учебно-методический комплекс по учебной дисциплине «Психология риска и рискованного поведения» [Электронный ресурс]. URL: <http://elib.bsu.by/handle/123456789/172793>

- внутренние и субъективные факторы, так как человек не может абсолютно правильно оценить уровень своих знаний, свое физическое состояние и т.п., необходимые для достижения поставленной цели. Ситуация неопределённости заставляет человека делать прогноз о вероятности успеха или неудачи.

Как Вы думаете, относится ли вышесказанное к виртуальному миру? (*ответ студентов*). Действительно, ответ очевиден. Мы не видим собеседника, его мимику, не слышим интонаций и тембр голоса. Мы делаем выводы на основе написанных сообщений - картинки. Иногда сообщения передают нам эмоции через смайлики – общепринятые визуальные изображения эмоций. Но не всегда это то, что на самом деле переживает автор послания. В некоторых случаях «эмоциональная анонимность» в интернете спасает, потому что дает нам время, для того чтобы мы могли разобраться в ситуации, принять адекватное решение и избежать конфликта. Или является своеобразной защитой от негативного воздействия, когда мы в уязвимом состоянии. Часто бывает так, что, читая сообщение, мы делаем неправильные выводы о состоянии собеседника. Нам может казаться, что он сух и резок с нами, а на самом деле он может быть занят своими делами – торопится на встречу или выполняет какую-либо домашнюю работу. Мы этого не знаем. Иной раз то, как мы трактуем эмоциональный тон сообщения, обижает нас, хотя и не имеет с реальностью ничего общего. Неверно истолковав собеседника, далее, мы принимаем неправильное решение, что влечет за собой конфликт или неприятности.

Наша цель – научиться различать рискованные ситуации, избегать чрезмерного, неоправданного риска в целях личной безопасности в Интернет-пространства.

А сейчас, ответьте, пожалуйста, на вопросы:

1. Что вы думаете о роли эмоций в интернет-общении?
2. Что помогает нам при виртуальном общении понимать реальное эмоциональное состояние собеседника?
3. Был ли у вас опыт искаженного понимания виртуального собеседника? К чему это привело?
4. Были ли в вашей жизни случаи, когда виртуальные собеседники вас понимали неправильно? Как вы реагировали?
5. Чтобы вы посоветовали своему другу, попавшему в подобную ситуацию?»

#### **Упражнение «4 угла»**

**Цель:** способствовать формированию у участников тренинга реалистичного представления о риске и рискованном поведении в Интернете.

Это упражнение начинается с озвучивания проблемной ситуации.

Готовые варианты ответа («*Есть риск*», «*Риска нет*», «*50:50%*») располагаются в трёх углах комнаты, а четвёртый угол должен быть свободным - для тех у кого имеется свой вариант ответа. Ведущий зачитывает ситуации, участникам необходимо оценить

степень риска и «проголосовать ногами», то есть пойти в тот угол, который содержит ответ, отражающий его мнение. Участникам нужно дать понять, что время ограничено, однако им разрешается менять свое мнение и переходить из угла в угол после того, как они выслушали чьи-то аргументы.

#### Ситуации:

1. Публикация на своей страничке в социальной сети новости об отъезде в отпуск.
2. Размещение аватарки - фото на фоне новой машины, в дорогой шубе, с подписью «Жизнь удалась!».
3. Открытый доступ на свою страничку всем пользователям социальной сети;
4. Добавление в друзья всех, кто посылает запрос.
5. Размещение в публичном доступе личных и семейных фото.
6. Получение приглашения от нового знакомого из Интернета встретиться оффлайн.
7. Публикация отметок о текущей геолокации.
8. Выступление в поддержку случайного знакомого попавшего в конфликтную ситуацию в интернете.
9. Поделиться новостью о новой должности и новом уровне дохода.
10. Использование едких замечаний и сарказма в комментариях публикаций других пользователей.

После того как ситуация зачитана, участники выбрали подходящий вариант ответа и разошлись по углам, попросите каждую группу ответить на соответствующие выбранному варианту вопросы:

- Почему ситуация не/рискованная?
- Что делает ситуацию рискованной?
- Что делает ситуацию нерискованной?
- Что нужно знать, чтобы снизить риск в ситуации?
- Что можно сделать, чтобы снизить риск в ситуации?
- Почему некоторые люди готовы рисковать?
- Можно ли любую ситуацию считать рискованной?

Продолжайте задавать вопросы до тех пор, пока не убедитесь, что участники поняли связь понятия «риск» с поведением включенных в ситуацию людей.

#### **Экспресс-Тест «Измерение рациональности»<sup>47</sup>**

**Цель:** самодиагностика механизма принятия решений.

Каждый день на учебе и дома нам приходится решать какие-то проблемы, но мы делаем это по-разному. А как принимаете решения Вы?

---

<sup>47</sup> Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению и специальностям психологии / Е. П. Ильин. - Санкт-Петербург: Питер, 2011. – С.55

*Инструкция.* Приводится ряд утверждений. При согласии с утверждением рядом с его цифровым обозначением ставьте на бланке для ответа (Приложение 16.1) знак «+» («да»).

*Текст опросника:*

Когда я принимаю решение, то:

1. а) прежде всего, думаю о том, к чему это приведет, к каким результатам;  
б) часто не задумываюсь о последствиях и результатах, просто следую своему желанию.
2. а) советуюсь с друзьями или родными и обычно поступаю так, как советуют;  
б) иногда советуюсь, иногда нет, но не очень считаюсь с советами.
3. а) обычно колеблюсь, не могу принять его до последнего момента;  
б) обычно принимаю его без колебаний.
4. а) даже перед тем как решить не очень важный вопрос, я должен хорошо подумать;  
б) предпочитаю принимать его с ходу, по вдохновению.
5. а) считаю, что не всегда нужно принимать его, потому что многое решается само собой;  
б) предпочитаю не полагаться на обстоятельства, а самому решать свои проблемы.
6. а) мне очень трудно решиться на что-то, если я не знаю точно, к чему это приведет;  
б) без особого труда принимаю его и тогда, когда ситуация неясная.
7. а) часто вместо того чтобы обдумывать его, начинаю мечтать о том, что вряд ли сбудется;  
б) я не мечтаю о том, что вряд ли сбудется.
8. а) часто потом отказываюсь от него;  
б) редко потом отказываюсь от него.

*Обработка результатов и выводы.* Положительные ответы по утверждениям 1а, 2а и 4а свидетельствуют об осторожности при принятии решения, по 3а и 6а - о нерешительности, по 5а - о зависимости при принятии решения от обстоятельств, по 7б - о прагматичности, по 8б - о настойчивости в осуществлении принятого решения, по 1б и 4б - об импульсивности принимаемых решений, по 3б и 6б - о решительности, по 2б и 5б - о самостоятельности в принятии решения, по 7а - о мечтательности, по 8а - о неустойчивости намерений.

Если мы принимаем решение на основе импульсивности, зависимости, нерешительности, мечтательности или неустойчивости намерений, то мы находимся в зоне риска. Как исправить ситуацию? Вот несколько советов:

## Упражнение «Мышление на 360°»<sup>48</sup>

Мысли влияют на эмоции, эмоции – на решения, а решения – на действия. И каждое звено в этой цепочке можно оптимальным образом настроить. 360-градусное мышление состоит из трех важнейших компонентов, которые одновременно являются и методами:

### 1. Взгляд в прошлое

Взгляд в прошлое (он же ретроспективный анализ) поможет критически оценить свое прошлое. Это позволяет вам всесторонне понять ситуацию, которая уже произошла, чтобы улучшить свои будущие решения. Найдите время, чтобы проанализировать решения, которые приняли вчера. Спросите себя:

- Чем я занимался вчера?
- Какие решения я принял?
- С какими проблемами столкнулся?
- Как я справился с этими проблемами?
- Как я справлялся с негативными эмоциями, которые возникли, когда я столкнулся с проблемой?
- Как я чувствую себя из-за этого?
- С какой еще точки зрения можно посмотреть на мои вчерашние проблемы?
- Что полезного я могу извлечь из вчерашнего опыта?
- Что я мог сделать по-другому?
- Что мне нужно улучшить, чтобы эффективнее справиться с этой проблемой в следующий раз?

Заметьте, это не простое прокручивание негативных мыслей, а саморефлексия. Вы задаете себе правильные вопросы, даете ответы и выясняете, что можно сделать лучше в следующий раз. Теперь вы более осведомлены о том, какие решения и в каком состоянии принимаете.

### 2. Дальновидность

Дальновидность – это способность прогнозировать будущие события, изменения, тенденции и последствия своих действий. Более того, это умение исследовать альтернативные сценарии, которые могут потенциально разворачиваться.

Это мышление полезно, потому что помогает увидеть и предсказать, что может быть впереди. Поэтому вы лучше сможете выявлять возможности и гораздо реже допускать ошибки при принятии решений.

Чтобы развивать дальновидность, нужно научиться успешно устранять потенциальные угрозы и выявлять свои потребности заранее. Это планирование, а также сбор необходимых ресурсов, которые помогут в будущем. Задайте себе следующие вопросы:

---

<sup>48</sup> Как принимать правильные решения: эффективные практики [Электронный ресурс]. URL: <https://4brain.ru/blog/how-to-make-the-right-decisions/>

- Как это решение повлияет на будущее?
- Как это решение повлияет на мои будущие решения?
- Каковы последствия принятия этого решения?
- Какие возможности у меня возникнут после принятия этого решения?
- Какие проблемы возникнут?
- Что, если все пойдет не так? Как я отреагирую?
- Каков мой план В и С?
- Что случится, если...?

Предвидение – это не точная наука. Это скорее игра, в которой вы пытаетесь на основе сочетания уроков, извлеченных из прошлого, и идей, полученных от настоящего, принять наилучшее решение. Учитывая эти два фактора, вы можете генерировать возможные сценарии будущего, которые помогут вам принимать более оптимальные решения.

### 3. Проницательность

Проницательность – это способность различать истинный характер ситуации. Это умение понять свое положение, а также причинно-следственные связи. Другими словами, речь идет о том, чтобы получить точное понимание людей, событий и обстоятельств вашей жизни.

Таким навыком обладают лучшие в мире предприниматели и политики. Чтобы освоить его, нужно очень много читать, познавать себя, разбираться в людях и быть любопытным. Начните с того, чтобы стать более наблюдательным относительно того, что происходит вокруг и внутри вас. Замечайте окружающий мир и задавайте глубокие вопросы о себе, о других и об обстоятельствах, в которых оказываетесь. Например:

- Почему я делаю то, что делаю? Какое это имеет значение для меня?
- Что нужно другим? Почему им это важно?
- Что происходит? Почему это происходит? Что это значит?
- В чем проблема? Как это стало проблемой? Почему она по-прежнему остается проблемой?
- Почему обстоятельства именно такие, а не другие?
- Как это произошло и почему это имеет значение?
- Какая ценность знать об этом? Как эти знания меняют мою точку зрения?
- Какой еще есть способ взглянуть на эту ситуацию? Почему это важно?
- Почему это произошло? Что привело к этому? Что было до этого? Есть ли связь?
- Как связаны эти два события? Почему они связаны именно таким образом?
- Как это было сделано? Кто это сделал? Могло ли быть иначе?

Если вы начнете задавать эти и подобные вопросы, вы станете очень внимательным и наблюдательным. Все это стимулирует возникновение более глубоких мыслей,

позволяя делать выводы о ситуациях, которые вы никогда до этого не рассматривали. Это открывает новые уровни понимания.

Есть ситуации, когда решение лежит на поверхности, нужно только протянуть руку. Другие же являются комплексными и состоят из множества факторов. Чтобы принять правильное решение, нужно задействовать 360-градусное мышление, рассмотрев проблему со всех сторон. Получится не сразу, но определенные результаты будут видны уже после первого применения этой техники.

### **Упражнение «Оправданный риск»**

**Цель:** обсудить понятия «оправданный» и «неоправданный» риск.

Ведущий раздает маленькие листочки бумаги, на которых участники за 3 минуты должны написать одну-две, максимум три причины, ради которых можно и нужно рисковать своим здоровьем и жизнью.

*Рекомендации к рефлексии упражнения.* Ведущий собирает листочки и читает их вслух, а одинаковые причины складывает в кучки. Таким образом, получится своеобразная статистика, какая кучка больше, с такой причиной согласно больше людей.

Можно *обсудить вопросы:*

1. Стоит ли рисковать в следующих случаях: спасение утопающего, воинский долг, профессиональный риск, риск ради своих близких и тому подобное»;
2. Стоит ли рисковать при пользовании Интернетом?

### **Упражнение «Формула самовнушения»**

**Цель:** успокоение, расслабленность.

*Слова формулы проговариваются ведущим, но участники обязательно проговаривают их вслед за ведущим вслух или про себя:*

Я совершенно спокоен.

Ничто меня не тревожит, не беспокоит.

Никакие раздражения не действуют.

Полная отрешенность от впечатлений прошедшего дня.

Все мое тело расслаблено, кажется тяжелым.

Испытываю ощущение тепла, уюта, удовольствия.

Душевный комфорт.

Приятная тяжесть все больше охватывает мое тело.

Не хочется ни о чем думать,

Все глубже духовный и физический покой.

Я уверен в себе.

Я владею собой в любой обстановке.

Полная непринужденность.

Свобода и легкость во всем теле.

Владение собой и сдержанность.

В повседневной жизни я весел и спокоен.  
Меня ничто не тревожит, не раздражает.  
Я спокоен, уравновешен, сдержан, везде и всегда.

### 3. Заключительный этап

#### Ритуал прощания «Подмигни»

**Цель:** снять напряжение после тренинга.

«Спасибо всем за активное участие в работе! Вы молодцы, я попрошу вас улыбнуться участнику, который находится слева от вас, подмигнуть участнику справа. Мы все заслуживаем радостных и дружных аплодисментов».

*Приложение 16.1*

#### Бланк ответов экспресс-теста «Измерение рациональности»

*При согласии с утверждением в соответствующей графе ставьте знак «+»,  
при несогласии не ставьте ничего.*

№ вопроса	Вариант «а»	Вариант «б»
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

### ЗАНЯТИЕ №17 «Мои друзья off-line»

**Цель занятия:** способствовать развитию коммуникативных навыков, новых форм общения.

**Задачи:**

- пробудить интерес к реальному общению как к жизненно необходимой потребности человека;



- расширить возможности установления контакта в различных ситуациях общения;
- отработать навыки понимания других людей, а также взаимоотношений между людьми;
- развивать способности создавать и сохранять чувство взаимного теплого эмоционального отношения;
- овладеть навыками эффективного слушания;

**Оборудование:** бумага, карандаши, ручки, мячик, свисток.

### **Структура занятия:**

#### **I Вводная часть**

- упражнение-разминка «Культурный батл».

#### **II Основная часть**

- информационное сообщение «Коммуникативные навыки»;
- упражнение «Сильная сторона»;
- упражнение «Я тебя понимаю»;
- упражнение «Установление контакт»;
- упражнение «Контакты»;
- упражнение «Правда или ложь»;
- упражнение «Слышать и слушать»;
- упражнение «"ДА" ЗНАЧИТ "НЕТ"».

#### **III Заключительная часть**

- рефлексия;
- упражнение «Мои 30 секунд»;
- ритуал прощания: «Ты – молодец сегодня!».

### **Ход и содержание работы**

#### **1. Вводная часть**

##### **Упражнение-разминка «Культурный батл»**

**Цель:** разрядка, вовлечение всех участников в игровой процесс.

Участники делятся на две команды. Каждая команда делает свой ход в порядке очереди. Для того чтобы сделать ход команда должна вспомнить и назвать любую цитату, афоризм или поговорку, которые тем или иным образом связаны с общением. Например: «Слово – серебро, а молчание – золото», «Язык до Киева доведет» или «Во всем как хотите, чтобы с вами поступали люди, так вы поступайте с ними» и т.д. Выигрывает та команда, которая сделала последний ход.

В конце батла можно предложить студентам поразмышлять над цитатой древнего китайского философа Конфуция:

*«Есть три ошибки в общении людей: первая - это желание говорить прежде, чем нужно; вторая - застенчивость, не говорить когда это нужно; третья - говорить, не наблюдая за вашим слушателем».*

«Друзья, сегодня мы с вами поговорим о коммуникативных навыках, и будем учиться эффективному общению с другими людьми.

## **2. Основная часть**

«Как вы думаете, что такое «коммуникация»?

*(студенты отвечают)*

Коммуникативные навыки – это освоенный человеком способ установления взаимоотношений между людьми. К ним относятся умение входить в контакт с незнакомым человеком, понимать его личностные качества и намерения, предвидеть результаты его поведения и в соответствии с этим строить свое.

Как вы считаете, это полезное качество? В каких ситуациях оно может пригодиться? А в ситуациях онлайн общения?»

*(ответ студентов)*

### **Упражнение «Сильная сторона».<sup>49</sup>**

**Цель:** выработка умения говорить и выслушивать комплименты.

Бросая по очереди друг другу маленький мяч, будем говорить о безусловных достоинствах, сильных сторонах того, кому бросает мяч. Будем внимательны, чтобы мяч побывал у каждого.

### **Упражнение «Я тебя понимаю».<sup>50</sup>**

**Цель:** сформировать умение давать обратную связь, выработать навыки определения состояния другого по невербальным признакам.

Участники делятся на пары. Партнеры в каждой паре по очереди в течение 2-3 минут в устной форме описывают состояние, настроение, чувства, желания другого в данный момент. Тот, чье состояние описывает партнёр, должен подтвердить правильность и достоверность предположений или опровергнуть их. Оба партнёра вправе комментировать высказывания друг друга. Затем пары в группе делятся результатами упражнения: у кого получилось понять состояние другого, насколько это было сложно, что помогло и т.д.

### **Упражнение «Установление контакта»<sup>51</sup>**

**Цель:** установление контакта в общении, понимание своего состояния, а также состояния других, умение воспринимать другого человека полностью, во всех его вербальных и невербальных проявлениях.

---

<sup>49</sup> Портал Инфопедия [Электронный ресурс]. URL:<https://infopedia.su/1x6223.html>

<sup>50</sup> Портал Психоанализ, психология, психодиагностика [Электронный ресурс]. URL:<https://www.psyoffice.ru/7/training/114.html>

<sup>51</sup> Ведущий образовательный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL:<https://infourok.ru/sbornik-kommunikativnih-treningov-dlya-studentov-obschaytes-eto-polezno-1730892.html>

Группа садится по кругу. «Для выполнения этого упражнения мы создадим пары. (Ведущий может предложить группе объединиться в пары по желанию или же сам составит пары. Если в группе нечетное количество участников, ведущий может сам принять участие в упражнении). Пусть каждая пара займет удобное для нее место так, чтобы никому при этом не мешать. Вам дается 6 минут для беседы (ведущий предлагает для обсуждения темы, связанные со спецификой общения в интернете). По моему указанию в ходе беседы мы будем менять положение, не прекращая разговора. Сейчас давайте повернемся друг к другу спиной и начнем беседу».

Участники 1,5 минуты беседуют, сидя спиной друг к другу, по 1,5 минуты - один сидя, другой стоя и наоборот (лицом друг к другу), 1,5 минуты - сидя лицом друг к другу.

*Вопросы для обсуждения:* В каком положении ведение беседы было наиболее трудным, сложным, а в каком более комфортным? Почему?

### **Упражнение "Контакты"<sup>52</sup>**

**Цель:** расширить возможности установления контакта в различных ситуациях общения.

В упражнении осуществляется серия встреч, причем каждый раз с новым человеком.

*Задание:* легко войти в контакт, поддержать разговор и проститься. Члены группы встают по принципу "карусели", т.е. лицом друг к другу и образуют два круга: внутренний неподвижный и внешний подвижный

*Примеры ситуаций:*

- Перед вами человек, которого вы хорошо знаете, но довольно долго не видели. Вы рады этой встрече...
- Перед вами незнакомый человек. Познакомьтесь с ним...
- Перед вами маленький ребенок, он чего-то испугался. Подойдите к нему и успокойте его.
- Вы опоздали на работу и перед вами ваш руководитель.
- Вы руководитель, а перед вами провинившийся подчиненный.
- Вы вернулись с прогулки после 12.00 и перед вами ваша рассерженная мама (любимый человек).
- После длительной разлуки вы встречаете любимого (любимую), вы очень рады встрече...

Время на установление контакта и проведение беседы 3-4 минуты. Затем ведущий дает сигнал и участники тренинга сдвигаются к следующему участнику.

---

<sup>52</sup> Там же

### **Упражнение «Правда или ложь».**<sup>53</sup>

**Цель:** усиление групповой сплоченности и создание атмосферы открытости.

Члены группы садятся по кругу, у каждого должны быть наготове бумага и карандаш. Ведущий дает задание написать участникам три предложения, относящиеся лично к ним. Из этих трех фраз две должны быть правдивыми, а одна - нет. Один за другим каждый участник зачитывает свои фразы, все остальные пытаются понять, что и сказанного соответствует действительности, а что - нет. При этом все мнения должны обосновываться.

### **Упражнение «Слышать и слушать»**<sup>54</sup>

**Цель:** тренировка умения слушать, включающего умение воспринимать другого человека полностью, во всех его вербальных и невербальных проявлениях, улавливать подтекст, смысл его высказываний, а также воспринимать свои реакции, возникающие в ответ на то, что говорит человек.

«Мы уже убедились, насколько важно быть точными и внимательными при приеме и передаче информации. Сейчас (*ведущий называет имена 5-ти или 6-ти человек, которых он заранее избрал для участия в упражнении*) примут участие в упражнении. Ваша задача будет заключаться в приеме и передаче сообщений. Один участник останется здесь, а все остальные подождут какое-то время за дверью».

Ведущий зачитывает первому участнику текст, предварительно еще раз напомнив ему о том, что он должен будет передать его следующему участнику. Все участники садятся по кругу. Ведущий последовательно приглашает участников, ожидающих за дверью, каждый из которых выслушивает сообщение предыдущего и затем пересказывает его следующему участнику. Последнему участнику, получившему сообщение, ведущий задает вопрос «Ты только что получил сообщение. Скажи, пожалуйста, что ты будешь делать после того, как получил информацию?».

*Вариант текста:* «Иван Петрович уехал в 11 часов, не дождавшись вас, очень огорчился, что не смог с вами переговорить лично, и попросил передать вам, что, если он не вернется к обеду, а это будет зависеть от того, сколько времени он пробудет на совещании в министерстве, то совещание в 15.30 надо проводить без него. Кстати, на совещании будет обсуждаться вопрос о поставке новых компьютеров, которые ничем не хуже импортных. И еще, на совещании надо не забыть объявить, что все начальники отделов должны пройти обследование у психологов, которые будут работать в 20-й комнате с 10 часов утра ежедневно до 2 октября».

Групповое обсуждение упражнения.

---

<sup>53</sup> Ведущий образовательно-информационный портал России «Инфоурок» [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru/sbornik-kommunikativnih-treningov-dlya-studentov-obschaytes-eto-polezno-1730892.html>

<sup>54</sup> Там же

### **Упражнение "ДА" ЗНАЧИТ "НЕТ"**

**Цель:** развитие навыка ведения конструктивного диалога.

Упражнение проводится в общем кругу. По просьбе ведущего каждый пишет на листочке (или просто придумывает) спорное утверждение. Например: "Интернет – территория полной свободы", "Нужно запретить маленьким детям пользоваться Интернетом", "Все преподаватели ценят и уважают своих студентов", "Родители никогда не понимают своих детей".

После этого по мере готовности участник произносит (зачитывает) свою фразу. Остальные дают ответ в следующей форме. Сначала нужно обязательно согласиться с тем, что было сказано. После этого - продолжить разговор, выражая свое согласие или несогласие с тем, что было сказано.

Примеры первой фразы: "Да, однако...", "Да, и все же...", "Да, и если..."

При выполнении этого упражнения участники имеют возможность потренироваться в умении конструктивно вести диалог. Такое умение бывает очень полезно при общении с людьми, находящимися в состоянии гнева, агрессии, раздражения, обиды.

### **3. Заключительная часть**

Подводя итоги нашего занятия, хочется у вас спросить: что нового о коммуникативных умениях вы сегодня узнали? Что было полезно? Как сможете применить эти знания в жизни?

### **Упражнение «Мои 30 секунд»**

**Цель:** подведение итогов встречи, позволяющее каждому участнику задуматься над тем, как он собирается применить полученные знания в своей жизни.

«И теперь, пусть каждый участник на листке напишет свое имя и несколькими словами самое главное, что он вынес из сегодняшней встречи, либо какие действия по реализации полученных на занятии знаний и навыков он предпримет в ближайшие дни».

Ведущий кладет карточки надписью на стол, перемешивает и объясняет, что каждому нужно будет сделать 30-секундную презентацию той идеи, которую они написали на своей карточке. Например, можно рассказать, как они поняли эту мысль, почему она им понравилась или не понравилась, как они собираются ее использовать в реальной работе.

Выбирается доброволец, роль которого - следить за временем и свистеть в свисток, когда оно истечет. Ведущий в произвольном порядке берет карточки; человек, имя которого названо, должен в течение 30 секунд пояснить то, что он написал.

### **Ритуал прощания «Ты – молодец сегодня!»**

**Цель:** снять напряжение после тренингового занятия.

Все встают в круг, кладут руки друг другу на плечо и, похлопывая, хвалят соседа: «Ты – молодец сегодня!».

Спасибо всем за работу! До свидания!

## **Блок 6. Итоговый**

### **ЗАНЯТИЕ №18**

#### **«Подведение итогов»**

**Цель занятия:** обобщить и подвести итоги программы.

**Задачи:**

- актуализировать полученный материал;
- закрепить освоенные навыки и умения;
- установить позитивный настрой от проделанной работы и на применение новых знаний и навыков в личной практике.

**Оборудование:** флипчарт, маркеры, подарки.

**Структура занятия:**

**I Вводная часть**

- приветствие;
- упражнение «Дадим отпор...».

**II Основная часть**

- защита творческих проектов «Пути решения проблемы предотвращения виктимного поведения студентов в сети Интернет»;
- упражнение «Формула самовнушения».

**III Заключительная часть**

- групповой шеринг;
- упражнение «Мои тебе пожелания».

### **Ход и содержание работы**

**1. Вводная часть**

«Добрый день, уважаемые студенты! Сегодня на завершающем занятии обобщим полученные знания и умения по предотвращению виктимного поведения в интернет-пространстве».

**Упражнение «Дадим отпор...»**

**Цель:** выравнивание эмоционального фона в группе.

Все участники становятся в круг. Ведущий называет страхи и опасность. Если кто-то из участников боится того, что было озвучено ведущим, то он должен встать в круг. Остальные участники круга, в течение 5 секунд возьмутся за руки (как бы защищая тех, кто вошёл в круг), и громко, дружно скажут: «Дадим отпор...», то считается,

что упражнение выполнено правильно и оставшиеся в кругу защищены. Основные критерии этого упражнения - быстрота, громкость и дружность защиты. Фразы ведущего начинаются со следующего выражения: «На нас напали...» Ответ участников начинается с фразы: «Дадим отпор...».

*Слова:* Неуверенность; Тревога; Страх; Злой комментатор из сети; Плохое настроение; Буллинг, Внутреннее напряжение, «Что обо мне подумают?» и др.

## **2. Основная часть**

1. Создание участниками в микрогруппах творческих проектов на общую тему «Пути решения проблемы предотвращения виктимного поведения студентов в сети Интернет».

*Заметки для ведущего.* Основные положения проектов можно фиксировать на флипчарте.

2. Творческая защита проектов.

### **Упражнение «Формула самовнушения»**

**Цель:** снижение нервного возбуждения.

Я отдыхаю.

Освобождаюсь от всякого напряжения.

Расслабляюсь.

Возбуждение проходит, исчезает.

Чувствую себя легко и свободно.

Никакой скованности, нервозности.

Все тело расслаблено.

Мне приятно и легко.

## **3. Заключительная часть**

«Дорогие друзья, в завершении хотелось бы узнать Ваше мнение о проведенных встречах.

- Какие психологические качества у вас проявились при участии в программе?
- Какие чувства Вы испытывали?
- Что нового узнали о себе, о группе?
- Как будете использовать эти знания?
- Чему научились?
- Как это пригодится в будущем?
- Что было важным?
- Над чем вы задумались?
- Что происходило с вами?
- Что нужно развивать на будущее?»

### **Упражнение «Мои тебе пожелания»**

**Цель:** создать положительную обратную связь участникам тренинга по завершению работы.

«Сейчас, пожалуйста, встаньте в круг, рассчитайтесь по порядку и запомните свой номер. Здесь, в этой комнате, для каждого из вас есть небольшой подарок. Вспомните свой номер, под таким же номером вы найдете свой подарок. И помните, ничто не случайно. То, что скажет твой подарок, - предназначено именно тебе».

Каждый находит в комнате листок (в виде сердца, звездочки, смайлика и т.п.) со своим номером, на обратной стороне которого написано пожелание.

*Примеры пожеланий:*

1. Чтобы контролировать ситуацию, надо оставаться спокойным.
2. Любую проблему можно решить.
3. Будь увереннее в себе.
4. Будь внимательнее к людям, с которыми общаешься.
5. Озари мир улыбкой и мир улыбнется тебе.
6. Раскрой свое сердце, и мир раскроет свои объятия.
7. Тревоги – это пустая трата твоего времени!
8. Не позволяй нарушать твои личные границы.
9. Реальный мир куда интереснее на самом деле!
10. Не бывает хороших или плохих дней! Важнее то, как вы относитесь к ситуации и, в конечном счете, к себе.

«Дорогие студенты, желаем Вам всяческих успехов в освоении Интернет пространства! Чтобы каждое пребывание в Интернете было интересным, полезным и безопасным! Удачи, друзья!»



**Биктагирова Гульнара Фердинандовна  
Валеева Роза Алексеевна  
Дроздикова-Зарипова Альбина Рафаиловна  
Калацкая Наталья Николаевна  
Костюнина Надежда Юрьевна**

**ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ  
В ГЛОБАЛЬНОЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ: ТЕОРИЯ, ПРАКТИКА**

**Монография**

*Корректурa авторов*