

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ  
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН**

**Методические рекомендации по организации работы в  
образовательных учреждениях с детьми, подверженными  
влиянию идеологии экстремизма и терроризма**

Автор-составитель:  
Тимерьянова Л.Н.

Уфа-2019

Автор-составитель:

Тимерьянова Лилия Николаевна, к.п.н., доцент кафедры педагогики и психологии ГАУ ДПО Институт развития образования Республики Башкортостан.

Пособие адресовано педагогическим работникам и включает описание методов, форм и средств формирования антиэкстремистского и антитеррористического сознания подростков, технологий работы с подростками. Может быть использовано руководителями общеобразовательных организаций при организации профилактической работы с детьми, подверженными влиянию экстремизма и терроризма.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|   |           |
|---|-----------|
| ВВЕДЕНИЕ .....  | 5         |
| НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ<br>ПОНЯТИЙ ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА .....   | 7         |
| ПРИЗНАКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО<br>ВОЗДЕЙСТВИЯ НА РЕБЕНКА.....   | 10        |
| ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ,<br>ПОДВЕРЖЕННЫХ ВЛИЯНИЮ ИДЕОЛОГИИ ЭКСТРЕМИЗМА И<br>ТЕРРОРИЗМА.....  | 17        |
| <i>Формирование гражданской идентичности личности. ....</i>   | <i>19</i> |
| <i>Формирование толерантных установок сознания и поведения. ....</i>  | <i>20</i> |
| <i>Формирование коммуникативной компетентности и способности<br/>противостоять манипулятивному воздействию.....</i>                                       | <i>22</i> |
| <i>Профилактика стигматизации, буллинга, агрессии и насилия в<br/>образовательных учреждениях. ....</i>   | <i>23</i> |
| <i>Оптимизация типа семейного воспитания и детско-родительских<br/>отношений в направлении доверия, эмоциональной близости и<br/>взаимопонимания.....</i> | <i>24</i> |
| <i>Содействие в построении индивидуальной образовательной траектории и<br/>предварительного профессионального самоопределения.....</i>                    | <i>27</i> |
| <i>Преодоление негативных последствий психотравмирующих событий и<br/>формирование устойчивости к стрессу и фрустрации. ....</i>                          | <i>28</i> |
| ОРГАНИЗАЦИЯ АДРЕСНОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ПОДВЕРЖЕННЫМ<br>ВЛИЯНИЮ ИДЕОЛОГИИ ЭКСТРЕМИЗМА И ТЕРРОРИЗМА.....  | 30        |
| МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО<br>СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ, ПОДВЕРЖЕННЫХ ВЛИЯНИЮ<br>ИДЕОЛОГИИ ЭКСТРЕМИЗМА И ТЕРРОРИЗМА .....                          | 34        |
| Примерный план работы образовательной организации по профилактике<br>идеологии экстремизма и терроризма в образовательной среде .....                     | 34        |

|   |    |
|---|----|
| Примерные темы для проведения учебных занятий_по проблеме противодействия идеологии экстремизма и терроризма .....              | 39 |
| Примерные темы для проведения бесед с родителями_по проблеме противодействия идеологии экстремизма и терроризма .....           | 42 |
| Материалы для лекций и бесед со старшеклассниками_по психолого-педагогическому сопровождению личностного роста и развития ..... | 44 |
| Упражнения, направленные на развитие гражданской инициативы и толерантности обучающихся.....                                    | 58 |
| Упражнения на самораскрытие .....   | 61 |
| Упражнения для развития навыков конструктивного общения.....  | 66 |
| Материалы для лекций и бесед_по развитию саморегуляции обучающихся  | 71 |
| Перечень источников по вопросам профилактики терроризма и экстремизма   | 77 |
| <b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....   | 83 |
| Список литературы .....   | 84 |

## ВВЕДЕНИЕ

Сегодня экстремистская и террористическая деятельность создает реальную угрозу жизнедеятельности государства, посягает на конституционные права и свободы граждан Российской Федерации, общественную безопасность и общественный порядок.

Экстремистские настроения в молодежной среде за последнее время усилились. Динамика экстремизма в молодежной среде, коррелирует с процессами социальной маргинализации, нравственным релятивизмом, сегментацией политической культуры, неопределенностью векторных тенденций развития общества. В целом резкой радикализации молодежного экстремизма не наблюдается, однако потенциальные риски такого развития имеют место.

На территории Республики Башкортостан в настоящее время установлены следующие террористические и экстремистские организации, участники и приверженцы которых способны совершить преступления и правонарушения экстремистского и террористического характера: «Исламское государство», «Джебхат ан-Нусра», «Хизб ут-Тахрир аль-Ислами», «Таблиги джамаат», «Нурджулар». Участники данных организаций выявлены в городах Уфа, Стерлитамаке, Нефтекамске, Баймаке, Сибее, Туймазах и Октябрьском и других городах и районах, что свидетельствует об обширной географии их противоправной деятельности. В 2017 году на территории Республики Башкортостан зарегистрировано 17. Раскрыто 11 преступлений указанной категории. Кроме того, в 2017 году на территории республики зарегистрировано 43 преступления террористического характера. Раскрыто 18 преступлений данной категории. В результате осуществления профилактической деятельности в 2017 году органами прокуратуры Республики Башкортостан вынесено 20 предостережений о недопустимости осуществления экстремистской деятельности. По 20 материалам органами прокуратуры Республики Башкортостан и органами предварительного следствия (СУ СК России по Республике Башкортостан и ГСУ МВД по Республике Башкортостан) вынесены представления 40 об устранении нарушений действующего законодательства в сфере экстремизма. Органами Роскомнадзора ограничен доступ к 182 информационным материалам, включенным в Федеральный список экстремистских материалов. В органы исполнительной власти направлено 13 предложений по предупреждению экстремистской деятельности, снижению межнациональной и межконфессиональной напряженности. По материалам МВД по Республике Башкортостан к административной ответственности привлечено 52 лица по ч. 4 ст. 5.26 КоАП РФ (нарушение законодательства о свободе совести, свободе вероисповедания и о религиозных организациях), ст. 20.2 КоАП РФ (нарушения установленного порядка проведения публичных мероприятий), ст. 20.3 (пропаганда либо публичное демонстрирование нацистской атрибутики), ч. 1 ст. 20.28 (организация деятельности общественного или

религиозного объединения, в отношении которого принято решение о приостановлении его деятельности) и ст. 20.29 КоАП РФ (производство и распространение экстремистских материалов).

Наиболее уязвимым, с точки зрения вхождения в поле экстремистской активности, является возраст от 14 до 22 лет.

Подростковый возраст и юность характеризуются развитием самосознания, обострением чувства справедливости, поиском смысла и ценности жизни. Именно в это время старшеклассник стремится найти свою группу, озадачен поиском собственной идентичности. В то же время в этом возрасте может проявляться неустойчивость психики, что может привести к подверженности внушению и манипулированию. Поиск идентичности, не всегда удачные попытки закрепиться в жизни ведут к неуверенности, желанию сформировать круг близких по духу людей, найти ответственного за все беды и неудачи. Таким кругом вполне может стать экстремистская субкультура, неформальное объединение, политическая радикальная организация.

Основным ресурсом профилактики экстремизма и терроризма среди молодых людей является система образования, представляющая собой наиболее организованный, проникающий практически во все сферы жизнедеятельности общества институт.

В пособии представлены основные направления организации профилактической деятельности в образовательных учреждениях РБ с детьми, подверженными влиянию идеологии экстремизма и терроризма

## НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПОНЯТИЙ ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА

**Терроризм** — идеология насилия и практика воздействия на принятие решения органами государственной власти, органами местного самоуправления или международными организациями, связанные с устрашением населения и (или) иными формами противоправных насильственных действий (Федеральный закон от 06.03.2006 № 35-ФЗ «О противодействии терроризму»).

Террористическая деятельность включает в себя следующие аспекты:

1. Организацию, планирование, подготовку и реализацию террористической акции.
2. Подстрекательство к террористической акции, к насилию над физическими лицами или организациями по уничтожению материальных объектов в террористических целях.
3. Организацию незаконного вооруженного формирования, преступного сообщества (преступной организации), организованной группы для совершения террористической акции, а равно участие в такой акции.
4. Вербовку, вооружение, обучение и использование террористов.
5. Финансирование террористической организации или террористической группы.
6. Распространение материалов, призывающих к осуществлению террористической деятельности, и пропаганда идей терроризма и экстремизма.

Противодействие идеологии терроризма в России организовано на федеральном и региональном уровнях государственного управления с задействованием возможностей местного самоуправления. Решением Президента Российской Федерации главным координатором деятельности по противодействию идеологии терроризма в стране определен **Национальный антитеррористический комитет**. В повседневном режиме функции координации обеспечивает его постоянно действующая структура — аппарат Комитета. В субъектах Российской Федерации работа по координации возложена на региональные антитеррористические комиссии, а на местном уровне — на антитеррористические комиссии в муниципальных образованиях.

Деятельность полномочных органов Российской Федерации по противодействию идеологии терроризма направлена на решение следующих основных задач:

- разъяснение сущности терроризма и его крайней общественной опасности;
- проведение активных мероприятий по формированию стойкого неприятия обществом идеологии терроризма в различных ее проявлениях (также в форме религиозно-политического экстремизма);

- создание и задействование механизмов защиты информационного пространства Российской Федерации от проникновения в него любых идей, оправдывающих террористическую деятельность;

- формирование и совершенствование законодательных, нормативных, организационных и иных механизмов, способствующих эффективной реализации мероприятий по противодействию идеологии терроризма.

**Экстремизм** — это приверженность к крайним взглядам и действиям, радикально отрицающим существующие в обществе нормы и правила.

Экстремизм — крайне опасное явление в жизни любого общества. Оно создает угрозу основам конституционного строя, ведет к попранию конституционных прав и свобод человека и гражданина, подрывает общественную безопасность и государственную целостность Российской Федерации.

Полное содержание экстремистской деятельности (экстремизма) раскрыто в Федеральном законе от 25 июля 2002 г. № 114-ФЗ

«О противодействии экстремистской деятельности». Согласно ст. 15 этого закона, лицу, участвовавшему в экстремистской деятельности, по решению суда может быть ограничен доступ к государственной и муниципальной службе, военной службе по контракту и службе в правоохранительных органах, а также к работе в образовательных организациях, к частной детективной и охранной деятельности.

За осуществление экстремистской деятельности граждане Российской Федерации, иностранные граждане и лица без гражданства несут административную, уголовную и гражданско-правовую ответственность.

В настоящее время достаточно развита система нормативно-правовой базы, регламентирующей деятельность по профилактике экстремизма и терроризма.

#### Нормативно-правовая база, регламентирующая деятельность по профилактике экстремизма и терроризма

1. Международные законодательные акты, регламентирующие борьбу с терроризмом:

- Международная конвенция о борьбе с захватом заложников 1979 г.;
- Международная конвенция о борьбе с финансированием терроризма 1999 г.;
- Шанхайская конвенция о борьбе с терроризмом, сепаратизмом, экстремизмом от 15 июня 2001 года;
- Декларация Генеральной Ассамблеи ООН о мерах по ликвидации международного терроризма от 9 декабря 1994 г.;
- Резолюции Совета Безопасности ООН.



2. Конституция Российской Федерации (12 декабря 1993 г. с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 № 11-ФКЗ).

3. Указы и распоряжения Президента РФ:

– Указ Президента РФ от 13 сентября 2004 г. № 1167 «О неотложных мерах по повышению эффективности борьбы с терроризмом»;

– Указ Президента РФ от 15 февраля 2006 г. № 116 «О мерах по противодействию терроризму» (в ред. от 29 июля 2017 г.);

– Концепция противодействия терроризму в РФ (утв. Президентом РФ 05 октября 2009 г.);

– Указ Президента РФ от 14 июня 2012 г. № 851 «О порядке установления уровней террористической опасности, предусматривающих принятие дополнительных мер по обеспечению безопасности личности, общества и государства»;

– Указ Президента РФ от 26 декабря 2015 г. № 664 «О мерах по совершенствованию государственного управления в области противодействия терроризму» (вместе с "Положением о Национальном антитеррористическом комитете" (ред. от 21.02.2019);

– Указ Президента РФ от 31 декабря 2015 № 683 «О стратегии национальной безопасности РФ».

– Стратегия противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 года (утв. Президентом РФ 28.11.2014 № Пр-2753).

4. Федеральные законы:

– «О противодействии экстремистской деятельности» от 25 июля 2002 года № 114-ФЗ (в ред. от 28 ноября 2018 г.);

– «О ратификации Шанхайской конвенции о борьбе с терроризмом сепаратизмом и экстремизмом» от 10 января 2003 года №3-ФЗ;

– «О противодействии терроризму» от 06 марта 2006 года № 35-ФЗ (с изменениями на 18 апреля 2018 года);

– «О безопасности» от 28 декабря 2010 г. № 390-ФЗ (с изменениями на 5 октября 2015 года).

5. Уголовный кодекс Российской Федерации (в ред. от 30.12.2015 № 441ФЗ, с изм., внесенными постановлениями Конституционного Суда РФ от 16.07.2015 № 22-П).

6. Распоряжение Правительства РФ от 22.03.2017 № 520-р «Об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2020 года» (вместе с «Планом мероприятий на 2017-2020 годы по реализации Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2020 года»).

## ПРИЗНАКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА РЕБЕНКА

Под влиянием социальных, политических, экономических и иных факторов, наиболее подверженных деструктивному влиянию, в молодежной среде легче формируются радикальные взгляды и убеждения. Таким образом, молодые граждане пополняют ряды экстремистских и террористических организаций, которые активно используют российскую молодежь в своих политических интересах.

Молодежная среда в силу своих социальных характеристик и остроты восприятия окружающей обстановки является той частью общества, в которой наиболее быстро происходит накопление и реализация негативного протестного потенциала.

В настоящее время членами неформальных молодежных организаций (группировок) экстремистско-националистической направленности в основном являются молодые люди в возрасте до 30 лет, и нередко, в том числе – несовершеннолетние лица 14–18 лет.

Субъектами преступлений выступают в основном лица мужского пола, однако, членами неформальных молодежных экстремистских группировок наряду с молодыми людьми иногда являются и девушки. Отмечено, что и основу рядового состава бандформирований для осуществления террористических актов и его пополнения составляют именно молодые люди, которые в силу ряда социально- психологических, физиологических и демографических особенностей наиболее восприимчивы к идеологическому воздействию, подвержены максимализму и радикальным настроениям.

В отличие от обычных групп подростков, совершающих хулиганские действия или акты вандализма, как правило, с целью «поразвлечься», неформальные экстремистские группировки осуществляют свои противоправные действия, базируясь на определенной идеологии, в качестве основного тезиса которой может выступать, например, такой: для преодоления всех политических и экономических проблем в стране необходимо создание «национального» государства, так как это, по их представлению, послужит гарантией от любых угроз.

Причем идея так называемого «чистого государства» присуща не только «скинхедам», но и религиозным экстремистам, призывающим в свою очередь к созданию такого «чистого государства» на религиозной основе. Совершенно ясно, что поведение, мотивированное такими идеями, имеет строгую ориентацию, нацеленную в данном случае против лиц иной национальности или религии.

Сюда же примешиваются ненависть к существующей власти, которая, по мнению экстремистов, попустительствует жизнедеятельности «виновников» всех российских бед, что приводит к еще более широкому распространению

экстремистских идей. Именно эти идеи становятся фундаментом образования неформальных экстремистских молодежных группировок.

Навязываемая экстремистами система взглядов является привлекательной для молодых людей в силу простоты и однозначности своих постулатов, обещаний возможности незамедлительно, сей же час, увидеть результат своих пусть и агрессивных действий. Необходимость личного участия в сложном и кропотливом процессе экономического, политического и социального развития подменяется примитивными призывами к полному разрушению существующих устоев и замены их утопическими проектами.

Достаточно много преступлений экстремистской направленности совершается несовершеннолетними. Поэтому в целях пресечения экстремистской преступности и обуздания криминальной ситуации в данной сфере представляется целесообразным усилить профилактическую работу среди молодежи, в том числе несовершеннолетних путем проведения мер воспитательно-профилактического характера.

Особо следует отметить о необходимости предупредительно-профилактической работы по отслеживанию и принятию мер к ликвидации экстремистско- националистических и экстремистско-террористических сайтов в Интернете, активно пропагандирующих идеологию экстремизма, национализма и терроризма, содержащих призывы к совершению преступлений экстремистской и террористической направленности против людей другой национальности или вероисповедания, иностранных граждан, а также подробные инструкции по изготовлению взрывных устройств, совершению террористических актов, «националистических» убийств и т. п.

Подобная работа по противодействию экстремистской и террористической деятельности должна осуществляться, в первую очередь, со стороны федеральных органов государственной власти, органов власти субъектов Федерации, органов местного самоуправления, которые в пределах своей компетенции в приоритетном порядке должны осуществлять профилактические, в том числе воспитательные, пропагандистские меры, направленные на предупреждение угрозы экстремизма и терроризма. Раннее выявление и принятие необходимых профилактических мер в значительной степени позволят не допустить формирования у подростков стойкой направленности на совершение противоправных действий.

Следует выделить основные особенности экстремизма в молодежной среде:

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

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

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

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

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

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

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

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

✓ изменение ценностных ориентаций (значительную опасность представляют зарубежные и религиозные организации и секты, насаждающие религиозный фанатизм и экстремизм, отрицание норм и конституционных обязанностей, а также чуждые российскому обществу ценности);

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

✓ рост национализма и сепаратизма (активная деятельность молодежных националистических группировок и движений, которые используются отдельными общественно-политическими силами для реализации своих целей);

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

✓ использование в деструктивных целях психологического фактора (агрессия, свойственная молодежной психологии, активно используется опытными лидерами экстремистских организаций для осуществления акций экстремистской направленности);

✓ использование сети Интернет в противоправных целях (обеспечивает радикальным общественным организациям доступ к широкой аудитории и пропаганде своей деятельности, возможность размещения

подробной информации о своих целях и задачах, времени и месте встреч, планируемых акциях).

Существующая система российского законодательства, отражающая правовую стратегию противодействия терроризму и экстремизму, в целом обладает достаточно полным набором правовых норм, позволяющих эффективно осуществлять борьбу с терроризмом и экстремизмом.

На фоне сохранения и укрепления силовой составляющей борьбы с конкретными террористическими проявлениями важно кардинально повысить эффективность противодействия идеологии терроризма, поставить надежные барьеры на путях ее проникновения в общественное сознание.

Конечная цель этой работы – изменить правовую психологию людей, добиться отторжения абсолютным большинством населения самой мысли о возможности применения террористических методов для разрешения территориальных, социальных, конфессиональных, культурных и любых других проблем и противоречий.

Для решения этой задачи, необходимо, наряду с текущей информационно-разъяснительной работой среди подростков, следует активизировать деятельность школьных психологов по выявлению и индивидуальной работе с детьми, которые проявляют агрессивное поведение.

К числу признаков ведения деструктивного психологического воздействия на ребенка можно отнести:

1. Внезапное изменение лексики, не связанное с получаемыми новыми знаниями в ходе образовательного процесса. Резкое увеличение числа разговоров на политические и социальные темы, в ходе которых высказываются крайние суждения и проявляются признаки не-терпимости. Устойчиво произносятся ранее не употреблявшиеся ими слова, которые не характерны для конкретной микросоциальной группы или семьи и обозначают, в том числе:

- иерархию в религиозной или военизированной структуре (эмир, эмират, джихад, моджахед, пастор, учитель, старейшина, гуру и т.п.);

- новые социальные обязательства (иншалла (клянусь), «хлебом клянусь»), упоминание названий джамаатов, к которым принадлежит человек, крещение «святым духом», поклонение субботе);

- произнесение цитат из религиозных текстов, текстов из выступлений политических лидеров, деятельность которых направлена на насильственное изменение конституционного строя, или ссылки на них.

2. Резкое изменение в поведении, появление ранее не характерных для конкретного человека характеристик:

- общительный молодой человек становится замкнутым, настороженным;

- раздражение в случае расспросов о его состоянии;

- симптоматика устойчивого страха, подозрительности;

- возможен и диаметрально противоположный вариант — человек становится уверенным, даже самоуверенным и высокомерным, получая поддержку в новой социальной группе;

- внезапная интенсивная увлеченность силовыми видами спорта, восточными единоборствами, рукопашным боем или боями без правил, стрельбой, владение холодным оружием;

- изменяется отношение к женщине (поддерживаются и одобряются разговоры о неполноценности женщин, их невысоких умственных способностях и личных качествах; отношение к женщине становится высокомерным, как к «низшему существу»);

- резкое и внезапное изменение пищевого рациона (например, отказ от блюд из свинины, обилие растительной пищи и травяных приправ);

- повышенное увлечение вредными привычками, прогрессирует ненормативная жаргонная лексика;

- частая смена сим-карт.

3. Подросток проводит много времени за компьютером или самообразованием по вопросам, не относящимся к школьному обучению, художественной литературе, фильмам, компьютерным играм:

- наличие большого числа сохраненных ссылок или файлов с текстами, видеороликами или изображениями экстремистско-политического или социально-экстремального содержания;

- удаление истории посещения сайтов и иных файлов, содержащих данные о работе в сети, практически после каждого выхода в сеть Интернет;

- внезапная, без видимых причин увлеченность религиозными, эзотерическими материалами (видеоролики, тексты, специализированные электронные ресурсы), в разговоре – ссылки на новые авторитеты в этой области или ссылки на содержание видеороликов, текстов, сайтов;

- увлеченность специальными компьютерными играми, в которых разыгрываются смешанные (он-лайн и офф-лайн) сценарии, основанные на пропаганде религиозного, расового, этнического, политического противостояния, включающие прямые насильственные действия в реальной жизни и требующие фото-, видеоотчета в он-лайн режиме (например, электронная «Большая Игра. Сломай систему»);

- псевдонимы в интернете, пароли и т.п. носят крайне экстремистский характер.

4. Резко изменяются стиль одежды и внешний вид, соответствующая правилам определенной субкультуры:

- девушка начинает носить хиджаб; из гардероба исчезают «вызывающие» элементы одежды (декольтированные блузы, короткие юбки, чрезмерно яркая и пестрая одежда); изменяется прическа (голова в

общественном месте всегда покрыта платком); из обихода исчезают духи и косметика;

- юноша перестает носить галстук; цвета одежды «темнеют» и становятся однородными; появляются специализированные четки; утрачивается характерная бородка (лица, принадлежащие к ваххабизму, перестают носить нижнее белье, что соответствует особой традиции);

- появляются татуировки (элементы одежды) на арабском языке, чаще всего цитаты из исламских религиозных текстов, а также из культуры «исламских моджахедов», языческие руны (татуировки на японском или китайском языках в современной культуре воспринимаются скорее как интересные картинки, придавая владельцу стиль и элемент загадочности);

- в гардеробе появляются одежда с нацистской символикой, стилизованные ботинки, предметы-атрибуты (например, значки с нацистской символикой); наносятся татуировки с нацистской символикой или цитатами из соответствующих источников; стрижка очень короткая или голова обривается.

5. Появление новых знакомых-приятелей с неочевидной социальной идентификацией:

- новые знакомые не принадлежат к одноклассникам;
- по возрасту значительно старше;
- явное несовпадение круга интересов и круга знакомых;
- новые знакомые не сообщают сведений о своей предыдущей жизни или умышленно искажают их;

- новые знакомые избегают знакомства с семьей или ближайшим окружением обучающегося, предпочитают общение он-лайн или в собственной группе.

Специалисты выделяют следующие группы людей, в отношении которых навязывание идеологии терроризма и религиозного экстремизма наиболее вероятно:

- истероиды,
- лица с паранойяльной настроенностью,
- психастеники,
- зависимый тип личности, лица из семей с гиперопекой,
- лица из неполных семей,
- лица из асоциальных семей,
- лица с ограниченными физическими возможностями,
- лица, пережившие тяжелые психотравмы,
- лица с развитым эйдетическим восприятием (галлюцинация наяву),
- лица, склонные к конфабуляциям (разновидность «ложных

воспоминаний», «галлюцинации воспоминания»),

- дети из семей религиозно-экстремистских объединений и псевдорелигиозных сект.

Специалисты выделяют в качестве фактора предрасположенности стать потерпевшим от деятельности деструктивных организаций особенности отношения человека с внешним миром:

- низкая самооценка с постоянной, зачастую агрессивной готовностью к защите своей личности;

- переживание социальной несправедливости со склонностью проецировать причины своих жизненных неудач на близкое окружение или общество в целом;

- социальная изолированность и отчужденность, ощущение нахождения на обочине общества и потери жизненной перспективы;

- сильная (как правило, не удовлетворенная) потребность в присоединении или принадлежности к значимой группе.



## **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ, ПОДВЕРЖЕННЫХ ВЛИЯНИЮ ИДЕОЛОГИИ ЭКСТРЕМИЗМА И ТЕРРОРИЗМА**

### Цели и задачи психолого-педагогического сопровождения детей

Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков направлено на создание условий для развития и самореализации любого ребенка, при этом полноценное развитие личности должно стать гарантом социализации и благополучия. Психолого-педагогическое сопровождение понимается как сотрудничество, обеспечивающее создание условий для принятия субъектом оптимальных решений в сложных ситуациях жизненного выбора и готовности нести ответственность за его реализацию.

Основными формами психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса являются: профилактика, диагностика, консультирование, коррекционная работа, развивающая работа, просвещение, экспертиза, социально-диспетчерская деятельность.

Психолого-педагогическое сопровождение сегодня является не просто суммой разнообразных методов коррекционно-развивающей работы с детьми, но выступает как комплексная технология, особая культура поддержки и помощи ребенку в решении задач развития, обучения, социализации.

Основными принципами сопровождения ребенка в условиях жизнедеятельности в образовательном учреждении являются:

- 1) рекомендательный характер советов сопровождающего;
- 2) приоритет интересов сопровождаемого («на стороне ребенка»);
- 3) непрерывность сопровождения;
- 4) мультидисциплинарность (полипредметность, т.е. комплексный подход) сопровождения.

Целью возрастно-психологического консультирования является систематический контроль за ходом психического развития ребенка на основе представлений о нормативном содержании и возрастной периодизации развития.

Указанная цель включает следующие конкретные задачи:

- 1) ориентацию родителей, воспитателей и других лиц, участвующих в воспитании, в возрастных и индивидуальных особенностях психического развития ребенка;
- 2) составление рекомендаций по оптимизации психического развития ребенка, наиболее полной реализации возможностей развития в пределах зоны ближайшего развития, включая формирование учебной одаренности ребенка;
- 3) в случае необходимости составление рекомендаций по психолого-педагогической коррекции трудностей в обучении для педагогов, родителей и воспитателей;
- 4) составление рекомендаций по воспитанию детей в семье;

5) психологическое просвещение населения.

Существуют различные формы психопрофилактической работы.

Первая форма — организация социальной среды. Вторая форма психопрофилактической работы — информирование. Третья форма психопрофилактической работы — активное социальное обучение социально-важным навыкам. Данная модель преимущественно реализуется в форме групповых тренингов.

В настоящее время распространены следующие формы:

1. Тренинг резистентности (устойчивости) к негативному социальному влиянию.
2. Тренинг асертивности или аффективно-ценностного обучения.
3. Тренинг формирования жизненных навыков.
4. Организация деятельности, альтернативной девиантному поведению.
5. Организация здорового образа жизни.
6. Активизация личностных ресурсов.
7. Минимизация негативных последствий девиантного поведения.

Основные направления профилактической работы:

*Система диагностики личности:*

- а) уровень сформированности качеств личности;
- б) общие творческие способности;
- в) речевое развитие;
- г) подготовленность ребенка к школе;
- л) педагогические установки родителей;
- е) родительское отношение, к ребенку.

*Работа с учащимися:*

- а) формирование интегративных качеств личности (самостоятельности, честности, трудолюбия, гуманизма и т.д.);
- б) нравственно-психологическое просвещение (права ребенка);
- в) формирование общих творческих способностей, организация творческой деятельности учащихся на основе их интересов;
- г) формирование заботливого отношения к членам семьи;
- д) воспитание культуры отношений;
- е) развитие культуры речи;
- ж) обеспечение успеха в учебной деятельности.

*Работа с семьей:*

- а) формирование педагогической культуры родителей;
- б) организация совместной деятельности родителей и учащихся.

*Совместная деятельность школы и органов правопорядка:*

- а) выявление мотивов правонарушений младших школьников;
- б) разъяснительная работа относительно сущности и причин правонарушений и преступлений;
- в) организация досуга школьников в микросоциуме.

*Коррекционно-развивающая деятельность* в формировании личности трудновоспитуемых подростков.

Под коррекцией понимается система психолого-педагогических воздействий, направленных не только на преодоление или ослабление отрицательных качеств личности ребенка, но и на формирование противоположных по отношению к ним положительных качеств.

Задачи психолого-педагогического сопровождения детей, подверженных влиянию идеологии экстремизма и терроризма:

- формирование гражданской идентичности личности;
- формирование толерантности установок сознания и поведения;
- формирование коммуникативной компетентности и — способности противостоять манипулятивному воздействию;
- профилактика стигматизации, буллинга, агрессии и насилия в образовательных учреждениях;
- оптимизация типа семейного воспитания и детско-родительских отношений в направлении доверия, эмоциональной близости и взаимопонимания;
- содействие в построении индивидуальной образовательной траектории и предварительного профессионального самоопределения;
- преодоление негативных последствий психотравмирующих событий;
- формирование устойчивости к стрессу и фрустрации на основе конструктивных стратегий совладания.

#### *Формирование гражданской идентичности личности.*

Формирование гражданской идентичности призвано обеспечить интеграцию, единство и целостность самосознания личности как гражданина поликультурного общества на основе присвоения системы общечеловеческих нравственных ценностей, свободу его самовыражения на основе учета многообразия социальных установок, норм и ценностей, позитивную социализацию детей и подростков. Ценностные ориентиры методологии образования как ведущей социальной деятельности общества, обеспечивающей гармонию общечеловеческой идентичности, гражданской идентичности и этнической идентичности в процессе становления человека составляют:

➤ совокупность программ по формированию гражданской идентичности, направленных на формирование идентичности человека как гражданина своей страны, воспитание гражданского патриотизма и любви к Родине (например, русский язык как государственный, родная литература, история Отечества, обществознание и т.д.):

➤ совокупность программ по формированию этнической идентичности и солидарности с «малой родиной — село, город, регион», направленных на приобщение к национальной культуре, знание истории

родного края и т.п. (например, национальный язык как родной язык, краеведение, национальная история, национальная литература и т.д.);

➤ совокупность программ по формированию общечеловеческой идентичности, направленных на приобщение к продуктам мировой культуры и всеобщей истории человечества, общечеловеческим ценностям, достижениям науки и техники, роднящих человека со всем человечеством (например, математика как универсальный язык общения, информатика, физика, окружающий мир, мировая история, мировая литература, мировая художественная культура, экономика и т.п.).

Реализация преобразований в содержании образовательных программ возможна исключительно в рамках лично ориентированного образования, основные характеристики которого: ориентация на духовную сферу учащихся; направленность на саморазвитие личности; ценностная наполненность содержания образования; внимание на развитие рефлексивных способностей обучающихся; соединение эмоционального и рационального компонентов в образовании; расширение пространства свободы и выбора; предоставление возможностей для различного рода личностной деятельности, возложение ответственности за поступки на человека; понимание и обучающегося, и учителя как субъектов педагогического процесса; фасилитирующая роль педагога, отсутствие жесткого контроля и императивности; диалоговые формы и методы обучения. Эффективность педагогической профилактики экстремизма в образовательной среде определяется следующими педагогическими условиями: 1. Выявление учащихся, подверженных риску вовлечения в радикальные организации. 2. Проведение систематических целенаправленных профилактических мероприятий с учащимися и их родителями. 3. Повышение уровня профессиональной компетентности педагогов и научно-методическое обеспечение профилактической деятельности. 4. Повышение психолого-педагогической культуры родителей с целью их вовлечения в профилактику экстремизма. 5. Реализация педагогической модели предупреждения вовлечения молодежи в экстремистские и террористические организации.

#### *Формирование толерантных установок сознания и поведения.*

Формирование толерантности и доверия связано с поликультурным образованием, ставящим следующие задачи:

1. развитие этнической и культурной компетентности, т.е. ориентированность в особенностях культуры, истории, географического образа, как своего народа, так и других этнических групп и народов;

2. формирование межкультурной компетентности на основе положительного отношения к другим этнокультурным группам и овладения умениями эффективного межкультурного общения;

3. осознание значения и роли взаимодействия и взаимовлияния народов и культур в современном мире как основы прогрессивного развития человечества и мировой культуры — формирование установок толерантности.

Технологии формирования толерантности — основной путь обучения правилам кооперации и сотрудничества между различными этнокультурными группами. Значительная роль в формировании толерантности/интолерантности принадлежит СМИ. Система общего образования рассматривает поликультурное образование и формирование толерантности как ключевую задачу воспитания гражданина.

*Психолого-педагогические технологии формирования толерантности и доверия в межкультурном взаимодействии.*

В современной социальной психологии разработано значительное число программ формирования толерантности в межкультурном взаимодействии, хорошо зарекомендовавших себя в практике работы с различными категориями населения, различающихся по возрастному, гендерному и социальному составу:

- Дидактическая технология.
- Тренинг межкультурной компетентности.

Программы культурно-специфического тренинга могут осуществляться в форме:

1. Тренинги реального межкультурного взаимодействия, в том числе семинары, мастерские межкультурной коммуникации с групповыми обсуждениями ситуаций, возникающих при личных контактах представителей двух народов, к которым относятся участники тренинга.

2. Атрибутивный тренинг — сознание способов атрибуции-интерпретации, объяснения причин поведения и результатов деятельности представителей других этнических групп.

3. Симуляционные игры. Модельной симуляционной игрой является игра, в которой конструируется встреча двух культур, в каждой из которых приняты свои ценности, нормы и стандарты.

4. Тренинг общекультурной компетентности. Цель общекультурного тренинга реализует модель формирования культурного самосознания на основе теории социального научения.

5. Тренинг этнокультурной компетентности. Программа тренинга направлена на осознание культурной обусловленности общения и поведения человека, преодоление этноцентристской, этнической и конфессиональной предубежденности и ксенофобии, обеспечение личностного роста, формирование этнической и конфессиональной толерантности в сфере межкультурного общения.

6. Тренинг развития межкультурной сенситивности — техника культурных ассимиляторов. Культурный ассимилятор представляет собой метод когнитивного ориентирования, реализуемый в форме тренинга,

социально-психологических игр.

8. Педагогическая модель воспитания толерантности. Педагогическая модель воспитания толерантности определяет систему педагогических условий и способов организации деятельности учащихся. Эти условия включают: встречу с иными культурами, проблематизацию отношений к ним, групповые дискуссии, рефлексии, социально-критическое мышление.

Воспитательные задачи учебных занятий могут быть сформулированы следующим образом:

- формирование гражданственности, патриотизма, социальной активности обучающихся;
- формирование представления о роли семейного воспитания в преодолении негативных этноконфессиональных установок;
- создание представления о межкультурном и межконфессиональном диалоге как консолидирующей основе людей различных национальностей и вероисповеданий в борьбе против глобальных угроз терроризма;
- выработка умения, готовности и способности к взаимодействию в поликультурной среде.

Организация образовательной деятельности обучающихся должна быть построена на принципе возрастной адекватности. Так, у детей младшего школьного возраста (7–11 лет) целесообразно воспитывать чувство любви к малой Родине, к своей стране (не противопоставляя эти понятия), чувство дружбы, взаимовыручки, взаимопонимания, формировать умение слушать и слышать сверстников и взрослых, умение управлять негативными эмоциями, что является задачами курса Основы духовно-нравственных культур народов России, а также целью внеурочной деятельности на уровне начального образования. Проблема терроризма и экстремизма должна изучаться на уроках по «Основам безопасности жизнедеятельности», «Истории» и «Обществознанию», «Литературе», а также во внеурочной деятельности – на тематических классных часах, дискуссионных площадках, круглых столах, заседаниях школьного актива или при разработке социально-значимых проектов.

*Формирование коммуникативной компетентности и способности противостоять манипулятивному воздействию.*

Коммуникативная компетентность — совокупность навыков и умений, необходимых для эффективного общения, предполагающая свободное владение вербальными и невербальными средствами социального поведения, обеспечивающими высокую эффективность общения (Л.А.Петровская, 1982). Важной составляющей коммуникативной компетентности является способность распознавать и противодействовать манипулятивному

воздействию и осознанность собственных манипулятивных тенденций в отношении партнера и отказ от них.

*Профилактика стигматизации, буллинга, агрессии и насилия в образовательных учреждениях.*

Согласно Конвенции о правах ребенка, принятой Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 года и ратифицированной третьей сессией Верховного Совета СССР 13 июня 1990 год, определено, что государство обязано защищать детей от любых форм дискриминации и насилия (статья 2), что определяет приоритет задачи обеспечения безопасности ребенка и предотвращения любых проявлений насилия.

Психологическое насилие — социально-психологическое воздействие, преднамеренно принуждающее другого человека или группу людей к поступку или поведению, которые не входили в их намерения; нарушающее границы личности или социальной группы, осуществляемое без информированного согласия и без обеспечения социальной и психологической безопасности индивида или группы людей, а также всех их законных прав; приводящее к социальному, психологическому, физическому или материальному ущербу.

Буллинг - это умышленное, систематическое, продолжительное агрессивное поведение в отношениях, участники которых обладают неодинаковой властью. Выделяют 2 типа буллинга — непосредственный физический (битье, порча, отбирание и перемещение в неизвестном направлении личных вещей) и косвенный — социальная агрессия («обзывательства», дразнили, распространение гнусных сплетен, социальное исключение в форме бойкота и остракизма).

Отношения буллинга обусловлены дисбалансом власти, позволяющему одному ребенку подчинить себе другого. Психологические последствия буллинга и виктимизации весьма серьезны и носят долгосрочный характер — тревожность, депрессия, низкое самоуважение, отвержение школы.

Социально-педагогические и психологические программы профилактики буллинга направлены на создание особой школьной среды, характеризующейся:

- теплым положительным интересом и вовлеченностью взрослых;
- твердыми рамками и ограничениями приемлемого поведения;
- последовательным применением некарательных, нефизических санкций за неприемлемое поведение и нарушение правил, наличием взрослых, выступающих в качестве авторитетов и ролевых моделей.

Психолого-педагогическая работа ведется одновременно на нескольких уровнях: общешкольном, уровне класса (группы) и на индивидуальном уровне - — с агрессором (булли) и жертвой. Активно привлекаются родители к участию в программе. Эти условия образовательной школьной среды создаются за счет ранней диагностики детской агрессивности и выявления детей группы риска,

использования методов социально-педагогического вмешательства и подготовки педагогических кадров, обладающих необходимой компетенцией для работы с такого рода проблемами. Особенно велика роль учителя в преодолении буллинга. Известно, что учителя зачастую расценивают как травлю только случаи драк и физического насилия, занимая позицию невмешательства в ситуациях вербальной агрессии и социального исключения, давая тем самым «карт-бланш» — агрессору, воспринимающему это молчаливое разрешение как свою победу и позволение действовать дальше в том же духе. Враждебность и конфронтация в учительской среде, использование стратегии низведения противника, использование сарказма и высмеивания задает ученикам модель

При различиях программ, учитывающих социокультурные особенности различных школ, существует ряд общих моментов:

- регулярный анонимный опрос школьников о случаях буллинга в их школе;
- обсуждение проблемы травли в классах, на общешкольных и родительских собраниях;
- разработка самими детьми при помощи учителя кодекса поведения;
- усиление надзора за детьми со стороны учителей на переменах во дворе, в столовой, на спортивной площадке;
- обучение педагогического персонала стратегиям профилактики травли.

*Оптимизация типа семейного воспитания и детско-родительских отношений в направлении доверия, эмоциональной близости и взаимопонимания.*

Одним из факторов вовлечения детей в экстремистские и террористические организации является несостоятельность семейного воспитания, утрата родителями своего авторитета и эффективных методов влияния на них. В семье должна быть создана система воспитания, обеспечивающая сохранение и укрепление физического, психического и нравственного здоровья, при этом в своей деятельности родители должны руководствоваться нормами и ценностями, принятыми в обществе. Однако не все родители справляются со своей воспитательной функцией. Все большее количество семей подходит под определение «семья группы риска» – это семья, в которой затруднены или в зависимости от различных причин не созданы условия для нормальной жизнедеятельности ее членов и эффективного выполнения важнейшей семейной функции – воспитательной. Именно нездоровая семейная обстановка, серьезные проблемы, морально бытовая запущенность и низкий уровень общей культуры в семье – первопричина ухода детей в экстремистские организации. Неудовлетворенное стремление к решению конкретных социальных проблем приводит молодого человека к поиску альтернативных вариантов, которые могут противостоять социально



одобряемой деятельности. Протест может выражаться в различных внешних формах (шокирующие прически и одежда, сленг и т.д.), а также в форме принадлежности к определенной группе (неформальные, фашистские, религиозные организации). Существует несколько факторов риска, обнаруженных в семейных отношениях, которые могут способствовать формированию преступного поведения несовершеннолетнего в будущем.

К числу таких факторов относятся асоциальное поведение родителей, слабый родительский контроль, физическое или сексуальное насилие и т.д. Однако эти факторы, как правило, влияют на формирование общего девиантного поведения подростков и в отсутствии неких иных обстоятельств не способны в достаточной степени радикализировать несовершеннолетнего, так чтобы он примкнул к экстремистской, террористической организации. Замкнутость и подпольность деятельности экстремистских и террористических организаций вовсе не способствуют вербовке любого желающего стать потенциальным участником такой организации. Вне системы социальных связей, контактов семьи с членами экстремистской организации его вовлечение в экстремистскую деятельность невозможно. В то же время некоторые члены семьи могут иметь опыт участия в деятельности организаций исповедующих радикальную идеологию, демонстрировать поддержку и героизацию экстремистских и террористических организаций и их членов, способствуя тем самым установлению социальных связей семьи молодого человека с лицами, осуществляющими эту деятельность. Таким образом, в подавляющем большинстве случаев вовлечение в экстремистскую деятельность и вербовка происходит на основе уже существующих связей семьи и окружения человека с террористами. Следует полагать, что семейственность таких связей порождает аналогичные установки в сознании молодых людей и своего рода преемственность радикального поведения. В радикально-исламистских семьях экстремистская деятельность может даже поощряться другими членами семьи. Крепкие семейные узы выходят за пределы непосредственно семьи и охватывают даже дальних родственников. Отсюда, если один из старших членов семьи (отец, дядя, дедушка) склонен к радикальной идеологии и выражает свои взгляды, модель радикального поведения или радикальных установок становится устоявшейся нормой в семье. Даже если старший член семьи всего-навсего делится своими мыслями, высказывает свое мнение, это создает высокий коэффициент риска, способный привести к активной радикализации младших членов семьи, ибо радикализация становится легким способом завоевать уважение старших ее членов.

Оптимизация семейного воспитания предполагает психологическое консультирование по проблемам развития и воспитания детей и подростков, проведение родительских групп, информирование, просвещение, оказание адресной специализированной профессиональной психологической, педагогической, медицинской помощи детям.

Выбор конкретного вида оказания психологической помощи и поддержки осуществляется в каждом конкретном случае с учетом характера проблемы, возраста ребенка, особенностей состава и функционирования семьи, степени ее социальной адаптации.

Выделяют основные направления работы с семьями:

- Информирование семей об угрозах экстремизма, методах вербовки и видах помощи.
- Предоставление членам семей контрнарративов, которые позволят им переубедить своего родственника.
- Формирование в семьях отрицательного отношения к насилию.
- Мониторинг ситуации в семьях, в которых живут бывшие экстремисты, с целью недопущения рецидивов и содействия реинтеграции.

Различные семьи нуждаются в разных видах помощи: правовой, религиозной и пр. Поэтому каждый случай индивидуален. Поддержка семьям может оказываться через НКО, муниципалитеты, а также специалистами из полиции, социальных и психологических служб, комитетами по защите детей и др.

В Республике Башкортостан психологическую помощь родственникам лиц, попавших под воздействие радикальной идеологии, оказывают:

- Государственное автономное учреждение Республиканский центр социально-психологической помощи семье, детям, молодежи (ГАУ РЦСППСДМ): (347) 276-56-12, телефон доверия: 8-800-7000-183.
- Государственное бюджетное учреждение Республиканский ресурсный центр «Семья», телефон доверия: 8-800-2000-122.
- Муниципальное бюджетное учреждение Городской центр психологомедико-социального сопровождения «ИНДИГО» городского округа город Уфа Республики Башкортостан, телефоны доверия: 8-800-7000-183, 223-22-11.

Квалифицированную психотерапевтическую помощь окажут специалисты ГАУЗ РБ Республиканский клинический психотерапевтический центр МЗ РБ, телефоны: 241-85-50; 241-85-52; 241-85-53. По вопросам религиозного просвещения можно обращаться в ДУМ РБ, телефон: 273-70-35.

Элементы экстремистского поведения молодежи формируются на фоне деформации социальной и культурной жизни общества. В перечень основных причин роста экстремистского поведения молодежи исследователи склонны включать следующее: социальное неравенство, желание самоутвердиться в мире взрослых, недостаточную социальную зрелость, а также недостаточный профессиональный и жизненный опыт, а следовательно, и сравнительно невысокий (неопределенный, маргинальный) социальный статус.

1. Любые крайние формы любой идеологии, особенно, если она связана с разжиганием межрасовой и межэтнической вражды, могут закончиться печально с точки зрения закона. Поэтому первый тревожный знак – если ребенок не просто засиживается в Интернете, а еще и посещает те соцсети и

сайты, где пропагандируются крайние формы какого-либо протеста. Если Вы обнаружили эти признаки у своего ребенка – поговорите с ним. Постарайтесь выяснить, как он к этому пришел.

2. Помните, что даже если Ваш ребенок не попадает под возраст уголовной ответственности по «экстремистской» статье 282 Уголовного кодекса РФ, к нему, равно, как и к Вам, могут быть применены меры административного наказания. Даже, если подросток и не стал фигурантом уголовного дела, но из дома были изъяты материалы экстремистского характера – Ваш ребенок наверняка попадет на учет в подразделения по делам несовершеннолетних, его могут исключить из школы или из колледжа или не взять в дальнейшем на обучение в понравившийся вуз. Причем «подпорченная» биография может сопровождать человека всю его жизнь.

3. Сотрудники полиции и СКР в случае расследования уголовного дела по ст. 282 УК РФ имеют полное право провести обыск в квартире и изъять компьютерную технику для экспертизы. Не нужно доводить до этого. Помните, что добровольный отказ от совершения преступления является основанием для освобождения от уголовной ответственности. Постарайтесь объяснить это своему ребенку.

4. Покажите на примерах – в сети Интернет полно примеров и реальных приговоров по ст. 282 УК РФ. Сделайте подборку таких материалов для своего ребенка – приговор в аналогичной ситуации может явиться сдерживающим фактором для того, чтобы подросток «снизил градус» своих «экстремальных» выступлений в сети Интернет.

5. Если Вам известны друзья (реальные или виртуальные) Вашего ребенка, которые пытаются его вовлечь в «игры» с экстремизмом, попытайтесь им объяснить, что за групповое преступление ответственность предусмотрена более жесткая.

6. И помните, незнание закона не освобождает от ответственности.

*Содействие в построении индивидуальной образовательной траектории и предварительного профессионального самоопределения.*

Индивидуализация образования посредством построения индивидуальной образовательной траектории на основе всестороннего учета мотивов, потребностей, склонностей учащихся с учетом предварительного профессионального самоопределения является важнейшей задачей современного образования. Однако далеко не все подростки и юноши готовы сделать ответственный выбор. Неразрешенность задачи профессионального и личностного самоопределения приводит к «уходу» молодого человека из сферы основной культуры в сферу субкультуры как среды возможной самореализации, что создает риск для успешности процесса социализации. В старшем подростковом возрасте это находит выражение в явлениях школьной

дезадаптации, снижении успеваемости, демонстративном поведении, негативизме, поиске компенсаторных форм самореализации в асоциальных и анитисоциальных видах деятельности.

При планировании профессиональной карьеры необходимо выделить следующие моменты: главная цель (кем хочу стать, чего хочу достичь, каким хочу быть); цепочка ближних и дальних конкретных целей (занятия в кружках, секциях, знакомство с будущей профессией, возможным местом учебы или работы); пути и средства достижения целей (знания и умения, финансовые и организационные ресурсы); внешние условия достижения целей (выбор места учебы или работы, возможные препятствия и пути их преодоления); внутренние условия достижения целей (способности, сила воли, здоровье); альтернативные (запасные) варианты и пути их достижения.

Существующие программы профессиональной ориентации старшеклассников в форме тренингов, профориентационных игр, которые являются высокоэффективной формой помощи в выборе профессии и профессиональной образовательной траектории (Пряжников Н.С., 2015).

### *Преодоление негативных последствий психотравмирующих событий и формирование устойчивости к стрессу и фрустрации.*

В случае посттравматических стрессовых расстройств и эмоциональных нарушений психологическая помощь оказывается в рамках коррекционных и реабилитационных программ, реализуемых специалистами психологами, врачами, психотерапевтами.

Целями комплексной психолого-медико-социально-педагогической реабилитационной программы работы с детьми и подростками из семей экстремистской направленности и тоталитарных сект деструктивного характера являются:

- преодоление последствий психотравмирующих событий и посттравматических стрессовых нарушений;
- развитие социальных компетенций и жизненных навыков (общения, сотрудничества и взаимодействия, умений конструктивно разрешать конфликты);
- развитие рефлексии и позитивной самооценки, соответствующей возрасту (осознание и понимание своих чувств и переживаний, развитие позитивной самооценки, самоуважения и чувства гордости за успех и достижения).

Реабилитационные мероприятия показаны при симптомах преддевиантного и девиантного поведения, признаков посттравматического стрессового расстройства (ИТСР).

Признаки преддевиантного синдрома включают:

- аффективный тип поведения,

- особенности мотивационно-потребностной сферы - ориентация на удовольствия, развлечения;
- школьная дезадаптация - отрицательное отношение к учебе, трудности в школе, нарушения режима, невыполнение требований и норм школьной жизни;
- агрессивность, низкая толерантность, склонность к насилию;
- дисгармоничность детско-родительских отношений и семейные конфликты.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ АДРЕСНОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ПОДВЕРЖЕННЫМ ВЛИЯНИЮ ИДЕОЛОГИИ ЭКСТРЕМИЗМА И ТЕРРОРИЗМА**

Антиэкстремистские и антитеррористические профилактические мероприятия в образовательной организации делятся на два типа:

- первичная профилактика — работа по предотвращению пополнения экстремистских и террористических формирований, а также иммунизации подростков в отношении экстремизма, терроризма;

- вторичная профилактика — профилактическая работа с участниками экстремистских, террористических формирований, а также с учащимися, попадающими в группу риска или находящимися на идейном распутье.

В целях первичной профилактики экстремизма и терроризма необходимо проводить следующие мероприятия:

1. Информирование обучающихся о терроризме и экстремизме, об опасности экстремистских организаций в контексте исторических событий, их объективный анализ, без «подмены понятий».

2. Проведение педагогических советов с приглашением сотрудников правоохранительных органов, классных часов и родительских собраний, на которых разъясняются меры ответственности родителей и детей за правонарушения экстремистской направленности.

3. Наблюдение за внешним видом обучающихся, за тем, как они проводят свободное время, пользуются сетью Интернет и мобильным телефоном.

4. Пропаганда среди обучающихся здорового образа жизни в контексте общесоциальной нормы, а не нормы, присущей определенной социальной группе, проведение мероприятий по патриотическому и нравственному воспитанию подростков, проведение спортивных и культурно-массовых досуговых мероприятий.

5. Укрепление толерантного сознания и поведения среди подростков, повышение их социальной компетентности, прежде всего, способности к слушанию, сочувствию, состраданию.

6. Снижение у детей предубеждений и уход от стереотипов в сфере межличностного общения. Этому способствуют совместная деятельность подростков, творческая атмосфера в группе, дискуссии, ролевые игры, решение ситуационных задач, обучение методам конструктивного разрешения проблем и конфликтов в повседневном общении, ведению переговоров.

7. Разоблачение религиозных заблуждений, распространяемых радикальными проповедниками, а также одновременная демонстрация верного духовного пути на основе раскрытия истинных понятий и

гуманистических принципов религии.

8. Создание условий для снижения агрессии, напряженности.

9. Вовлечение подростков, наиболее подверженных негативному влиянию («группа риска»), в организацию и проведение внеаудиторных воспитательных мероприятий.

10. Создание альтернативных форм реализации экстремального потенциала молодежи, например, школьный спорт, разнообразные хобби и клубы.

Вторичная профилактика — организация адресной работы с обучающимися, попавшими под воздействие идеологии терроризма и религиозного экстремизма, — возможна путем оказания грамотной психологической помощи, полного включения их в позитивную среду развития. Сложность адресной профилактики обуславливается закрытостью групп и лиц, являющихся объектом профилактического воздействия. Поэтому в первую очередь надо научиться «входить» в такую группу с позиции «собрата» и разговаривать с подростками на «одном языке». Возникает необходимость в овладении теологическими аспектами, понимании субкультуры изучаемой группы, а именно, ее ценностной системы, групповой терминологии, и в обретении определенных ролевых навыков.

Генезис формирования и динамики поведения «вовлеченной» личности напрямую зависит от таких факторов, как образование, мироощущение, возможности самореализации в современной жизни, обществе, которое окружает данную личность. Механизм террора заложен в человеке очень глубоко, замаскирован пластами словесных обоснований. Чаще всего террористическим действиям дают толчок чувство безвыходности из той ситуации, в которой оказалось некое меньшинство, психологический дискомфорт, побуждающий оценивать свое положение как драматическое. Так, вербовке в культы подвержены личности, которые находятся в сильном эмоциональном дисбалансе, как правило, это стресс, вызванный тяжелыми переживаниями после трагического события, развода родителей, гибели близкого человека и т.п. При всем различии террористических и культовых группировок всех их объединяет слепая преданность задачам и идеалам организации, часто обусловленная сильной потребностью ее членов во включенности, принадлежности группе и усилении чувства самоидентичности. Соответственно, основная работа с такими подростками и молодежью должна вестись в направлении формирования личностной и гражданской самоидентификации (обретение себя).

Внутреннее состояние личности и внешний мир неотделимы и в некотором смысле воссоздают друг друга. Проблема самоопределения и «обретения себя» не может существовать независимо от человека, которого она волнует и который может что-то сделать для её решения. Для решения

проблемы самоопределения обучающегося необходимо создать условия для проявления его способности к обучению, к расширению кругозора и осведомлённости, к обретению нового жизненного опыта, что, в конечном счете, оказывает влияние на личностные качества.

Итак, адресное профилактическое воздействие оказывается комплексно в следующем порядке:

1. Просветительская работа, касающаяся религиозных культур. Беседы с учащимся о том, с кем он общается, как проводит время и что его волнует. Обсуждение политической, социальной и экономической обстановки в мире, межэтнических и межрелигиозных отношений. Подростку трудно разобраться в хитросплетениях мирового социума, и экстремистские группы часто пользуются этим, трактуя определенные события в пользу своей идеологии.

2. Психологическая коррекция. Важны убеждение и внушение, в том числе с религиозным обоснованием, того, что необходимо продолжать активную жизнедеятельность: обучение, труд, общение с родственниками и т.д. Нельзя осуждать категорически увлечения подростка, идеологию группы — такая манера обязательно натолкнется на протест. Необходимо попытаться выяснить причину экстремистского настроения, обсудить, зачем это нужно подростку.

Основой «контрпропаганды» должен стать тезис о том, что человек сможет гораздо больше сделать для переустройства мира, если будет учиться дальше и как можно лучше, став, таким образом, профессионалом и авторитетом в обществе, за которым пойдут и к которому прислушаются. Приводите больше примеров из истории и личной жизни о событиях, когда люди разных национальностей и раз вместе добивались определенных целей. Обязательным условием такого общения должны стать мягкость и ненавязчивость.

3. Идеино-патриотическое воспитание на основе истории и идеино-политическое просвещение. Контроль информации, которую получают учащиеся. Обращайте внимание, какие передачи смотрят, какие книги читают, на каких сайтах бывают. СМИ — это мощное оружие экстремистов в пропаганде.

4. Социальная реабилитация к жизни в реальных условиях. Контроль досуга учащегося. Спортивные секции, кружки по интересам, общественные организации, военно-патриотические клубы дадут возможность для реализации самовыражения подростка, значительно расширят круг общения. Ограничьте общение подростка со знакомыми, оказывающими на него негативное влияние, попытайтесь изолировать его от лидера группы.

При обнаружении фактов проявления экстремизма следует:

1. Незамедлительно проинформировать руководителя образовательного учреждения и совместно с ним сообщить об этом по



телефонам:

- Дежурная часть МВД по РБ: 8(347) 272-08-05, 8(347) 279-39-02;
- Телефон доверия МВД по РБ: 8(347) **279-32-92**.

По возможности зафиксировать, не подвергая себя опасности, на технические средства (фото, видео) с последующей передачей в правоохранительные органы.

2. При обнаружении подозрительных предметов в образовательной организации, особенно во время проведения общественно-политических, культурно-спортивных мероприятий, незамедлительно сообщить в правоохранительные органы, не предпринимая никаких действий по изъятию, перемещению, транспортированию подозрительного предмета до прибытия компетентных органов.

3. В случае возникновения массовых беспорядков либо иных групповых правонарушений, в том числе во время проведения массовых школьных мероприятий, не поддаваться на провокации со стороны радикально настроенных лиц, стараться держаться в стороне во избежание агрессии.

## МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ, ПОДВЕРЖЕННЫХ ВЛИЯНИЮ ИДЕОЛОГИИ ЭКСТРЕМИЗМА И ТЕРРОРИЗМА

### Примерный план работы образовательной организации по профилактике идеологии экстремизма и терроризма в образовательной среде

( из методического пособия Н.В. Увариной и др. «Ресоциализация подростков,  
подвергшихся деструктивному психологическому воздействию  
сторонников экстремистской и террористической идеологии)

| №   | Мероприятия  | Сроки<br>выполнения | Ответственный   |
|-----|--|---------------------|---|
| 1.  | <b>Организационно-управленческое и методическое обеспечение деятельности</b>   |                     |   |
| 1.1 | Разработка плана мероприятий с определением цели, задач и ответственных исполнителей   | начало уч. года     | директора по ВР   |
| 1.2 | Участие в районных, окружных, городских семинарах по вопросам профилактики правонарушений подростков, экстремизма, формирования толерантного сознания детей и молодежи | в течение года      | директора по безопасности                                     |
| 1.3 | Формирование методического материала по мероприятиям профилактики и предупреждения экстремистских проявлений среди воспитанников школы                                 | постоянно           | Библиотекарь,<br>социальный педагог,<br>классные руководители |
| 1.4 | Изучение администрацией, педагогами школы нормативных документов по противодействию экстремизму среди учащихся   | постоянно           | Заместитель директора по ВР, социальный педагог               |
| 1.5 | Подготовка и обновление материалов информационного стенда по профилактике экстремистских проявлений среди учащихся   | в течение года      | социальный педагог  |
| 1.6 | Организация и проведение мероприятий, направленных на предупреждение проявлений экстремизма и асоциального поведения среди учащихся                                    | в течение года      | директора по ВР   |

|      |   |                         |   |
|------|---|-------------------------|---|
| 1.7  | Организация проверки библиотечного фонда на наличие материалов экстремистского характера, использования в образовательном процессе Интернет - ресурсов, несовместимых с воспитательными и образовательными задачами | в течение года          | Библиотекарь,<br>учитель информатики и ИКТ                      |
| 1.8  | Организация дежурств педагогов в общественных местах в вечернее время   | в течение года          | Заместитель директора по ВР, классные руководители              |
| 1.9  | Контроль за организацией досуга подростков во внеурочное время  | в течение года          | Социальный педагог,<br>классные руководители                    |
| 1.10 | Организация и проведение каникул  | по графику              | Заместитель директора по ВР                                     |
| 1.11 | Семинары для классных руководителей по предупреждению распространения в подростковой среде национальной, расовой и религиозной вражды   | по графику              | Заместитель директора по ВР,<br>социальный педагог,<br>психолог |
| 1.12 | Диагностическая работа по выявлению учащихся, склонных к участию в неформальных молодежных группировках, проведение индивидуальной работы по профилактике экстремизма   | в течение года          | Социальный педагог,<br>классные руководители,<br>психолог       |
| 2.   | <b>Профилактическая работа с педагогами, родителями, обучающимися</b>   |                         |   |
| 2.1  | Обучение педагогического коллектива по вопросам профилактики терроризма и экстремизма   | 1 раз в год             | Администрация   |
| 2.2  | Тематические классные часы и беседы   | ежемесячно              | Классные руководители   |
| 2.3  | Знакомство учащихся с информацией по вопросам этнокультурного образования через СМИ   | в течение всего периода | Администрация школы,<br>классные руководители                   |
| 2.4  | Разъяснительные беседы о межнациональных и меконфессиональных отношениях  | в течение года          | Заместитель директора по безопасности,<br>социальный педагог    |

|      |  |                |   |
|------|--|----------------|---|
| 2.5  | Взаимодействие с правоохранительными органами по вопросам профилактики терроризма и экстремизма  | постоянно      | Заместитель директора по безопасности, социальный педагог |
| 2.6  | Проведение повторных инструктажей по обеспечению безопасности жизнедеятельности учащихся на случай проявлений терроризма и экстремизма         | согласно плану | Заместитель директора по безопасности                     |
| 2.7  | Систематическая работа спортивных секций   | в течение года | Учителя физической культуры                               |
| 2.8  | Работа объединений дополнительного образования   | в течение года | Педагоги дополнительного образования                      |
| 2.9  | Вовлечение учащихся, состоящих на различных видах контроля:<br>- в спортивные мероприятия и соревнования конкурсы, фестивали, праздники        | в течение года | Социальный педагог, классные руководители                 |
| 2.10 | Тематические выставки работ учащихся, направленные на развитие межэтнической интеграции и профилактику проявлений экстремизма в школьной среде | апрель, май    | Заместитель директора по ВР, учитель ИЗО                  |
| 2.11 | Участие в мероприятиях, посвященных Дню Победы   | май            | Классные руководители                                     |
| 2.12 | Консультации для родителей и детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации   | в течение года | Социальный педагог  |
| 3.   | <b>Мероприятия, проводимые совместно с субъектами профилактики</b>   |                |   |
| 3.1  | Проведение совместных мероприятий по противодействию экстремизма совместно с работниками правоохранительных органов (по согласованию).         | в течение года | Заместитель директора по ВР, социальный педагог           |
| 3.2  | Участие в общественно- значимых мероприятиях, организуемых национальными общественными объединениями   | в течение года | Администрация школы                                       |
| 3.3  | Развитие в ОУ различных форм урочной и внеурочной деятельности, реализующих этнокультурное содержание образования                              | в течение года | Учителя, классные руководители                            |

|      |   |                |  |
|------|---|----------------|--|
| 3.4  | Участие в рейдах по местам массового пребывания подростков по неблагополучным семьям.   | в течение года | Заместитель директора по ВР, социальный педагог                  |
| 3.5  | Встреча с работниками правоохранительных органов по вопросу ответственности за участие в противоправных действиях.                              | в течение года | Социальный педагог, классные руководители                        |
| 3.6  | Конкурсы рисунков, плакатов, акций, направленные на профилактику терроризма и экстремизма, преступлений против личности, общества, государства. | в течение года | Педагог-организатор, школьный ученический                        |
| 3.7  | Месячник безопасности   | в течение года | Зам. директора по безопасности, классные руководители            |
| 3.8  | Проведение фестивалей и конкурсов по толерантности и профилактике экстремизму   | в течение года | Социальный педагог, педагог - организатор                        |
| 3.9  | Исследовательская деятельность учащихся по творчеству выдающихся деятелей разных национальностей  | в течение года | Социальный педагог, педагог – организатор, классные руководители |
| 3.10 | Организация встреч с воинами-интернационалистами, ветеранами ВОВ  | в течение года | Педагог организатор, социальный педагог                          |
| 4.   | <b>Работа социально – психологической службы по предотвращению экстремизма в образовательной среде</b>  |                |  |
| 4.1  | Анкетирование по определению психологического климата в коллективе  | 1 раз в год    | Учащиеся, родители   |
| 4.2  | Проведение бесед, лекций, семинаров, круглых столов по вопросам профилактики экстремизма.   | в течение года | Социальный педагог, педагог - психолог                           |
| 4.3  | Мониторинг адаптации и социализации детей из семей мигрантов, включённых в систему образования.   | 1 раз в год    | Педагог – психолог   |
| 4.4  | Выступление на педагогических советах по вопросам профилактики экстремизма.   | 1 раз в год    | Социальный педагог   |

|     |   |                   |  |
|-----|---|-------------------|--|
| 4.5 | Организация профилактической работы по правилам поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций в образовательных учреждениях и при проведении массовых мероприятий | в течение года    | Зам. директора по безопасности                     |
| 4.6 | Проведение профилактических бесед работниками правоохранительных органов по профилактике правонарушений, противодействию экстремизма.                                 | в течение года    | Зам. директора по безопасности, социальный педагог |
| 4.7 | Диагностика раннего выявления обчающихся, склонных к участию в экстремистских организациях  | в течение года    | Психолог, классные руководители                    |
| 4.8 | Мониторинговое обследование по выявлению несовершеннолетних, относящихся к неформальным молодёжным объединениям   | в течение года    | Психолог, классные руководители                    |
| 5.  | <b>Мероприятия по обеспечению информационной безопасности</b>   |                   |  |
| 5.1 | Семинары, родительские собрания о профилактике обеспечении безопасности учащихся в сети Интернет»   | в течение года    | Зам. директора по безопасности                     |
| 5.2 | Консультации для родителей по регламентации доступа детей к сети Интернет   | в течение года    | Зам. директора по безопасности                     |
| 5.3 | Разработка памяток для участников образовательного процесса (учителей, учащихся и родителей) по безопасной работе в сети Интернет                                     | 1 раз в полугодие | Социальный педагог, психолог                       |
| 5.4 | Информационное наполнение официального сайта школы по вопросам безопасного использования сети Интернет  | в течение года    | Социальный педагог, психолог                       |
| 5.5 | Круглый стол для старшеклассников «Профилактика Интернет - зависимости»   | 1 раз в год       | Социальный педагог                                 |
| 5.6 | Размещение информации о мероприятиях школы по противодействию насилию и жестокому обращению с детьми на школьном сайте.   | в течение года    | Зам. директора по безопасности                     |
| 5.7 | Распространение среди детей, подростков, родителей информационных листов.   | в течение года    | Социальный педагог, отряд волонтеров               |

|     |  |                |                    |
|-----|--|----------------|--------------------|
| 5.8 | Проведение акции «Информирование о телефоне доверия – шаг к безопасности ребенка!» | в течение года | Социальный педагог |
|-----|--|----------------|--------------------|

**Примерные темы для проведения учебных занятий  
по проблеме противодействия идеологии экстремизма и терроризма  
(Для обучающихся шестых – одиннадцатых классов)**

(из методического пособия Н.В. Увариной и др. «Ресоциализация подростков, подвергшихся деструктивному психологическому воздействию сторонников экстремистской и террористической идеологии)

***Тема 1. Исторические корни и эволюция терроризма.***

Предыстория терроризма. Идеиные основы европейского революционно-го террора. Первый теоретик терроризма (М. Робеспьер). Политический террор. Истоки терроризма в России. Революционный террор в России (вторая треть XIX начало XX вв.). Американский рок. Османская модель. «Белый» и «красный» террор в России.

***Тема 2. Современный терроризм: понятие, сущность, разновидности.***

Определение понятия «терроризм». Общая характеристика терроризма как идеологии насилия. Зарубежный опыт законодательного определения терроризма. Причины и факторы современного терроризма. Коррупция как один из ключевых факторов возникновения идеологии терроризма в современной России. Незаконная миграция как одна из главных причин ксенофобии и мигрантофобии. Структурные элементы терроризма. Разновидности терроризма. Природа этнорелигиозного терроризма.

***Тема 3. Международный терроризм как глобальная геополитическая проблема современности.***

Сущность и идеология современного международного терроризма. Международное сотрудничество в противодействии терроризму. Глобальная контртеррористическая стратегия ООН. Международная стратегия противодействия идеологии терроризма в условиях глобализации. Международный опыт профилактики терроризма.

***Тема 4. Виды экстремистских идеологий как концептуальных основ идеологии терроризма.***

Идеология крайнего национализма (шовинизма). Идеология расизма. Идеология неонацизма. Идеология сепаратизма. Идеология ваххабизма. Общие негативные антиобщественные качества (антигуманизм, ставка на насилие и др.).

***Тема 5. Особенности идеологического влияния террористических сообществ на личность человека.***

Специфика преступных идеологием террористов. Особенности их лозунгов, методов «защиты» веры, этнонациональных прав, интересов личности. Региональные особенности распространения идеологии терроризма. Факторы, влияющие на формирование идеологии участников террористических групп и организаций, а также их пособников и сочувствующих.

#### ***Тема 6. Идеология терроризма и «молодежный» экстремизм.***

Понятие и сущность «молодежного экстремизма». Причины «молодежного экстремизма». Факторы, оказывающие наиболее существенное влияние на формирование «молодежного экстремизма». Основные формы проявления «молодежного экстремизма». Отличие «молодежного экстремизма» от экстремизма вообще.

#### ***Тема 7. Современная нормативно-правовая база противодействия терроризму в Российской Федерации.***

Правовые основы и принципы государственной политики в сфере противодействия терроризму. Особенности государственной политики по противодействию терроризму в современной России. Юридические и организационные аспекты профилактики терроризма и борьбы с ним, минимизации и (или) ликвидации последствий проявлений терроризма. Федеральный закон «О противодействии терроризму» от 6 марта 2006 года № 35-ФЗ. Сущность основных понятий и терминов, применяемых в указанном законодательном акте.

#### ***Тема 8. Общественная безопасность как часть национальной безопасности Российской Федерации.***

Сущность понятия «национальная безопасность». Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года. Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года.

Формирование антитеррористической идеологии как фактор общественной безопасности в современной России.

Сущность понятия «общественная безопасность». Правовая основа обеспечения общественной безопасности в РФ. Концепция общественной безопасности в Российской Федерации от 20 ноября 2013 года.

Терроризм как один из основных источников угроз общественной безопасности в современной России.

#### ***Тема 9. Кибертерроризм как продукт глобализации.***

Глобальное развитие информационных технологий. Двойственность роли информационно-коммуникационных технологий. Злоупотребление высокими технологиями как фактор возникновения кибертерроризма. Сущность понятий кибертерроризма. Общая характеристика и отличительные черты от терроризма вообще. Противодействие



кибертерроризму как важная государственная задача по обеспечению информационной безопасности гражданского населения. Информационное противодействие идеологии терроризма.

***Тема 10. Интернет как сфера распространения идеологии терроризма.***

Социально важные функции Интернета: коммуникативная; интегрирующая; актуализирующая; геополитическая; социальная. Способы использования террористами Интернета. Общая характеристика террористических сообществ в Интернете.

Интернет как идеологическая площадка для пропаганды, вербовки сторонников террористов, а также потенциальных исполнителей актов террора. Компьютерные игры как способ вовлечения подростков и молодежи в террористическую деятельность при помощи Интернета.

***Тема 11. Законодательное противодействие распространению террористических материалов в Интернете.***

Международное законодательство. Международные стандарты в области предупреждения преступлений в информационно-коммуникационной сфере. Конгрессы ООН по предупреждению преступности и обращению с правонарушителями. Конвенция Совета Европы «О киберпреступности» ETS № 185 от 23 ноября 2001 г. Международный опыт противодействия терроризму в сфере информационно-коммуникационных технологий.

Российское законодательство. Закон РФ «О средствах массовой информации» от 27 декабря 1991 года. Федеральный закон «О противодействии терроризму» от 6 марта 2006 года.

***Тема 12. Проблемы экспертизы информационных материалов, содержащих признаки идеологии терроризма.***

Нормативно-правовая база и организационные аспекты назначения экспертиз информационных материалов, содержащих признаки идеологии терроризма (включая и материалы из Интернета). Сущность и особенности методики комплексных психолого-лингвистических экспертиз.

***Тема 13. Патриотизм — гражданское чувство любви и преданности Родине.***

Сущность понятия «патриотизм». Основные характеристики. Патриотизм как положительный нравственный принцип и антипод шовинизма. Участие социальных институтов (государства, школы, СМИ, семьи и др.) в формировании патриотизма. Семья и школа как основные социальные институты в сфере формирования патриотизма. Патриотизм — ключевой фактор идентичности и сопричастности учащихся к истории Родины.

***Тема 14. Межнациональная и межконфессиональная***

### ***толерантность как составная часть патриотизма.***

Сущность понятия «толерантность». Общая характеристика и виды толерантности. Межнациональная толерантность и веротерпимость. «Зеркальная» межнациональная толерантность. Факторы, влияющие на формирование толерантности у обучающихся (*учащихся*). Общекультурные ценности и права человека. Гармонизация общекультурных и национальных ценностей. Взаимоотношения в семье как фактор воспитания толерантности у подростков (*молодежи*). Методы воспитания толерантности у обучающихся (*учащихся*), формирования гуманистических ценностей. Специфика воспитания толерантности у учащихся различного возраста.

### **Примерные темы для проведения бесед с родителями по проблеме противодействия идеологии экстремизма и терроризма (Для родителей обучающихся шестых – одиннадцатых классов)**

(из методического пособия Н.В. Увариной и др. «Ресоциализация подростков, подвергшихся деструктивному психологическому воздействию сторонников экстремистской и террористической идеологии»)

#### ***Тема 1. Современный терроризм: понятие, сущность, разновидности.***

Определение понятия «терроризм». Общая характеристика терроризма как идеологии насилия. Причины и факторы современного терроризма. Коррупция как один из ключевых факторов возникновения идеологии терроризма в современной России. Незаконная миграция как одна из главных причин ксенофобии и мигрантофобии. Структурные элементы терроризма. Разновидности терроризма. Природа этнорелигиозного терроризма.

#### ***Тема 2. Виды экстремистских идеологий как концептуальных основ идеологии терроризма.***

Идеология крайнего национализма (шовинизма). Идеология расизма. Идеология неонацизма. Идеология сепаратизма. Идеология ваххабизма. Общие негативные антиобщественные качества (антигуманизм, ставка на насилие и др.).

#### ***Тема 3. Особенности идеологического влияния террористических сообществ на личность человека.***

Специфика преступных идеологий террористов. Особенности их лозунгов, методов «защиты» веры, этнонациональных прав, интересов личности. Региональные особенности распространения идеологии терроризма. Факторы, влияющие на формирование идеологии участников

террористических групп и организаций, а также их пособников и сочувствующих.

#### ***Тема 4. Современная нормативно-правовая база противодействия терроризму в Российской Федерации.***

Правовые основы и принципы государственной политики в сфере противодействия терроризму. Особенности государственной политики по противодействию терроризму в современной России. Юридические и организационные аспекты профилактики терроризма и борьбы с ним, минимизации и (или) ликвидации последствий проявлений терроризма. Федеральный закон от 6 марта 2006 года № 35-ФЗ «О противодействии терроризму».

#### ***Тема 5. Интернет как сфера распространения идеологии терроризма.***

Социально важные функции Интернета: коммуникативная; интегрирующая; актуализирующая; геополитическая; социальная. Способы использования террористами Интернета. Общая характеристика террористических сообществ в Интернете.

Интернет как идеологическая площадка для пропаганды, вербовки сторонников террористов, а также потенциальных исполнителей актов террора. Компьютерные игры как способ вовлечения подростков и молодежи в террористическую деятельность при помощи Интернета.

#### ***Тема 6. Законодательное противодействие распространению террористических материалов в Интернете.***

Закон РФ «О средствах массовой информации» от 27 декабря 1991 года. Федеральный закон «О противодействии терроризму» от 6 марта 2006 года.

#### ***Тема 7. Проблемы экспертизы информационных материалов, содержащих признаки идеологии терроризма.***

Нормативно-правовая база и организационные аспекты назначения экспертиз информационных материалов, содержащих признаки идеологии терроризма (включая и материалы из Интернета).

#### ***Тема 8. Патриотизм — гражданское чувство любви и преданности Родине.***

Патриотизм как положительный нравственный принцип и антипод шовинизма. Семья как основной социальный институт в сфере формирования патриотизма. Патриотизм — ключевой фактор идентичности и сопричастности учащихся к истории Родины.

#### ***Тема 9. Межнациональная и межконфессиональная толерантность как составная часть патриотизма.***

Сущность понятия «толерантность». Общая характеристика и виды толерантности. Межнациональная толерантность и веротерпимость. Факторы, влияющие на формирование толерантности у обучающихся (учащихся). Взаимоотношения в семье как фактор воспитания толерантности у подростков (молодежи). Методы воспитания толерантности у

обучающихся (*учащихся*), формирования гуманистических ценностей. Специфика воспитания толерантности у учащихся различного возраста.

## **МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ЛЕКЦИЙ И БЕСЕД СО СТАРШЕКЛАССНИКАМИ ПО ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА И РАЗВИТИЯ**

При организации занятий по оптимизации и содействию личностному развитию среди старшеклассников, содержание должно быть нацелено на актуализацию потребностей в самопознании и саморазвитии, формированию адекватной Я-концепции, идентичности, личностного и жизненного самоопределения, развитие рефлексии.

Занятия с обучающимися, ориентированные на содействие личностному росту и развитию, могут содержать информацию о личности. Рекомендуется обсудить вопросы: «Кого называют личностью? Что нужно для того чтобы стать личностью? Какими качествами обладает личность?»

Далее педагог может дать несколько определений личности и пояснить их. Например, личность очень сложна, существует множество определений, описывающих ее стороны. Согласно «Психологическому словарю», «Личность» -

1. Отдельный человек как индивидуальность, как субъект отношений и сознательной деятельности, в процессе которой он создает, воспроизводит и изменяет социальную реальность. 2. Относительно устойчивая система социально значимых и уникальных индивидуальных черт, характеризующих индивида, формирующаяся в процессе социализации и являющаяся продуктом индивидуального опыта и социального взаимодействия».

Есть и другие определения, например: «Личность - это внутренняя система саморегуляции человека, которая устанавливает баланс между внутренним миром (т.е. человеком как живым существом в целом, с его потребностями, мотивами, эмоциями и т.д.) и средой, внешним миром в широком смысле, включая, в первую очередь, других людей».

Можно привести и другие определения личности. Но главное - это то, что личность, как бы ее ни понимали, - прежде всего реальная, существующая, конкретная часть психической жизни. Личность формируется на основе врожденных биологических предпосылок и приобретенного в процессе жизни социального опыта (у ребенка - прежде всего общения со взрослыми), а также активной предметной деятельности. Личность относительно устойчива, но, одновременно, она изменяется в результате адаптации к постоянно меняющейся среде.

Поскольку и биологические предпосылки, и индивидуальный опыт неповторимы, каждая личность также индивидуальна и неповторима. Она имеет уникальную структуру, в которой объединяются все психологические свойства данного человека. Однако имеются и общие закономерности, позволяющие исследовать, понимать и частично изменять личность.

Далее предлагается обсудить структуру личности, в которой можно выделить три составляющие, содержание которых свидетельствует о ее зрелости:

1) Познавательная составляющая - включает представления человека о себе, других и о мире; зрелая здоровая личность отличается тем, что:

- оценивает себя как активного субъекта жизнедеятельности, совершающего свободные выборы и несущего за них ответственность;
- воспринимает других людей как уникальных и равноправных участников процесса жизнедеятельности;
- воспринимает мир как постоянно изменяющееся, а потому всегда новое и интересное пространство для реализации своих возможностей.

2) Эмоциональная составляющая зрелой здоровой личности включает:

- способность доверять своим ощущениям и рассматривать их как основу для выбора поведения, т.е. уверенность в том, что мир действительно таков, каким представляется, и сам человек способен принимать и осуществлять правильные решения;
- принятие себя и других, искренний интерес к другим людям;
- заинтересованность в восприятии мира, прежде всего - его позитивных сторон; способность переживать сильные положительные и отрицательные эмоции, соответствующие реальной ситуации.

3) Поведенческая составляющая состоит из действий по отношению к себе, другим людям и миру. У зрелой здоровой личности:

- действия направлены на самопознание, саморазвитие, самореализацию;
- по отношению к другим поведение основано на доброжелательности и уважении их личности;
- по отношению к миру поведение направлено на преумножение, а иногда и восстановление его ресурсов за счет своей творческой деятельности в процессе самореализации и бережное обращение с уже имеющимися.

В ходе дальнейшей работы предлагается провести упражнение «Кто Я?», ориентированное на актуализацию у старшеклассников потребности в самопознании.

Педагог дает инструкцию: написать в столбик цифры от 1 до 20 и 20 раз ответить на вопрос "Кто я?". При этом рекомендуется использовать характеристики, черты, чувства и интересы для описания себя, начиная каждое предложение с местоимения "Я - ...". В завершение работы предлагается каждому громко прочесть свой перечень остальной группе. После чего организуется беседа. Примерные вопросы могут быть следующие:

Какие затруднения возникали при выполнении задания?

Какие чувства, эмоции, мысли возникали в процессе выполнения этого задания?

Что Вам лично дала эта работа? Насколько Вы себя хорошо знаете?

Педагогу в ходе работы рекомендуется направлять мысли старшеклассников на актуализацию потребностей в самопознании, подвести учащихся

к мысли о важности и необходимости формирования навыков самопознания.

В ходе педагогического взаимодействия можно воспользоваться следующей информацией.

Каждый человек хотя бы раз в жизни задавал себе вопросы: «Кто я?»,

«Какой я?», «В чем смысл моего существования, моей жизни?» Разные люди по-разному отвечают на эти сложные философские вопросы: одни так и не находят на них ответы; другие пытаются дать себе развернутую характеристику, определить направления и перспективы своей жизнедеятельности; третьи, ответив на поставленные вопросы, тем не менее остаются не удовлетворенными своими ответами.

Сама постановка этих вопросов примечательна и свидетельствует о том, что у человека как существа разумного существует фундаментальная потребность в самопознании, которая отсутствует у животных. Действительно, внутренний мир каждого из нас - это неисчерпаемая вселенная, такая же бесконечная, как и космос. Можно прожить жизнь, так и не заглянув в некоторые его потаенные уголки. Поэтому на протяжении всей истории человечества интерес к самопознанию оставался неизменным, останется он таким до тех пор, пока люди будут проявлять любопытство к миру, пока будут способны познавать окружающую действительность.

Что же такое самопознание? С одной стороны, дать определение довольно просто, исходя из структуры термина «самопознание». Самопознание - это процесс познания себя, своих потенциальных и актуальных свойств, личностных, интеллектуальных особенностей, черт характера, своих отношений с другими людьми и т.п. С другой стороны, возникает много вопросов о значении, структуре, механизмах самопознания, ответы на которые нельзя почерпнуть из определения. Недаром до сих пор остается загадкой и покрыто некой тайной выражение дельфийского оракула, которое было начертано на фронте одного из храмов в Древней Греции: «*Познай самого себя*».

Человека высокой культуры и образования выражение «Познай самого себя» наводит на серьезные размышления, высвечивает все новые и новые философские вопросы.

Самопознание - это совокупность и последовательность действий, в результате чего достигается цель, т.е. знание о себе, образ Я, Я-концепция.



Рис. 1. Процесс самопознания

Итак, вначале мы обнаруживаем в себе какую-либо личностную черту или поведенческую характеристику, например, неуверенность. Момент обнаружения очень важен, без него все дальнейшее самопознание лишается смысла. Иногда именно обнаружение является наиболее сложным моментом, в

нас есть много такого, на чем мы просто не фиксируем своего внимания, не делаем предметом анализа. Нередко значимая черта или характеристика обнаруживается человеком очень поздно, когда уже использовать ее позитивный потенциал не представляется возможным.

В то же время обнаружить в себе какую-то личностную черту или поведенческую характеристику недостаточно, важно ее закрепить, зафиксировать в сознании, не потерять в ходе дальнейшей жизни. Бывают ситуации, когда мы, общаясь с определенным кругом людей, испытываем неприязнь, но не фиксируем ее до следующего случая, в результате - не можем провести соответствующий анализ и оценить в целом меру своей неприязни.

Следующий шаг - это анализ той или иной черты личности, поведенческой характеристики, умения, способности и т.п. В ходе анализа выявляется структура качества, взаимосвязь его с другими свойствами, а главное, устанавливаются причинно-следственные связи. Обнаружив и зафиксировав в себе неуверенность, необходимо задать конкретные вопросы: В чем проявляется моя неуверенность? Во всех ли ситуациях я испытываю ее? Каковы причины ее возникновения? С какими другими качествами (тип темперамента, мягкосердечность, доброта и др.) она связана? Последовательно задавая эти вопросы и отвечая на них, мы углубляем представление о своей неуверенности и границах ее распространения. Следующий этап - мы оцениваем то или иное качество, сравнивая его с некоторым идеальным образцом того или иного качества, который сами создаем для себя, либо с общепринятыми и усвоенными нами образцами. В данном случае мы можем оценить себя по-разному: как очень неуверенный человек, сравнивая себя с другими людьми или конкретным хорошо знакомым нам человеком; как умеренно неуверенная личность с неуверенностью, проявляющейся только в определенных ситуациях; как уверенный человек, а неуверенность проявляется только в критических, неожиданных ситуациях и выступает, скорее, не как неуверенность в чистом виде, а как растерянность.

И, наконец, наступает акт принятия или непринятия данного качества. В случае принятия мы включаем свою неуверенность в структуру Я- концепции, относимся спокойно к ее существованию, пытаемся найти в ней позитив, можем поставить задачу по ограничению проявления неуверенности и развития в себе уверенности в будущем. Но возможны случаи, когда мы не принимаем неуверенность, отторгаем ее (в область бессознательного), пытаемся всем доказать обратное (я - уверенный человек), а если не отторгаем, то начинаем «бороться» с ней, изживать. Такая борьба только ухудшает положение, общее самочувствие, порождает внутриличностные конфликты, которые перерастают в конфликты с другими людьми. Вообще нужно сказать, что борьба с собой - это нонсенс, нет ничего хуже, как бороться с самым дорогим, что у тебя есть, т.е. с самим собой. Поэтому искусство самопринятия - это большое искусство, которое, завершая акт самопознания, начинает новый акт - акт самосовершенствования.

Итак, самопознание как процесс - это обнаружение в себе каких-либо качеств, личностных и поведенческих характеристик, фиксация их, всесторонний анализ, оценка и принятие.

В целях оказания содействия осознанию своего Я, своей уникальности предлагается провести упражнение «Ищем секрет».

Инструкция педагога: «Попробуйте отыскать в себе скрытые возможности следующим образом. Представьте, что сумасшедший ученый создал робота, являющего собой вашу точную копию во всех деталях. Но поскольку он - орудие зла, вы не хотели бы, чтобы люди принимали его за вас.

Что есть в вас такого, что невозможно продублировать?

Как люди, хорошо вас знающие, могли бы обнаружить подмену?

Если есть кто-то, знающий ваш секрет, может ли он воспользоваться этим, чтобы идентифицировать вас?

Вы открыли все секреты, но робот ухитрился воспроизвести все в точности. Какой самый важный секрет вы раскроете в последнюю очередь, чтобы хоть самому убедиться, что вы - это вы, а не ваша копия?»

Вопросы для обсуждения: Из чего складываются наши представления о самих себе? Какую роль играет самооценка в формировании образа Я? Почему образ Я не всегда соответствует нашей истинной сущности? Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?

Для стимулирования потребности в самосовершенствовании старшеклассников можно им предложить домашнее задание: «Напишите себе письмо. Попробуйте обрисовать в нем реальное видение себя. Будьте максимально откровенны. Опишите все, что вас волнует, радует, что мешает в своем самовыражении. Пусть это будет письмо-обращение к самому себе. Можете ваше обращение записать на диктофон. Вслушайтесь в себя! Что содержит ваше послание - тревогу, надежду, радость? Нет ли в ваших сообщениях противоречий? Возьмите за правило делать это каждый раз, когда вам трудно, когда ощущаете необходимость излить свои чувства, лучше понять себя, свои побуждения».

В ходе дальнейшей работы надо обратить внимание на Я-концепцию личности, адекватность которой и определяет гармоничность и полноценность личности.

Как уже отмечалось выше, когда человек занимается самопознанием, это дает ему знания о себе, образ Я, Я-концепцию.

Я-концепция - система устойчивых представлений о самом себе. Рассмотрим структуру Я-концепции более подробно, выделим некоторые ее характерные особенности. Схематически структуру Я-концепции можно изобразить следующим образом (рис. 2).

Основу Я-концепции, ее содержание составляют знания о себе, своеобразная картина собственной личности. Например, человек говорит о себе: я умный, общительный, немного эгоцентричный, внимательный, приятной наружности и т.д. На эту «картину» тут же накладывается отношение.



Например: в целом я собой удовлетворен и принимаю себя таким, какой есть, - высокое самоуважение. Возможны варианты, например: удовлетворен своими способностями, но не удовлетворен внешностью, и т.п.

Проявленная картина того или иного качества в структуре Я- концепции или Я-концепция в целом подвергается оценке путем сравнения себя с другими людьми или каким-то идеалом (литературный герой, придуманный идеал и др.).



Рис. 2. Структура Я-концепции

В результате формируется самооценка: высокая, средняя, низкая, адекватная-неадекватная, устойчивая-неустойчивая, которая вносит свои коррективы в уровень эмоционального отношения к себе, обогащая также знания и представления о себе. Самооценка выступает мощным регулятором поведения. Наконец, у человека возникают определенные мысли о себе, о своих качествах и свойствах личности, о личности в целом, о своем отношении к себе, своих самооценках за счет функционирования особого механизма, который называется «рефлексия». В результате отыскиваются причины низких или высоких самооенок, удовлетворенности- неудовлетворенности собой, формируются намерения самосовершенствоваться или, наоборот, все оставляется как есть.

На схеме показано также, что все эти структурные компоненты Я-концепции характерны не только для Реального Я, но в равной степени и для Идеального Я, и для Зеркального Я. Разумеется, концепции Реального, Идеального и Зеркального Я могут значительно различаться, вступать в противоречие и даже в конфликт.

Понятно, что человек может выделять в себе разные аспекты Я: физическое, социальное, интеллектуальное, эмоциональное - и в отношении каждого аспекта выстраивать свое представление о нем, формировать частные

Я-концепции. Кроме того, все эти аспекты в рамках Реального, Идеального, Зеркального Я могут еще рассматриваться и во временном отношении.

Для углубления и расширения представлений о собственной «Я-концепции» рекомендуется поработать со шкалой самовосприятия.

Инструкция педагога: внимательно ознакомьтесь со схемой «Шкала самовосприятия». Определите, какие из приведенных характеристик вы могли бы отнести к себе. Отметьте те из них, которые являются, на ваш взгляд, наиболее устойчивыми.

Теперь распределите выделенные характеристики по трем столбцам, выражающим ваше отношение к собственным качествам. Много ли нашлось характеристик, которые вас удовлетворяют? Будем надеяться, что большинство. В результате вы получили набросок собственного портрета (весьма условный и фрагментарный), в котором отразились какие-то грани вашей Я-концепции.

Не являясь строго научным, данный тест заставляет задуматься о понятии «Я-концепция» и придает ему довольно конкретные очертания.

#### Шкала самовосприятия

|                          | Меня это радует | Мне это безразлично | Мне это неприятно |
|--------------------------|-----------------|---------------------|-------------------|
| Я счастливый             |                 |                     |                   |
| У меня ничего не ладится |                 |                     |                   |
| У меня все получается    |                 |                     |                   |
| Я тугодум                |                 |                     |                   |
| Я неуклюжий              |                 |                     |                   |
| Я зануда                 |                 |                     |                   |
| Я неудачник              |                 |                     |                   |
| Я добросовестный         |                 |                     |                   |
| Я обманщик               |                 |                     |                   |
| Я интроверт              |                 |                     |                   |
| Я фантазер               |                 |                     |                   |
| Я оптимист               |                 |                     |                   |
| Я человек надежный       |                 |                     |                   |
| Я раздражительный        |                 |                     |                   |
| Я хороший друг           |                 |                     |                   |
| Я подвержен настроению   |                 |                     |                   |
| Я общительный            |                 |                     |                   |
| Я религиозный            |                 |                     |                   |
| Я умный                  |                 |                     |                   |

По завершении следует проанализировать то, что делали старшеклассники, работая с этой схемой. Рассуждения можно производить следующим образом:

«Во-первых, вы описали себя, пользуясь определенным набором характеристик; во-вторых, пытались выразить, довольно элементарно, свое эмоциональное отношение к собственным качествам. Описательную составляющую Я-концепции называют *Образом Я*. Составляющую, связанную с отношением к себе или к своим отдельным качествам, называют самооценкой. Я-концепция определяет не только то, что собой представляет человек, но и то, что он о себе думает, как смотрит на свое деятельное начало и возможности развития в будущем».

При организации классных часов и занятий по содействию личностному росту и развитию старшеклассников следует осветить вопросы, связанные с идентичностью личности. Для этого можно использовать следующий материал.

Педагог может начать занятие с пояснения того, что взрослея, человек начинает осознавать свое место в мире. Формируются представления о самом себе и своей позиции в окружающей действительности. Психологи называют эти представления идентичностью (слово *identity* переводится с англ. Как «подлинность» или «тождественность»). В широком смысле, формировать свою идентичность - значит набирать и осмысливать жизненный опыт, превращая его в свое «Я». Процесс идентификации как самоотождествление с собой или различными аспектами Я (например, отождествление с именем, полом, ролью, какими-либо своими качествами) выступает механизмом самопознания.

Для иллюстрации и осмысления идентификации с социальной ролью можно провести с группой старшеклассников *упражнение «Интервью»*.

Один из участников садится в центр круга. Группа задает ему 5 вопросов. Это могут быть вопросы в рамках определенной социальной роли или любые другие. Например, вопросы как будущему студенту, как будущему специалисту, как сыну (дочери) и т.д.

Затем следующий желающий садится в центр круга. Ему также задаются 5 вопросов, но с обязательной сменой социальной роли.

Немаловажное значение для личности имеет идентификация с именем. Для осмысления этого можно предложить следующие упражнения.

#### *Упражнение «Иностранное имя»*

Перед обучающимися ставится задача: выбрать себе иностранное имя и заявить о себе присутствующим от этого имени. Участники по кругу выполняют задание. Затем каждый высказывается о своих ощущениях, почему он избрал это имя.

Для обсуждения предлагаются такие вопросы: Случаен ли выбор тех имен, которые мы себе присваиваем? Какую роль в жизни человека играет его имя? Не испытывает ли кто-нибудь из вас дискомфорт от своего имени? Принимаете ли вы его?

#### *Упражнение «Мне нравится, когда меня зовут...»*

Педагог бросает каждому члену группы мяч три раза: первый раз просит назвать свое имя, второй - как ему нравится, чтобы его называли, третий - как

не нравится.

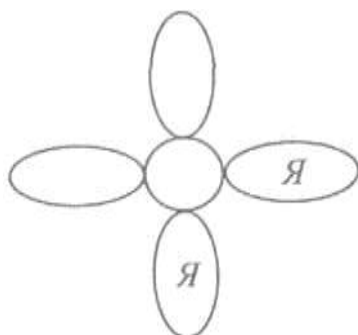
*Упражнение «Принятие своего имени»*

Обучающимся предлагается по очереди произнести свое имя с различными интонациями, а затем поделиться своими чувствами, которые возникли в процессе выполнения упражнения.

Далее при работе со старшеклассниками можно дать информацию об идентичности личности, о ее важности и значимости. Например, рассказать о том, что в молодом возрасте возникает потребность обобщить и осмыслить все то, что человек знает о себе применительно к разным социальным ролям. Формируется целостное представление о себе, своем месте в обществе и мире в целом. Процесс обретения «себя в себе» очень сложен.

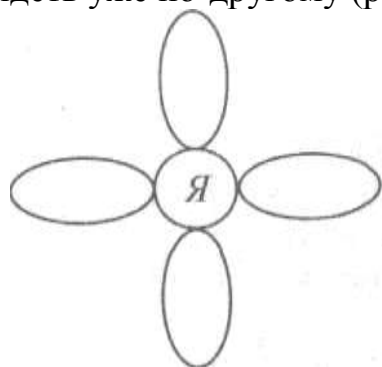
Человек идентифицируется со своим Я в целом или различными его частями, качествами личности, поведенческими характеристиками.

Идентификация с собой выступает в качестве одного из самых мощных механизмов самопознания. Только через самоидентификацию можно обнаружить что-то значимое в себе, выделить это и сделать предметом всестороннего анализа. Если бы человек мог отождествиться со своей личностью в целом и одновременно с каждым аспектом, частью Я, его самопознание было бы полным и всесторонним, но, к сожалению, это происходит далеко не всегда. Чаще всего личность идентифицируется только с частью своего Я, вернее, Я идентифицируется с какой-либо своей частью: чертой личности, свойством характера или ролью. Почему и как это происходит? В структуре личности можно выделить многочисленные субличности (свойства, черты характера), которые обладают определенной самостоятельностью, могут находиться в гармонии, содружестве или в состоянии конфликта, противоборства. Например, субличностями можно назвать в нас «Добряка», «Труса», «Умника», «Жадину», «Счастливого» и т.п. «Добряк» стремится делать добрые дела, «Умник» рассуждает и дает советы, «Трус» избегает неприятных травмирующих ситуаций, «Счастливчик» постоянно надеется, что ему повезет, «Жадина» не желает расставаться со своим добром. Вопросы: с кем из субличностей отождествляет себя Я? Какая субличность отвергается? Если следовать этой логике, то человек может с удивлением обнаружить, что он отождествляет себя с «Добряком», «Умником» и «Счастливым» и отвергает в себе все остальное, борется с «Трусом» и не признает «Жадину». Такая структура личности будет выглядеть следующим образом (рис. 3).



*Рис. 3. Неадекватная структура личности.*

С точки зрения самопознания такое отождествление значительно ограничивает собственную личность, делает ее негармоничной, а познание себя - односторонним и ущербным. Каков же выход из этой ситуации? Отождествиться со своими субличностями, взять на себя функцию руководства и управления всеми частями своего Я, отождествиться затем с собой и всеми своими субличностями, не отдавая предпочтение кому-либо, т.е. быть и руководителем, и мужем, и отцом, и «Добряком», и «Счастливым», и «Жадиной», и «Трусом», т.е. всем - и никем в отдельности. Новая структура личности будет выглядеть уже по-другому (рис. 4).



*Рис. 4. Адекватная структура личности.*

Такого рода идентификации и рожают то, что назвали личностной идентичностью. Чувство идентичности порождает высокое самоуважение, наполняет жизнь смыслом, дает возможность самореализоваться.

Человек, нашедший свое «Я» и сформировавший идентичность, ощущает внутреннюю целостность и благополучие, а также обретает такие черты, как:

- уверенность в себе, вера в свои силы и возможности достигнуть поставленных целей, ожидание успехов;
- сформированной системы принципов поведения, жизненных целей и ценностей;
- желание и готовность осваивать различные виды деятельности, интерес к учебе и к работе;
- сформированное «чувство времени» - умение планировать его, видеть взаимосвязи между прошлым, настоящим и будущим, понимание того, что жизнь конечна и что время - это основной ресурс, имеющийся в распоряжении

человека;

- гибкость поведения, желание и возможность находиться в разнообразных ситуациях общения;

- желание и готовность придерживаться мужских/женских моделей поведения, гармоничность взаимоотношений с противоположным полом;

- сформированность авторитетов; возможность как следовать за лидером, так и самому выступать в роли лидера, становиться авторитетом для других. Но в любом случае это будет результатом сознательного выбора, а не слепым фанатизмом.

Когда идентичность сформирована, человек приобретает внутреннее «ядро»

- твердые убеждения, принципы, взгляды, жизненные цели. Он знает, кто он и чего хочет добиться в жизни, и поэтому его поведение целенаправленно и настойчиво. Но вместе с тем он способен проявлять и гибкость, менять свое поведение с учетом требований ситуации, в которой оказался.

Что же происходит, если человек внешне повзрослел, но его идентичность так и не сформировалась? Тогда в поведении проявляется так называемая «ролевая неопределенность»: не имея ответа на вопрос «кто есть Я?», человек теряется, переживает тревогу, не может определиться, как в той или иной ситуации нужно себя вести. Это может проявляться по-разному.

Возможно, человек окажется, что называется, «без царя в голове» - поведет себя под влиянием сиюминутных импульсов совершенно нецеленаправленно. Он не сможет принимать самостоятельные решения; его поведение и, возможно, вся судьба будут определяться цепью случайностей.

Но, возможно, человек поставит знак равенства между своим «Я» в целом и какой-то единственной социальной ролью. Как уже говорили - одна субличность преобладает. Например, станет рассматривать себя исключительно как представителя какой-то профессии или, скажем, как болельщика определенного футбольного клуба. И в любых ситуациях будет вести себя именно так, как предписывает эта социальная роль, не учитывая, адекватно ли такое поведение. Иногда это проявляется и как склонность к разного рода «чужацествам», например, крайне нелепым предпочтениям в одежде или странным увлечениям.

Есть еще такой вариант ролевой неопределенности: человек оказывается пассивным и беспомощным, рассуждая: «Все равно я не знаю, что мне в жизни делать, поэтому не буду делать ничего». В результате он становится «никаким», из числа тех, про кого говорят, что ничего плохого за ними не замечается, но и хорошего тоже.

Если обретение идентичности происходит неблагоприятно, то это обычно проявляется в таких особенностях поведения:

- избегание тесных межличностных отношений, «уход в себя», замыкание на собственных проблемах и переживаниях;

- «размывание» чувства времени, неспособность строить жизненные планы, страх перед будущим и, как следствие, нежелание размышлять о нем;
- неумение мобилизовать свои силы для достижения успеха, сконцентрировать их на каком-либо важном деле;
- выбор отрицательных образцов для подражания, демонстративное противопоставление себя обществу;
- отказ от личной ответственности за происходящие в собственной жизни события.

Иногда развитие происходит таким образом, что у человека идентичность формируется как будто «со знаком минус». Он начинает воспринимать себя в негативном свете и отторгать любые попытки повлиять на себя. При этом начинают демонстративно отрицаться все те формы поведения, освоения которых ожидают от молодого человека взрослые, утверждается противопоставление себя обществу. Своим поведением он буквально кричит: «Я - отброс общества, его изнанка!» Формируется негативизм: склонность вести себя противоположно тому, что является принятым, одобряемым, желательным с точки зрения окружающих, активное отрицание любого внешнего влияния. При ярком проявлении отрицательной идентичности молодой человек демонстрирует открытое презрение ко всем ценностям окружающих, ведет себя откровенно вызывающе, а на любую попытку положительно повлиять на него реагирует с точностью до наоборот.

При неблагоприятном развитии молодой человек может начать враждебно относиться к тем людям, которые обладают тем, чего хотелось бы достигнуть ему, но не удается. Это может проявляться по-разному: от банальной зависти к сверстникам до так называемого «кризиса авторитетов». В такой ситуации те, чьим мнением молодой человек раньше столь дорожил и на кого стремился быть похожим, вдруг начинают вызывать неприязнь, а то и агрессию. Это происходит, когда человек понимает, что не может достигнуть успехов их уровня. Например, молодой человек, занимающийся спортом, может начать враждебно относиться к чемпиону, перед которым раньше преклонялся и на которого хотел походить, как только окончательно поймет, что такие высоты в спорте для него недостижимы.

В профилактике молодежного экстремизма деятельность педагогов должна быть направлена на снижение у старшеклассников чувства незащищенности, неостребованности; развитие навыков самореализации, уверенности в себе, поиска смысла жизни. Важным является актуализация основных возрастных новообразований (потребность в самоопределении, готовность к личностному и профессиональному самоопределению, жизненные планы, устойчивое самосознание, идентичность, мировоззрение), формирование которых выступает необходимым условием развития полноценной личности.

В целях развития смысложизненных ориентаций, жизненного и профессионального самоопределения старшеклассников можно провести

работу с заданием «Альтернативный выбор».

Инструкция педагога: «Разные люди видят жизнь по-разному, но каждый из нас должен найти смысл в своей собственной жизни. Итак, что думают люди о смысле жизни? Выберите из предложенных вариантов три высказывания, с которыми вы прежде всего согласны, и поставьте около них цифры 1, 2, 3 - по степени их значимости для вас - и знак «плюс». Поставьте такие же цифры со знаком «минус» около тех высказываний, с которыми вы не согласны».

Жизнь - путь к победе. «Пришел, увидел, победил». (Ю. Цезарь)

Жизнь - миссия. «Поиск смысла - это поиск цели, задачи, общего дела». (Н.Ф. Федоров)

Жизнь - игра. «Весь мир театр, а люди в нем - актеры». (В. Шекспир)

Жизнь - поиск Бога. «Ты создал нас, и нашим сердцам неведом покой, пока не придут они в обитель Твою». (Августин)

Жизнь - служение другим. «Если в жизни есть смысл и цель, то смысл этот и цель вовсе не в нашем счастье, а в чем-то более разумном и великом. Делайте добро!» (А.П. Чехов)

Жизнь - любовь. «Никого не любить - значит не жить». (Франсуа Фенелон)

Жизнь - счастье. «Жизнь - это дар, жизнь - это счастье, каждая минута которого могла бы быть веком счастья». (Ф. Достоевский)

Жизнь - творчество. «Творчество - это природный смысл жизни». (Н. Рерих)

Жизнь - лабиринт. «Жизнь - это неровное, неправильное и многообразное движение». (М. Монтень)

Жизнь - вечное обновление. «Жизнь человеческая должна всегда походить на эту реку, текущую передо мной: постоянно одно и то же русло и в нем каждый момент свежая вода». (Г. Торо)

Жизнь - постоянные перемены. «Познал восторг - познай страданье. Раз я меняюсь - я живу... Застыть пристойно изваянью, а не живому существу». (И. Северянин)

Жизнь - труд. «Труд есть единственно доступное человеку на земле и единственно достойное его счастье». (К. Ушинский)

Жизнь - борьба. «Борьба есть условие жизни: жизнь умирает, когда оканчивается борьба». (В. Белинский)

Жизнь - следование чувству долга. «Самое высшее удовольствие в жизни - сознание выполненного долга». (У. Гэзлитт)

Жизнь - страдание. «Родился, жил в слезах, в слезах и умираю». (А.П. Сумароков)

Жизнь - путь к смерти. «Первый шаг младенца есть шаг к его смерти». (К. Прутков)

После индивидуальной работы каждый участник озвучивает свой список и комментирует сделанный выбор, отвечает на заданные вопросы.

В последующем проводится дискуссия. Примерные вопросы:



Почему вопрос смысла жизни вновь и вновь возникает перед человечеством?

Это проблема, которая волнует только философов или она одинаково важна для каждого человека?

Всякий ли человек обретает смысл своего существования? Что побуждает человека к поиску смысла?

Что может стать смыслом жизни современного человека, вашим смыслом? Почему так важно для человека жизненное самоопределение?

В завершение занятия можно дать домашнее задание.

*Задание 1.*

Составьте самописание (самоисповедь) на одну из тем:

«Я в поисках смысла»,

«Какие идеи лежат в основе моих жизненных установок»,

«Мое жизненное кредо»,

«Философия моей жизни».

*Задание 2.*

Герой романа М.Лермонтова Печорин страдал от ощущения бессмысленности своей жизни: «Пробегаю в памяти все мое прошедшее и спрашиваю себя невольно: зачем я жил? Для какой цели я родился? А верно, она существовала, и, верно, было мне назначение высокое, потому что я чувствую в своей душе силы необъятные... Но я не угадал этого назначения...»

Ответьте на следующие вопросы: в чем вы видите ваше предназначение, вашу жизненную задачу? Связаны ли они с вашей будущей профессиональной деятельностью? Насколько готовы вы к ее выполнению?

При рассмотрении вопросов, связанных с саморазвитием, педагог может воспользоваться следующей информацией, которая может быть использована в адаптированном виде для лекций старшеклассникам.

## УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ГРАЖДАНСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ И ТОЛЕРАНТНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

(подготовлено по материалам К. Фопель «Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие /Пер. с нем. ; В 4-х томах. Т. 2, 4. -М.: Генезис, 2001)

### Упражнение «Друзья, не похожие на меня»

Очень важно, чтобы дети учились ценить различия между людьми и принимать других такими, какие они есть. Тот, кто исходит из того, что другие думают и чувствуют точно так же, как он сам, постоянно разочаровывается. Такая внутренняя установка приводит к постоянному стрессу. Поэтому терпимость - важное качество любого человека. Она позволяет легко и без напряжения жить и работать вместе с другими людьми.

Это упражнение дает возможность потренироваться в описании различий между людьми, а также научиться уважать других, не оценивая их.

**Инструкция:** Сядьте, образуя большой круг. Мне хочется, чтобы каждый из вас описал сейчас своего друга (подругу), который не похож на него самого.

Вспомни своего друга, который в каких-то важных вещах существенно от тебя отличается. Возможно, у него другая национальность или религия, возможно, он старше или моложе тебя. Быть может, твой друг любит читать книги, а ты предпочитаешь смотреть телевизор. Возможно, он собирает марки, а ты собираешь значки. Может, у твоего друга есть какая-то иная особенность. Пожалуйста, не называй нам его имени, а расскажи, чем он от тебя отличается, и почему он тебе дорог. Подумайте об этом несколько минут, а затем вы сможете рассказать о своих друзьях друг другу. *(Расскажите, пожалуйста, и Вы о своем друге или подруге.)*

### Анализ упражнения

- Есть ли что-нибудь хорошее в том, что ваш друг или подруга от вас отличается? Почему?

- Что может произойти, если вы будете настаивать на том, чтобы все ваши друзья были такими же, как вы?

### Упражнение «Двадцать вопросов»

В этом упражнении дети должны отгадывать, кого из них загадал ведущий. В результате внимание всего класса привлекается к одному из детей, что позволяет тому особенно остро ощущать себя членом группы. В то же время это побуждает весь класс думать о каждом отдельном ученике как о самостоятельном человеке, обладающем своими особенностями.

**Инструкция:** Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Я хочу предложить вам сыграть в игру под названием «Двадцать вопросов». Она называется так потому, что вы мне можете задать именно двадцать вопросов, чтобы угадать, кого из вас я загадала. Если хотите, вы можете спрашивать о

внешнем виде этого человека, например, о цвете его глаз, а можете спрашивать о его особых качествах и умениях, о чертах его характера. Когда у кого-нибудь из вас возникнет идея, он может молча поднять руку, пока никого не называя. Лишь только тогда, когда я отвечу на все двадцать вопросов, вы можете высказать свои предположения о том, кого же я загадала.

**Анализ упражнения:**

- Ты быстро угадал, о ком идет речь?
- Есть ли среди твоих одноклассников дети, похожие друг на друга?
- Можешь ли ты назвать двух детей, которые во всем отличаются друг от друга?
- Есть ли в классе кто-нибудь, кто похож на тебя?

**Упражнение «Семейная история»**

В семье, как правило, не обходится без проблем и сложностей, но при этом каждый ребенок хотел бы гордиться своей семьей. Поддержите это желание детей и предоставьте им возможность рассказать о своей семье что-нибудь хорошее.

Для подготовки к этой игре дайте детям задание - принести на следующее занятие такой предмет, который уже давно хранится в их семье и является ее гордостью. Чем этот предмет старше, тем лучше. Это может быть фотография дедушки или бабушки, книга, передаваемая из поколения в поколение, старинный документ или награда.

Попросите детей обсудить с родителями, что именно стоит принести в класс, чтобы показать, чем гордятся их семьи. Если этот предмет слишком большой или слишком ценный, то дети могут просто сфотографировать его и принести на занятие это фото. Важно, чтобы дети обсудили с родителями, почему этот предмет достоин уважения, какую память несет он в себе, сколько лет ему, что с ним происходило. Ребята должны принести семейную реликвию в непрозрачном пакете или сумке и до начала урока никому не сообщать, что это такое.

**Инструкция:** Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Сегодня мы поговорим о наших семьях. Семья состоит не только из нас и наших родителей, но и из наших бабушек и прадедов. Именно им мы должны быть благодарны за свое существование на этой земле, именно они дали нам многое из того, что наполняет нашу жизнь смыслом и дает нам надежный багаж жизненного опыта и знаний. Поставьте свои пакеты перед собой на пол. По очереди каждый из вас должен продемонстрировать принесенный с собой предмет и рассказать о нем. Кто хотел бы начать?

Можно помогать ученикам, задавая им наводящие вопросы. При этом важно сделать так, чтобы для всех остальных учащихся рассказ был понятным и интересным. Проследите, чтобы в первую очередь обсуждались сильные стороны семьи рассказчика.

Анализ упражнения:

- Узнали ли вы при подготовке к этому упражнению что-нибудь новое о своей семье?
- Кем из своих предков вы больше всего гордитесь? О ком вы хотели бы больше узнать?
- Какую семью вы хотели бы иметь, когда вырастите?
- О ком из детей вы узнали что-то новое?
- В какой части мира жили ваши предки?
- Чем вы гордитесь в своей семье?

### **Упражнение «Сходства и различия»**

Это упражнение помогает детям увидеть, что, с одной стороны, каждый из них по-своему уникален, а, с другой стороны, у каждого можно найти такие черты и особенности, которые есть и у других.

**Материалы:** Бумага, карандаш на каждого участника.

Инструкция: Кто из вас иногда радуется, когда обнаруживает, что в чем-то он похож на других детей? А кто из вас бывает доволен тем, что в чем-то отличается от остальных?

В каждом из нас есть и то, и другое. Разбейтесь на пары, и пусть каждая пара сядет за свой стол. Найдите восемь характеристик, которые есть в вашей паре у обоих, а затем - восемь характеристик, которыми вы отличаетесь. Каждый из вас может согнуть пополам лист бумаги. Напишите на левой половине листа сверху «сходства», а справа - «различия». А теперь запишите то, чем вы похожи друг на друга, и то, чем вы друг от друга отличаетесь. Теперь нарисуйте две картинки. На одной должно быть изображено что-то такое, чем вы похожи. А другая должна изображать одно, но важное различие между вами.

По завершении попросите детей представить свои рисунки классу.

#### **Анализ упражнения:**

- Что для вас было сложнее: найти сходства или найти различия?
  - Что из того, что объединяет вас с партнером, нравится вам больше всего?
  - Что вам больше всего нравится из того, чем вы отличаетесь от других?
- Какие выводы можно сделать?

## УПРАЖНЕНИЯ НА САМОРАСКРЫТИЕ

### Упражнение 1. «Конверт откровений».

Педагог предлагает каждому старшекласснику вынуть из конверта вопрос, написанный на полоске бумаги, и ответить на него. Начинает он сам. На определенном этапе можно предложить отвечать на каждый вопрос всем по кругу (обычно такое желание может возникать у самих участников). Вопросы составлены так, что позволяют откровенно высказаться о том, что волнует, интересует членов группы, узнать, каковы их ценности, убеждения и т.д.

Примерные вопросы:

Если бы вы могли перевоплотиться в животное, то в какое? Почему именно в него?

Если бы вы смогли на недельку поменяться местами с кем-либо, то кого бы вы для этого выбрали? Почему?

Если бы добрая фея обещала выполнить три ваших желания, то что бы вы пожелали?

Если бы вы в течение одного дня были невидимы, то как бы вы этим воспользовались?

Ваша любимая книга?

Какого человека вы считаете великодушным? По каким критериям вы выбираете себе друзей? В какой стране вы хотели бы жить?

Если бы вам предложили наметить план вашей жизни, какими бы были три самые главные цели?

Чем вы любите заниматься в свободное время?

### Упражнение 2. «Сильные стороны».

Каждый член группы должен рассказать о своих сильных сторонах - о том, что он любит, ценит, принимает в себе, о том, что дает ему чувство внутренней уверенности и доверия к себе в разных ситуациях. Не обязательно говорить только о положительных чертах характера, важно отметить то, что является или может являться точкой опоры в различные моменты жизни. Важно, чтобы говорящий высказывался прямо, без всяких «но», «если» и т.д. Это упражнение направлено не только на самораскрытие, но и на умение мыслить о себе в положительном ключе. Поэтому, выполняя его, необходимо избегать высказываний о своих недостатках, ошибках, слабостях. Педагог должен пресекать каждую попытку самокритики, самоосуждения.

Другие члены группы не задают вопросы, не высказываются, они остаются только слушателями. Через 3-4 мин начинает говорить следующий член группы, сидящий справа от предыдущего, и так до тех пор, пока не выскажутся все по очереди.

После этого педагог предлагает всем попытаться провести «инвентаризацию» своих сильных сторон и записать их в тетрадь.

Затем старшеклассники объединяются в группы по 2-3 человека и

об- суждают, как смогли бы они, опираясь на свои сильные стороны, сделать что-то по-настоящему ценное, не ограничиваясь только индивидуальными интересами и потребностями.

В заключение участники возвращаются в общий круг и рассказывают друг другу о том, как собираются использовать свои сильные стороны.

По завершении выполнения упражнений рекомендуется обсуждение следующих вопросов:

Насколько мы были откровенны? Что мешает открыться другим? Почему мы не всегда можем выразить свои истинные чувства, мысли, отношения?

Что такое самораскрытие? Что оно дает человеку?

Для развития умений позитивного самовосприятия старшеклассников предлагается провести следующие упражнения.

#### Упражнение 1. «Контраргументы».

Инструкция педагога: «Составьте список ваших слабых сторон. Разместите его на левой половине листа. Справа против каждого пункта укажите то положительное, что этому можно противопоставить. Например:

|   |  |
|---|--|
| Ни одному из тех, кто меня знает, я не нравлюсь.                | Те, кто действительно меня знает, относятся ко мне хорошо.   |
| Я ленив, мне очень трудно заставить себя готовиться к занятиям. | Я могу быть волевым человеком. Я способен, когда это необходимо, собраться и выполнить все, что наметил. |

Разверните и обоснуйте контраргументы. Найдите им подходящие примеры. Выберите одного из ваших товарищей по группе и изложите ему эти контраргументы, подтвердив их примерами».

#### Упражнение 2. «Представьте себя ребенком».

Инструкция педагога: «В каждом из нас до сих пор находится ребенок. Мы живем с грузом тех суждений, которые слышали, будучи детьми. Основа нашего жизненного сценария - то, как нас запрограммировали в детстве. Возьмите лист бумаги и сделайте на левой его стороне список всего того отрицательного, что ваши родители, учителя, родственники говорили о вас. А затем справа запишите все то хорошее, что вам говорили о вас родные и учителя».

В дальнейшем производится обсуждение следующих вопросов:

Какой из этих списков длиннее?

Какой из них в большей степени определяет ваше отношение к себе? Что означает «принять себя»?

Какую роль играют в развитии личности позитивное самовосприятие, позитивная самооценка? Для чего они необходимы человеку?

От чего зависит формирование позитивной Я-концепции личности? Что мы сами можем сделать для развития уважения к себе?

Также старшеклассникам можно предложить задания для

самостоятельной работы.

Задание 1. Выполните упражнение «Самоисповедь».

Открытость - это прежде всего умение быть честным и естественным в отношениях с другими и самим собой. Попробуйте ответить на такие вопросы:

Хорошо ли знают меня другие люди? Легко ли им понимать меня? Знаю ли и понимаю ли я себя сам?

Помогаю ли я другим лучше понять себя?

Есть ли во мне что-то, в чем я боюсь признаться даже самому себе?

Свою самоисповедь можно записать на магнитную пленку.

Задание 2. Выполните упражнение с зеркалом.

Возьмите зеркало, посмотрите себе в глаза и, произнеся свое имя, скажите: «Я люблю тебя и принимаю тебя таким (такой), каков (какова) ты есть». Повторяйте это упражнение каждый день. Зафиксируйте ощущения, которые вы испытываете, когда выполняете его.

В целях развития умений самопрогнозирования старшеклассников как необходимого механизма саморазвития предлагается провести упражнения следующего характера.

Упражнение 1. Осознание себя в настоящем и будущем с помощью проективного рисунка. Инструкция педагога: «Нарисуйте себя в настоящем, используя цветные карандаши, фломастеры или краски. На другом листе нарисуйте, каким вы себя видите в будущем».

По завершении проводится обсуждение следующих вопросов:

Что вы изобразили? Каков ваш замысел? Какие чувства у вас вызывают рисунки?

Какой вы в настоящем? Каким хотите стать в будущем? Что для этого необходимо сделать?

Возможно обсуждение рисунков в группе.

Упражнение 2. «Планы».

Инструкция педагога и ход выполнения: «Вам предстоит наметить пятилетний план вашей жизни. Каковы ваши три главные цели в предстоящем году?

1. ...

2. ...

3. ...

Что вы уже теперь делаете, чтобы достичь каждой из этих целей?

1. ...

2. ...

3. ...

Каких пяти целей вы хотели бы добиться за ближайшие пять лет? Какой, по-вашему, станет после этого ваша жизнь?

1. .
2. .
3. .
4. ...
5. ...

Подумайте, как вам, исходя из вашего нынешнего положения, достичь того, что запланировано. Насколько соответствуют целям избранные вами способы и средства? Каким образом можно повысить их эффективность?»

Для формирования жизнеутверждающих установок у старшеклассников можно провести классный час, предложенный Э.И. Штейнбергом.

### 1. Мотивация учащихся для разговора

10-11 классы - окончание старшей школы. На этом этапе школьная жизнь завершается, и начинается новый этап в жизни. Идёт выбор профессионального пути. В других учебных заведениях будут новые коллективы, новые требования, новые радости и новые трудности.

Поэтому именно сейчас уместен и нужен серьёзный разговор о жизненном пути, судьбе, неудачах и успехах.

### 2. Использование техники «Жизненная прямая»

Учащимся предлагают нарисовать линию и представить, что это - символический рисунок их жизненного пути. Нужно отметить главные, по их мнению, события, которые уже произошли с ними, и точку «сегодняшнего дня». Далее следует обсудить, все ли события были радостными.

Резюме. В жизни не всё гладко. Кроме праздников, удач и хороших дней бывают какие-то отрицательные события. Трудно представить себе долгую жизнь без кризисов, потерь, утрат и неудач. Иногда кажется, что «так тяжело будет всегда, и никогда не кончится этот кошмар, и нет никакой надежды», но. *(привести примеры, когда терпение победило)*.

### 3. Групповое обсуждение темы «Жизненный успех»

Иногда говорят: «везунчик», «счастливчик», «родился в рубашке».

*Составление группового портрета «успешного» человека*

Откуда берутся «успешные» люди? Природа? Судьба? Дано свыше? Или это результат усилий самого человека?

Во время обсуждения необходимо внимательно слушать, руководить процессом разговора, приводить примеры «везунчиков», потерпевших жизненный крах, а также «успешных» людей, с которыми судьба обошлась достаточно жестоко. (Возможные примеры: слепоглухонемая Ольга Скороходова, Валентин Дикуль, Теодор Рузвельт, Милтон Эриксон и др.). Как они сумели добиться своего успеха наперекор судьбе?

Примеры: фильм «Жизнь прекрасна», судьба Виктора Франкла и его книга «Человек в поисках смысла» и др.

Рассказ-притча Л. Пантелеева о лягушках: одна утонула в сметане, а



другая, барахтаясь и пытаясь выбраться, взбила масло и выпрыгнула.

Вывод: на каждом жизненном этапе будут определённые трудности, и побеждает в жизни лишь тот, кто сумеет их преодолеть.

#### 4. Обсуждение «Трудности, которые могут встретиться на данном этапе вашей жизни».

Для дополнительной стимуляции учащихся к разговору следует заметить, что человек, который не видел трудностей, ещё маленький - незрелый и невзрослый. Можно вместо устного обсуждения темы предложить написать «трудности» анонимно на листочках и сдать учителю. Далее последовательно обсудить ситуации из записок, соблюдая осторожность, чтобы из описания нельзя было «вычислить» написавшего его.

Предложить всем учащимся написать как можно больше выходов из каждой трудной ситуации и решений данной проблемы. Заметим, что победит тот, кто предложит больше вариантов. Победит и здесь, в классе, и, безусловно, в жизни.

(Примеры трудных ситуаций для данного возраста: несчастная любовь, конфликты в семье с родителями или в школе с учителями, позор, разборки и др.)

Обсуждение следует провести по каждой предложенной ситуации. При обсуждении любой ситуации и способов её разрешения ключевой должна быть мысль о том, что жизнь - это высшая ценность, что пока мы живы, всё можно исправить и преодолеть.

#### 5. Заключение.

Здесь должна быть сформулирована мысль, что любые трудности и кризисы в нашей жизни не случайны и даны нам для личностного роста. Из всего человек может извлечь урок и стать лучше, сильнее, мудрее.

Таким образом, профилактика молодежного экстремизма опирается не на прямые, а на косвенные, «мягкие» методы и формы работы. Одним из направлений работы по снижению экстремистских проявлений в молодежной среде выступает деятельность, ориентированная на оптимизацию и гармонизацию личностного развития. Предложенные в этой части пособия материалы при соответствующей организации и проведении могут способствовать формированию у старшеклассников потребностей в самопознании и саморазвитии, адекватной Я-концепции, идентичности, личностном и жизненном самоопределении; развитии рефлексии, уверенности в себе.

## УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ КОНСТРУКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ

Следующее *упражнение «Испорченный телефон»* позволяет очень хорошо показать искажения информации в процессе коммуникации и органично перейти к разговору об эффективном общении. Кроме того, на примере данного упражнения можно показать эффект избирательности восприятия: в первую очередь искажаются и теряются блоки информации, эмоционально безразличные для участников, эмоционально окрашенные же искажаются в желательном для участников направлении.

*Описание упражнения.* Все участники, кроме одного, выходят за дверь. Оставшемуся участнику ведущий передает в устной форме сообщение, содержащее несколько предложений, касающееся какой-либо темы, знакомой и интересной для участников.

Получивший сообщение участник зовет в кабинет следующего и передает сообщение ему, тот - следующему и т.д. Весьма вероятно, что при- веденное выше сообщение дойдет до последнего участника примерно в следующем виде: «Купили компьютеры, мы можем резаться на них во что хотим».

*Вопросы для обсуждения:* Что вызвало искажения сообщения при его передаче от участника к участнику? Какие блоки информации исказились и исчезли в первую очередь? Что следует делать, чтобы информация передавалась более точно? Насколько заслуживает доверия информация, полученная «через третьи руки» (типа «Он мне говорил, что она рассказала, что Петя обозвал тебя нехорошим словом»)?

Среди множества качеств, характеризующих человека во всех его проявлениях, есть такие, которые крайне необходимы и важны для эффективного общения людей. Выделить их поможет *упражнение «Список качеств, важных для общения»*.

*Инструкция педагога:* На первом этапе (5 минут) каждый из вас должен самостоятельно составить список качеств, важных для общения. Чем больше окажется ваш список, тем интереснее будет работать на втором этапе. При составлении списка постарайтесь представить себе общительного человека. Каким он должен быть? Чем он отличается от других людей? Одним словом, попробуйте нарисовать свой образ общительного человека. Вспомните литературных героев, своих знакомых и т.д. Может быть, это поможет составить перечень качеств, важных для приятного и продуктивного общения.

На втором этапе рекомендуется провести дискуссию, основная цель которой - выработать общий список качеств, важных для общения. При этом любой может высказать свое мнение - разумеется, аргументируя его - приводя примеры, иллюстрирующие, как и когда эти качества помогали

преодолеть то или иное препятствие, улучшить отношения с окружающими. Названные качества включаются в общий список большинством голосов, который оформляется на доске (табло) или на большом листе бумаги.

На третьем этапе каждый участник записывает в свой листок только что составленный общий список качеств, важных для общения. Он может иметь следующий вид:

|                 |                  |
|-----------------|------------------|
| умение слушать; | наблюдательность |
| тактичность;    | ; душевность;    |
| умение          | энергичность;    |

Список качеств, важных для общения: затем каждый из участников по 10-балльной шкале оценивает наличие у себя перечисленных качеств.

В ходе дальнейшей работы, на наш взгляд, целесообразно обратить внимание на то, что для эффективного взаимодействия необходимо не только овладеть речевой деятельностью, но и научиться эффективно слушать. Говорение и слушание - это два важнейших навыка вербальной компетентности.

Слушание - это процесс направленного восприятия человеком слуховых и зрительных стимулов и приписывания им значения. Если слышание - физический процесс, определяемый воздействием звуковых волн на барабанную перепонку и протекающий без специальных умственных усилий, то слушание (эффективное слушание) - это сложный процесс восприятия, осмысления, понимания, структурирования и запоминания поступающей информации, в котором участвует вся личность человека. Слушание является фундаментальным навыком, влияющим на качество отношений в повседневном общении, на успешное взаимодействие и взаимопонимание. В то же время многие люди практически не умеют слушать.

В целях развития умения активного слушания предлагается провести *упражнение «Слушание в разных позах»*.

*Описание упражнения.* Участники разбиваются на пары. Один участник в каждой паре является говорящим, второй - слушающим. Участники сидят напротив друг друга и по команде ведущего начинают разговаривать между собой о чем угодно. Через минуту по команде ведущего их взаиморасположение меняется - говорящий встает, слушающий продолжает сидеть. Еще через минуту следует новое изменение - теперь оба участника стоят, повернувшись друг к другу спиной. Потом роли говорящего и слушающего меняются, и упражнение повторяется.

*Психологический смысл упражнения.* Участники убеждаются, что

эффективность слушания и производимое на собеседника впечатление зависят не только от слушания как такового, но и от взаимного расположения собеседников.

*Обсуждение.* При каком расположении собеседника было легче говорить? А легче слушать? Как вы думаете, почему при изменении взаимного расположения меняется эффективность общения?

Для актуализации знаний о различных стилях поведения в ситуациях межличностного конфликта, их демонстрации на жизненных примерах можно провести *ролевую игру «Конфликты»*.

*Описание игры.* Участникам предлагается несколько конфликтных ситуаций, развитие которых они разыгрывают в парах. Еще несколько ситуаций могут придумать сами подростки. Получившиеся сценки обсуждаются в кругу.

Примеры конфликтных ситуаций:

1. Ты договорился (договорилась) идти на дискотеку с друзьями (подругами) по случаю дня рождения. А мама говорит: «Никуда ты у меня не пойдешь на ночь глядя, маленький (маленькая) еще!»

2. Друг взял у тебя книгу и обещал вернуть ее через неделю. С тех пор прошел месяц, а книгу он так и не вернул. А она позарез нужна тебе для подготовки домашнего задания. Вчера ты позвонил ему домой и напомнил про книгу, он клятвенно обещал ее принести. А сегодня говорит: «Извини, я забыл, куда ее положил, и теперь не могу ее найти».

3. Ты купил в магазине полкило колбасы, принес ее домой и тут обнаружил, что она несвежая. Ты возвращаешься в магазин, отдаешь продавцу колбасу и чек и просишь вернуть деньги за некачественный товар. А он отвечает: «Ничего не знаю, у нас все продукты свежие. Вы приобрели это в другом месте».

*Обсуждение.* При обсуждении этой ролевой игры следует обратить внимание на то, что целесообразность использования разных стилей поведения в зависимости от типа конфликтной ситуации может сильно меняться. В частности, жесткость применяемых стилей может зависеть от степени близости участников конфликта (в нашем примере: мать, друг, посторонний человек), обоснованности их требований (беспокойство матери за сына или дочь вполне понятно, продавец же просто хамит), взаимной зависимости конфликтующих сторон (с родителями предстоит еще долго вместе жить, с другом тоже вряд ли целесообразно расставаться из-за книги, а с нерадивым продавцом можно больше не встречаться).

Далее будет целесообразно провести *упражнение «Качества»* на обобщение отношений, которые связаны с позитивным и негативным разрешением конфликта.

*Инструкция.* Группа делится на две подгруппы. В первой подгруппе каждый участник вспоминает реальную ситуацию, когда, по его мнению, ему удалось положительно разрешить конфликтную ситуацию. Все

реальные ситуации обсуждаются, и от группы вырабатывается набор отношений к партнеру по конфликту, которые проявлялись в процессе его протекания. Вторая подгруппа на основе анализа реальных ситуаций конфликта вырабатывает набор отношений, характерных для неудачно разрешившегося конфликта.

*Обсуждение.* В групповой дискуссии анализируются особенности межличностных отношений, которые взаимосвязаны с противостоянием или согласованностью в ситуациях взаимодействия. Качества и отношения, обеспечивающие согласованность, рассматриваются как основа сотрудничества. Результатом групповой дискуссии становится разработка модели отношений, составляющих ядро толерантной позиции в разрешении конфликта.

| <i>Качества оппонента, повлиявшие на возникновение конфликта</i> | <i>Положительные качества, которые могут помочь в разрешении конфликта как продолжение отрицательных характеристик</i> |
|--|--|
| 1. Отсутствие достаточного профессионального опыта.              | 1. Стремление экспериментировать.  |
| 2. Резкость в общении.   | 2. Критичность, способность увидеть допущенные ошибки.   |
| 3. Поспешность в принятии решения.                               | 3. Способность действовать в экстремальной ситуации при дефиците времени и информации.                                 |
| 4. Враждебность.   | 4. Умение отстаивать свою позицию.   |
| 5. И так далее   | 5. И так далее   |

С целью обобщения приобретенных знаний и практического опыта конструктивного разрешения конфликтов на основе толерантной позиции можно провести *упражнение «Толерантная личность»*.

*Инструкция:* Участники делятся на две подгруппы по выбору. Первая подгруппа работает над созданием психологического портрета личности, характеризующейся толерантной позицией и способной конструктивно разрешать конфликты.

Вторая подгруппа разрабатывает модель личности с интолерантной позицией, которая провоцирует и усиливает конфликты. В групповой дискуссии обсуждаются разработанные психологические портреты личностей двух типов, анализируются, содержание портретов дополняется и уточняется, выделяются наиболее важные характеристики и их иерархия в структуре личности. Содержание и структура психологических портретов личности с толерантной и интолерантной позицией фиксируется на листах ватмана.

|  |   |
|--|---|
| Толерантная личность                                       | Интолерантная личность                        |
| Терпение Чувство юмора<br>Уважение мнения других<br>и т.д. | Непонимание<br>Игнорирование Эгоизм<br>и т.д. |

В заключение можно провести *упражнение «Я-высказывание, Ты-высказывание»*. Педагог объясняет разницу между Я-высказыванием и Ты-высказыванием. «Я-высказывание» - это сообщение о ваших чувствах, оно редко вызывает протест, потому что не содержит обвинения. –Я-высказывание предполагает в общении с ребенком позицию –на равных, вместо позиции – сверху. В этих высказываниях Вы отстаиваете свои интересы, но при этом не оказываете давления на другого человека. (Я недоволен тем, что комната не убрана. Что можно сделать, чтобы ее убрать?). Использование в речи Я-высказываний делает общение более непосредственным, помогает выразить свои чувства, не унижая другого человека. Я-высказывание предполагает ответственность говорящего за свои мысли и чувства («Я очень беспокоюсь, если тебя нет дома к 10 часам вечера»), а не нацелено, как Ты-высказывание, на то, чтобы обвинить другого человека («Ты опять пришел домой в 11 часов вечера!»). Использование Я-высказываний позволяет человеку выслушать вас и спокойно вам ответить.

В заключение упражнения учащиеся отвечают на следующие вопросы:

О каких способах толерантного общения вы сегодня узнали?

Как вы считаете, какое поведение характерно для вас при разрешении конфликтных ситуаций?

Каковы преимущества толерантного общения?

Таким образом, формируя принципы общения старшеклассников, мы можем воздействовать на становление их личности. В любом обществе, при любых социальных условиях, как бы жестоки порой они ни были, существуют островки подлинной культуры человеческого духа. Обучая старшеклассника не только навыкам эффективного общения, но и навыкам эффективного слушания других, навыкам понимания, конструктивного выхода из конфликтов, мы делаем его более самостоятельным, свободным от воздействия разного рода манипулятивных технологий, захлестнувших сегодня наше общество.

## МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ЛЕКЦИЙ И БЕСЕД ПО РАЗВИТИЮ САМОРЕГУЛЯЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

При организации деятельности по профилактике экстремизма и терроризма среди старшеклассников необходимо учитывать состояние современного детства. По мнению российских ученых (Д.И. Фельдштейн), за последнее десятилетие в условиях резкой смены социально-экономической ситуации в обществе произошли качественные психические, психофизиологические и личностные изменения растущего человека.

В современном мире изменилась ситуация развития и функционирования самого человека. Среди негативных аспектов ученые отмечают рост неуверенности, напряженности, тревожности. Наблюдается повышенный уровень тревожности и страхов ребят, а в ряде случаев - *повышенная агрессивность* под действием фактора милитаризации и развития компьютерных игр, снижающих контроль подростков и старшеклассников за собственным поведением и формирующих зависимость.

Так, неблагоприятной тенденцией выступает обеднение и ограничение общения детей подросткового возраста, в том числе и старшеклассников, со сверстниками, рост явлений одиночества, отвержения, низкий уровень коммуникативной компетентности. За последние несколько лет тревожность у 12-15-летних детей вышла на второе место, усугубляясь чувствами брошенности, ненужности взрослому миру, опустошенности, растерянности, неверия в себя.

Все больше становится детей, подростков и молодых людей с эмоциональными проблемами, находящихся в состоянии аффективной напряженности из-за постоянного чувства незащищенности, отсутствия опоры в близком окружении и потому беспомощности. Такие дети ранимы, повышено сензитивны к предполагаемой обиде, обостренно реагируют на отношение к ним окружающих. Все это, а также то, что они запоминают преимущественно негативные события, ведет к накоплению отрицательного эмоционального опыта, который постоянно увеличивается по закону «замкнутого психологического круга» и находит свое выражение в относительно устойчивом переживании тревожности.

Эмоциональные проблемы, агрессия, свойственная молодежной психологии, могут стать причиной возникновения экстремистских проявлений. В психолого-педагогическом сопровождении нуждаются подростки, молодежь, имеющая склонность к агрессии, силовым методам решения проблем и споров, с неразвитыми навыками рефлексии и саморегуляции.

Поэтому в профилактических мерах большое значение приобретают проблемы поведения старшеклассников в стрессовых ситуациях, степень их активности и адаптивности и одновременно - защищенности, проявляемой,

в частности, в активной позиции индивида. В этой связи необходимо уделить особое внимание проблемам психической регуляции и саморегуляции индивида.

В жизни учащихся встречается огромное количество стрессовых ситуаций. Стрессогенными факторами выступают отношения с окружающими (семья, сверстники), учебный процесс, физиологические изменения и др. О том, как эффективно снять стресс и восстановиться, как повысить устойчивость к стрессовому воздействию, можно найти ответы в данном разделе по развитию саморегуляции у старшеклассников.

При организации классных часов, внеурочных занятий по профилактике экстремизма и терроризма в молодежной среде содержание может быть направлено на развитие адаптивных способностей старшеклассников.

Занятия со старшеклассниками по саморегуляции предлагаем начать с изучения понятия стресса и его стадий и отработки навыков борьбы со стрессом. Рекомендуем обсудить вопросы: «Что такое стресс? Знакомо ли вам это слово? В каких ситуациях человек испытывает стресс?»

Педагог рассказывает о стрессе (примеры, определение, стадии развития, возможные симптомы). Научное понятие стресса ввел Ганс Селье:

«Стресс - неспецифические физиологические и психологические реакции организма при резких, экстремальных для него воздействиях, вызывающих в организме сильные проявления адаптационной активности».

Несколько упрощая, можно сказать, что стресс - это состояние телесного и душевного напряжения, возникающее у человека в трудных ситуациях. Сильный, продолжающийся долгое время стресс может вызывать ряд физиологических реакций организма: расстройство пищеварения, *исчезновение* или, наоборот, выраженное усиление аппетита, головные и мышечные боли, колебания артериального давления, ослабление иммунитета и как следствие - частые простудные заболевания, и т.п. Отражается стресс и на психологическом состоянии человека: возрастает тревожность, раздражительность, часто меняется настроение, развивается депрессия, тоска, неуверенность в себе, обидчивость, замкнутость, иногда - агрессивность.

Стресс может быть кратковременным и длительным.

Специалисты выделяют три стадии развития стресса:

1) стадия тревоги (иногда ее еще называют стадией мобилизации) во время которой человек справляется со стрессом, «собираясь», мобилизуя для этого дополнительные силы;

2) стадия сопротивления (резистентности), которая характеризуется достаточно эффективным, сбалансированным расходом организмом своих резервов; несмотря на повышенные требования к ресурсам организма, поддерживается практически нормальное существование;

3) стадия истощения, когда организму перестает хватать имеющихся ресурсов, защитные силы слабеют, начинают отмечаться и физиологические,



и психологические симптомы нарушений, перечисленные выше.

Следующим этапом может быть работа по подгруппам. После пятнадцатиминутной подготовки 1 подгруппа пытается обоснованно доказать, что стресс - это плохо, тогда как 2 подгруппа, что стресс - это хорошо. Затем подгруппы меняются ролями. Подводя итоги, педагог делит доску (или большой лист бумаги) вертикальной чертой пополам и на одной стороне записывает положительные, а на другой - отрицательные стороны стресса. Делается вывод о необходимости не доводить свое состояние до третьей стадии стресса.

Также можно провести мозговой штурм на тему: «Как бороться со стрессом?»

Далее предлагаем рассмотреть рекомендации, основанные на отечественном методе саморегуляции «Ключ» (автор метода Х.М. Алиев). Следует обратить внимание учащихся на приемы реабилитации. Предлагаем воспользоваться следующей информацией.

Если вы испытали стресс (или переутомление) и у вас возникли неприятные ощущения: нервное напряжение, скованность, беспокойство, тревожность, страх, головная боль, снижение умственных или физических сил, если вы хотите расслабиться или заснуть, но не можете этого добиться, - используйте простые, но эффективные приемы реабилитации.

1. Легкими движениями рук, не причиняя себе боли, помассируйте наиболее напряженные или болевые участки шеи, сидя или прохаживаясь по комнате. Если руки при этом устают, их следует время от времени встряхивать, продолжая самомассаж примерно в течение 5 минут.

2. Встаньте (если это затруднительно - продолжайте сидеть или лежать), вытяните руки перед собой, держите их расслабленными в локтях и выполните первый «идеомоторный» прием: представьте себе мысленно, что ваши руки начинают плавно автоматически расходиться в разные стороны без мышечных усилий. Если руки стали расходиться, это означает, что включилось расслабление и начинается снижение стресса. Подождите, когда руки полностью разойдутся, и повторите этот прием 3-4 раза подряд. Если же руки при всем вашем старании не расходятся, значит, вы «зажаты». В этом случае следует сделать несколько любых привычных легких разминочных движений и несколько вдохов и выдохов, чуть более глубоких, чем обычно. Встряхните руки и повторите прием с расхождением рук еще раз.

3. Независимо от того, получился первый «идеомоторный» прием или нет, разведите руки в стороны «обычным» способом и выполните второй «идеомоторный» прием: настройтесь мысленно на обратное плавное движение рук друг к другу. Независимо от результата повторите этот прием 3-4 раза. Между повторами, если прием не получается, сделайте, как и в предыдущем случае, несколько привычных легких разминочных движений, вдохов и выдохов.

4. Опустив руки, мысленно представьте, что одна из них плавно

всплывает вверх, вспомните, как это бывает у космонавта в невесомости. Затем подключите другую руку. Если вы выполняете эти приемы, стоя, то в момент, когда руки по вашему желанию поднимутся достаточно высоко, сделайте вдох-выдох и расслабьтесь. Вы испытаете приятное чувство внутренней легкости и полета.

5. После того как вы выполнили «идеомоторные» приемы, получились они или нет, сразу же садитесь или ложитесь - именно сейчас наступает желаемый результат: чувство облегчения, внутренней свободы. Вас отпустило. Стресс снят. Голова стала ясной. Вы испытываете свежесть, бодрость, полноту сил.

*Примечание.* При выполнении ключевых «идеомоторных» приемов, особенно стоя, расслабление сопровождается самопроизвольным автоколебанием тела. Ритмичное приятное покачивание - закономерная реакция расслабления, ее не следует сдерживать: «ложитесь» на эти автоколебания, как на волну. Это хороший прием для тренировки против укачивания и для выработки высоких координационных качеств.

Подобранный вами ключевой прием - тот, который выполнялся легче всего, - вы можете затем использовать отдельно, без выполнения всей процедуры реабилитации. Естественно, глубина расслабления будет не столь полной, однако и одного приема будет вполне достаточно, чтобы в нужный момент, в ответственной ситуации одним незаметным коротким действием снять нежелательные «нервные зажимы», сбросить нервное перенапряжение, быстро овладеть самоконтролем, почувствовать уверенность в себе.

В ходе дальнейшей работы можно рассмотреть курс антистрессовой подготовки.

Курс тренировки, направленный на повышение устойчивости к стрессу и снижение утомляемости, состоит из 5 получасовых тренировочных занятий, выполняемых в удобное для каждого время.

Уже после 3-го или 4-го занятия вырабатываются навыки не только для снятия нервного перенапряжения, но и для эффективной мобилизации, повышается способность лучше контролировать себя в ответственных стрессовых ситуациях и преодолевать большие эмоциональные, умственные или физические нагрузки с меньшим ущербом для здоровья.

Для антистрессовой подготовки используются те же ключевые «идеомоторные» приемы, однако арсенал курса предполагает их большее разнообразие для более быстрого и эффективного подбора индивидуального ключа.

«Идеомоторные» приемы можно использовать не только для снятия нервного перенапряжения и расслабления, но и как тест «на зажатость», с помощью которого всегда можно быстро проверить себя на степень нервной напряженности.

Эффективность курса обеспечивается дополнительным включением

специального раскрепощающего упражнения «Сканирование», помогающего основной «идеомоторной» тренировке, а саму «идеомоторную» тренировку используют уже не только как приемы для снятия напряжения, расслабления или мобилизации, а как базовый психофизиологический фон для выработки навыков саморегуляции.

Предлагаем рассмотреть тест на «зажатость».

Когда требуется оценить свою исходную нервную зажатость (степень стресса), достаточно использовать любой из трех вышеописанных «идеомоторных» приемов. Например, встаньте и вытяните руки перед собой, мысленно представьте, что ваши руки начинают плавно расходиться в стороны. Если они не подчиняются вашей воле, значит, связь между волей и организмом нарушена повышенной нервной напряженностью. Следует сделать несколько раскрепощающих легких разминочных упражнений.

Далее можно рассмотреть упражнение «Сканирование». Это упражнение содержит специальную последовательность повторяемых циклических механических движений, которые позволяют выявить именно то движение, которое в большей степени подходит для раскрепощения.

*Инструкция:*

1. В течение полминуты выполняйте любые легкие и приятные для вас повторяемые круговые повороты головы.

2. В течение полминуты выполняйте любые легкие и приятные для вас повторяемые движения плечевого пояса.

3. В течение полминуты выполняйте любые легкие и приятные для вас повторяемые круговые движения бедер, наподобие вращения обруча.

4. В течение полминуты выполняйте любые легкие и приятные для вас повторяемые движения на уровне колен.

5. Движение, которое показалось вам самым легким и приятным, повторите в течение полминуты.

Это и есть ваше ключевое раскрепощающее движение. Возможно, оно вам знакомо по обыденной жизни - именно это движение вы непроизвольно делали в моменты нервного напряжения. Теперь вы выполняете его сознательно.

*Примечание:* Выполняя «идеомоторные» приемы, надо следовать двум правилам:

1. Если реализации желаемого «идеомоторного» движения препятствует нервное напряжение, сделайте короткий вдох-выдох.

2. Достигнув состояния расслабления, начните вырабатывать навыки устойчивости к стрессу. Мысленно представьте себе образ стрессового раздражителя, который лишает вас уверенности в себе, выбивает вас из колеи и по отношению к которому вы стремитесь повисить свою психологическую устойчивость (страх, от которого надо избавиться, беспокойство перед

предстоящим экзаменом, встречей с неприятным человеком, выступлением, соревнованием и т.д.). При этом следите за ответной реакцией организма, которая может проявиться в виде различных «нервных» ощущений («ватные» ноги, мелкая дрожь, изменение дыхания, сердцебиение и др.). Снимите стресс коротким вдохом-выдохом, растворите возникшие неприятные ощущения с помощью удобных для вас приемов, физических упражнений. Повторите эту процедуру 2-3 раза.

Уже после 2-3 повторений упражнения образ раздражителя перестает вызывать нежелательную стрессовую реакцию организма не только во время тренировки, но и в реальной жизни. Ваша психологическая устойчивость повысилась. Кроме того, вы заметите, что стали меньше уставать и гораздо успешнее преодолеваете различные стрессовые ситуации, быстрее овладеваете собой.

Полагаем, что классные часы по саморегуляции в рамках системной работы по профилактике экстремизма будут способствовать целенаправленной гармонизации эмоциональной сферы старшеклассников. Содержательные компоненты занятий ведут к развитию адаптивных способностей старшеклассников, развитию их саморефлексии и критического мышления, расширяют возможности управления собственным здоровьем. Овладение такими умениями является важной составляющей как индивидуального становления, личностного роста подростков и старшеклассников, так и приоритетным направлением психосоциальной профилактики.

## **ПЕРЕЧЕНЬ ИСТОЧНИКОВ ПО ВОПРОСАМ ПРОФИЛАКТИКИ ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА**

### **Сайты и порталы:**

- Национальный антитеррористический комитет – <http://nac.gov.ru/>
- Портал «Наука и образование против террора» – <http://scienceport.ru/>
- «Россия. Антитеррор»: Национальный портал противодействия терроризму – <http://www.antiterror.ru/library/>
- Антитеррористический центр государств-участников Содружества Независимых Государств – <http://www.cisatc.org/>
- Информационно-аналитический портал «Antiterror Today» – <http://antiterrortoday.com/ru/>
- Экстремизм.ги – <http://www.ekstremizm.ru/>
- Сайт «Бастион» – <http://www.smi-antiterror.ru>
- Антитеррор: Спецназ Российской Федерации – <http://antiterror.sitecity.ru/>
- Вымпел-В – <http://vimpel-v.com/terakt/>
- «Хранитель» Медиапортал о безопасности – <http://www.psj.ru/saverpeople/detail.php?ID=30909>
- «Азбука безопасности» - проект для детей и взрослых – <http://azbez.com/safety/antiterror>
- Интернет-журнал – Livjournal ([rus-antiterror.livejournal.com](http://rus-antiterror.livejournal.com))
- Антитеррор: Рекомендации – <http://privacyandterrorism.org>

### **Фильмы:**

- Терроризм. Что должен знать каждый человек? <http://scienceport.ru/video/terrorism-chto-dolzhen-znat-kazhdyu-chelovek/>
- Антитеррор: голос юных, выбор молодых! <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antiterror-golos-yunyh-vybor-molodyh.html>
- «Антология антитеррора». «Кавказский спрут». <http://scienceport.ru/video/antologiya-antiterrora-kavkazskiy-sprutdokumentalnyy-film/>
- «Антология антитеррора». «Разные судьбы одной веры». 2014 год (2-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-raznye-sudby-odnoy-very-2014-god-2-ya.html>
- «Антология антитеррора». «Патриоты». 2014 год (3-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-patrioty-2014-god-3-ya-seriya.html>
- «Антология антитеррора». «Дорога к миру». 2014 год (4-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-doroga-k-miru-2014-god-4-ya-seriya.html>

- [nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-doroga-k-miru-2014-god-4-ya-seriya.html](http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-doroga-k-miru-2014-god-4-ya-seriya.html)
- «Антология антитеррора». «Выбор». 2014 год (5-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-vybor-2014-god-5-ya-seriya.html>
  - «Антология антитеррора». «Дорога в один конец». 2014 год (6-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-doroga-v-odin-konec-2014-god-6-ya.html>
  - «Антология антитеррора». «Ген террора». 2014 год (7-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-gen-terrora-2014-god-7-ya-seriya.html>
  - «Антология антитеррора». «Возвращение». 2014 год (8-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-vozvrashchenie-2014-god-8-ya-seriya.html>
  - «Антология антитеррора». «Спасти и сохранить». 2014 год (9-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-spasti-isohranit-2014-god-9-ya.html>
  - «Антология антитеррора». «Муки святынь». 2014 год (10-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-muki-svyatyn-2014-god-10-ya-seriya.html>
  - «Антология антитеррора». «Расплата». 2014 год (11-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-rasplata-2014-god-11-ya-seriya.html>
  - «Антология антитеррора». «Операция антитеррор». 2014 год (12-я серия) <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/antologiya-antiterrora-operaciya-antiterror-2014-god-12-ya.html>
  - Цикл телепередач «Кавказские истории». «Мать». 2013 год <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/cikl-teleperedach-kavkazskie-istorii-mat-2013-god.html>
  - Цикл телепередач «Кавказские истории». «Наследники». 2013 год <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/cikl-teleperedach-kavkazskie-istorii-nasledniki-2013-god.html>
  - Цикл телепередач «Кавказские истории». «Территория безопасности». 2013 год <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/cikl-teleperedach-kavkazskie-istorii-territoriya.html>
  - Цикл телепередач «Кавказские истории». «Баллада о герое». 2013 год <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/cikl-teleperedach-kavkazskie-istorii-ballada-o-geroe-2013.html>
  - Цикл телепередач «Кавказские истории». «Символ веры». 2013 год <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/cikl-teleperedach-kavkazskie-istorii-simvol-very-2013-god.html>

- Цикл телепередач «Кавказские истории». «Кавказская история». 2013 год <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/cikl-teleperedach-kavkazskie-istorii-kavkazskaya-istoriya.html>
- Документальный фильм «Профилактика и предупреждение экстремизма и терроризма» <http://nac.gov.ru/dokumentalnye-filmy/profilaktika-i-preduprezhdenie-ekstremizma-i-terrorizma.html>
- «Современная вербовка. Осторожно – зомби». [http://maidanvideo.ru/watch/es5\\_sboooobkc/oni-zombi-sovremennaya-verbovka-dokumentalny-i-film.html](http://maidanvideo.ru/watch/es5_sboooobkc/oni-zombi-sovremennaya-verbovka-dokumentalny-i-film.html) или [http://dochronika.ru/load/specsluzhbu/sovremennaja\\_verbovka\\_ostorozhno\\_zombi/6-1-0-5193](http://dochronika.ru/load/specsluzhbu/sovremennaja_verbovka_ostorozhno_zombi/6-1-0-5193)

### **Книги:**

- 1. Международный терроризм как угроза национальной безопасности Российской Федерации** <http://scienceport.ru/library/-literature/terror-2/>
- 2. Что такое терроризм.** Брошюра направлена на развитие гражданского сознания учащихся подростков общеобразовательных школ, а также студентов учреждений системы среднего и высшего профессионального образования, <http://scienceport.ru/library/methodical/2014-03-21-13-29-58/>
- 3. Остановим терроризм.** В брошюре представлен материал, способствующий развитию гражданского сознания учащихся подростков общеобразовательных школ, а также студентов учреждений системы среднего и высшего профессионального образования, <http://scienceport.ru/library/methodical/2014-03-21-13-29-32/>
- 4. История подвига. Открытый дневник.** Документально-художественный сборник для школьников среднего и старшего возраста. В первой книге «История Подвига. Открытый дневник», собраны рассказы о людях, которые живут или жили рядом с вами – в соседней квартире, на вашей улице, в вашем городе, <http://scienceport.ru/library/-literature/2014-03-21-13-29-14/>
- 5. История подвига. Открытый дневник – 2.** Рассказы о людях, принявших неравный бой в борьбе с терроризмом и победивших смерть. Многие из них были представлены к званию «Герой России», орденам и медалям <http://scienceport.ru/images/books/history2.pdf>
- 6. История подвига. Открытый дневник – 3.** Документально-художественный сборник для школьников среднего и старшего возраста. Как и в первых двух книгах «История Подвига. Открытый дневник», в нынешней, третьей по счету, собраны рассказы о людях, которые живут

или жили рядом с вами в соседней квартире, на вашей улице, в вашем городе, [http://scienceport.ru/library/-literature/- 3/](http://scienceport.ru/library/-literature/-3/)

- 7. Карavaев А. Г. Молодёжь и антитеррор.** Научно-популярное издание, предназначенное для учащихся средних и старших классов общеобразовательных школ, студентов вузов, их родителей, учителей и специалистов различных областей, <http://scienceport.ru/library/-literature/2014-03-21-13-34-36/>
- 8. Хайдаров Ф. А. Ислам традиционный и вымышленный.** Научно-популярное издание, предназначенное для учебных занятий (основы религиозной культуры и светской этики, граждановедение, обществознание, ОБЖ, новейшая история и др.), а также в структуре классных часов и других элементов воспитательных систем. <http://scienceport.ru/library/-literature/2014-03-21-13-32-15/>
- 9. Штейнбух А. Г. Интернет и антитеррор.** Научно-популярное пособие, рассчитанное на учащихся средних и старших классов общеобразовательных школ, студентов вузов и преподавателей, <http://scienceport.ru/library/-literature/2014-03-21-13-32-25/>
- 10. Материалы конференции «Основные идеологические установки религиозно-экстремистских организаций, действующих в Приволжском федеральном округе. Формирование информационного контента в целях дерадикализации молодежи»** <http://scienceport.ru/library/methodical/2014-03-21-13-35-15/>
- 11. Современный терроризм и методы антитеррористической деятельности.** В монографии рассмотрена проблема современного терроризма и антитерроризма; освещены вопросы природы терроризма, его мотиваций, факторов возникновения и развития, показаны особенности террористической деятельности в современной России; проанализированы международные аспекты терроризма и механизмы борьбы с ним; раскрыты финансово-экономические и организационно-правовые методы борьбы с террористической деятельностью. <http://scienceport.ru/library/-literature/2014-03-21-13-31-35/>
- 12. Сергей Шилов. Феномен международного терроризма. Осмысление глобального вызова.** В книге анализируется феномен международного терроризма с позиций всеобщей истории человечества, <http://scienceport.ru/library/-literature/2014-03-21-13-33-40/>
- 13. Лепешков Ю. А. Определение терроризма и универсальные международные стандарты в сфере борьбы с ним.** Проблема



противодействия терроризму превратилась в последнее десятилетие в одну из актуальнейших и наиболее часто обсуждаемых в мировой повестке дня. На современном этапе терроризм превратился в фактор, серьезно дестабилизирующий нормальное, поступательное развитие международных отношений. Некоторые даже называют борьбу с международным терроризмом «четвертой мировой войной», а сам международный терроризм рассматривают в качестве такой же угрозы для человечества, как фашизм в 30-е гг. прошлого столетия [http://scienceport.ru/files/2010\\_4\\_JILIR\\_lepeshlcov.pdf](http://scienceport.ru/files/2010_4_JILIR_lepeshlcov.pdf)

**14. Гаврилин Ю. В. Смирнов Л. В. Современный терроризм: сущность, типология, проблемы противодействия.** В пособии раскрываются сущность и характерные черты терроризма как одного из сложнейших социальных, политических и правовых явлений современности, охарактеризованы цели, задачи и объекты террористической деятельности представлена типология терроризма. Рассчитано на преподавателей, аспирантов, студентов юридических вузов, в том числе системы МВД, а также всех, кого интересует проблема терроризма. <http://scicncport.ru/files/terror.pdf>

**15. Будницкий О. В. Терроризм в российском освободительном движении.** В монографии предпринята попытка выработать концепцию истории терроризма в российском освободительном движении. Терроризм рассматривается как специфическое явление, свойственное российскому революционному движению на протяжении полувека, <http://scienceport.ru/library/-literature/2014-03-21-13-47-41/>

**16. Терроризм и религия.** В сборнике рассматриваются отношения основных религий современного мира к терроризму, высказываются практические рекомендации для госорганов, ведущих борьбу с терроризмом, и для научных учреждений, <http://scienceport.ru/files/terroriznireligion.pdf>

**17. Виктор Цыганов. Медиатерроризм. Терроризм и средства массовой информации.** Книга рассчитана на специалистов в сфере национальной безопасности, журналистов, работников правоохранительных и силовых структур, политологов, студентов соответствующих специальностей вузов, а также на всех, кто интересуется вопросами противостояния современному терроризму. <http://www.mirknig.com/2012/09/09/media-terrorizm-terrorizm-i-sredstva-massovoy-informacii.html>

**18. Абдрахманов Д.М., Максимов К.В., Нугуманов М.М., Сафина Э.Н. Экстремизм. 100 ответов на насущные вопросы об экстремизме и**

терроризме. Информационно-справочное пособие. – Уфа: Мир печати, 2018. – 80 с.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Экстремизм и терроризм – проблемы, злободневные для России. Эти явления угрожают не только нравственным и духовным устоям общества, но и жизни людей, целостности нашей многонациональной страны. Важнейшая задача современной школы – содействие полноценному личностному развитию детей, формирование человека–носителя гуманистических взглядов, идеи толерантности в межэтнических отношениях. Среди причин возникновения экстремистских проявлений в молодежной среде выделяется использование в деструктивных целях психологического фактора, агрессия, свойственная молодежной психологии, активно используется опытными лидерами экстремистских организаций для осуществления акций экстремистской направленности. При организации работы по профилактике молодежного экстремизма необходимо оказывать целенаправленное психолого-педагогическое воздействие на гармонизацию эмоциональной сферы старшеклассников. На преодоление негативного и формирование позитивного отношения человека к себе, окружающим и миру в целом направлена психолого-педагогическая работа.

Деятельность по профилактике экстремизма в молодежной среде осуществляется в двух аспектах. Во-первых, профилактические меры, ориентированные на улучшение среды, в целом на молодежь, связанные с разработкой и внедрением методов разрушения экстремистского пространства, создание на его месте конструктивных социальных зон для молодежи. Во-вторых, воздействие на личность, нацеленной на развитие толерантной, ответственной, успешной личности, ориентированной на ценности гражданственности и патриотизма. При организации деятельности по профилактике молодежного экстремизма систему деятельности следует выстраивать с опорой на косвенные, «мягкие» методы и формы работы, оптимизирующие среду и способствующие формированию полноценной личности.

Итогом такой работы должно стать формирование толерантной, ответственной, успешной личности, ориентированной на ценности гражданственности и патриотизма.

## Список литературы

1. Абдрахманов Д.М., Максимов К.В., Нугуманов М.М., Сафина Э.Н. Экстремизм. 100 ответов на насущные вопросы об экстремизме и терроризме. Информационно-справочное пособие. – Уфа: Мир печати, 2018. – 80 с. [https://www.ugatu.su/media/eduInfo/Posobie\\_100-otvet-o-terrorizme.pdf](https://www.ugatu.su/media/eduInfo/Posobie_100-otvet-o-terrorizme.pdf)
2. Выявление в образовательных организациях обучающихся, попавших под воздействие идеологии терроризма и религиозного экстремизма, и организация адресной работы с указанной категорией лиц: методические рекомендации / сост.: О. В. Иерусалимцева, С. В. Морозова; под общ. редакцией А. П. Щербака. — Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2018. — 24 с. — (Социальное воспитание)
3. Методические материалы по профилактике терроризма и экстремизма/ Сост.: Лукьянова Е.С., Блинова Г.Ю.– Тверь, 2017. - 231 с.
4. Профилактика ксенофобии и экстремизма в образовательной среде: учебно-методическое пособие/ А.Б. Мазуров, Л.Д. Сыркин, А.С. Ляпин, А.И. Сафронов, А.А. Зуйкова// Под общей редакцией доктора исторических наук, профессора А.Б. Мазурова и доктора психологических наук, профессора И.М. Ильичевой – Коломна: ГАОУ ВПО «МГОСГИ», 2012 – 87 С.
5. Профилактика распространения идеологии терроризма и экстремизма в образовательной среде. Методическое пособие / Сост.: Л. Ф. Кихтенко, Р. С. Койбаев. – Ставрополь: СКIRO ПК и ПРО. – 2016. – 58 с.
6. Профилактика экстремизма, национализма и укрепление межнациональных и межкультурных отношений в условиях работы образовательных организаций общего образования: метод. рекомендации / [сост. Т.А. Ичеткина] ; Мин-во образования Респ. Коми, Коми респ. ин-т развития образования. – Сыктывкар: КРИРО, 2015. – 104 с.
7. Ресоциализация подростков, подвергшихся деструктивному психологическому воздействию сторонников экстремистской и террористической идеологии [Текст]: методическое пособие / Н.В. Уварина, Л.А. Глазырина, Н.А. Пахтусова, Е.В. Рябина, А.В.

8. Савченков, Е.В. Щетинина. – Челябинск: Изд-во Юж.-Урал. гос. гуманитар.- пед. ун-та, 2018. – 221 с.