

Министерство по делам молодежи Республики Татарстан

Государственное бюджетное учреждение

«Республиканский центр молодежных, инновационных и профилактических программ

«Навигатор»

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВОВЛЕЧЕНИЯ
МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННЫЕ НЕФОРМАЛЬНЫЕ СООБЩЕСТВА
ДЕВИАНТНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Методические рекомендации

Авторы:

Хуснутдинова М.Н., Антипина О.В.

Казань 2025

Рецензенты:

Захарова А.Н., кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной и клинической психологии федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова»

Лаврентьева А.В., кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии и психологии личности федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Казанский (Приволжский) федеральный университет»

Авторы:

Хуснутдинова М.Н., кандидат педагогических наук, методист ГБУ «Республиканский центр молодёжных, инновационных и профилактических программ «Навигатор», доцент кафедры Экономической теории и управления ресурсами, Казанский национальный исследовательский технический университет им. А.Н. Туполева-КАИ

Антипина О.В., кандидат психологических наук, доцент кафедры Экономической теории и управления ресурсами, Казанский национальный исследовательский технический университет им. А.Н. Туполева-КАИ

Психологическая профилактика вовлечения молодежи в современные неформальные сообщества девиантной направленности: методические рекомендации/авторы Хуснутдинова М.Н., Антипина О.В. – Казань: ГБУ Республиканский центр молодёжных, инновационных и профилактических программ «Навигатор», 2025. – 113 с.

Методические рекомендации включают материал, описывающий особенности современных девиантных сообществ, диагностику и выявление молодежи группы риска, направления профилактической работы и технологии профилактической деятельности.

Разработаны рекомендации для специалистов сферы молодежной политики, образовательных организаций профессионального и высшего образования, специалистов, а также для заинтересованных лиц, обеспечивающих организацию и реализацию профилактической работы вовлеченности молодежи от 12 до 24 лет в современные неформальные сообщества девиантной направленности.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	6
РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФИЛАКТИКИ ВОВЛЕЧЕНИЯ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННЫЕ НЕФОРМАЛЬНЫЕ СООБЩЕСТВА ДЕВИАНТНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ	8
Глава 1.1. Феноменология современных неформальных молодежных сообществ (НМС) девиантной направленности	8
1.1.1. Классификация и типология: от АУЕ и скулшутинга до радикальных IT-комьюнити.	8
1.1.2. Психологические механизмы вовлечения: идентичность, принадлежность, миссия.	11
1.1.3. Ценности и символические системы современных НМС (язык, мемы, атрибутика).	14
Глава 1.2. Психологический портрет подростка группы риска	17
1.2.1. Личностные детерминанты: поиск идентичности, экзистенциальный вакуум, нарциссическая травма.	17
1.2.2. Социально-психологические факторы: депривация, буллинг, нарушение детско-родительских отношений.	19
1.2.3. Цифровая социализация как фактор риска: кибербуллинг, алгоритмическая радикализация.	22
РАЗДЕЛ 2. ДИАГНОСТИКА И РАННЕЕ ВЫЯВЛЕНИЕ ПОТЕНЦИАЛЬНОЙ ВОВЛЕЧЕННОСТИ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННЫЕ НЕФОРМАЛЬНЫЕ СООБЩЕСТВА	25
Глава 2.1. Система индикаторов потенциальной вовлеченности	25
2.1.1. Поведенческие маркеры: изменения в коммуникации, внешнем виде, круге общения.	26
2.1.2. Цифровой след: анализ аккаунтов, подписок, истории поиска, участия в закрытых чатах.	27
2.1.3. Продукты деятельности: анализ создаваемого и репостимого контента (мемы, тексты, изображения).	29
Глава 2.2. Методический инструментарий для диагностики	32
2.2.1. Проективные методики («Рисунок группы», «Неоконченные предложения» на тему авторитета и справедливости).	32

2.2.2. Карта наблюдения за поведенческими изменениями.	34
2.2.3. Опросники для выявления уровня социальной фрустрированности и поиска рисков.	37
РАЗДЕЛ 3. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ ВОВЛЕЧЕНИЯ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННЫЕ НЕФОРМАЛЬНЫЕ СООБЩЕСТВА ДЕВИАНТНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ	41
Глава 3.1. Определение уровней профилактики и их реализация	41
3.1.1. Универсальный уровень: создание здоровой среды	41
3.1.2. Специализированный уровень: работа с группами риска	44
3.1.3. Индивидуальный уровень: коррекционная работа	47
Глава 3.2. Ключевые направления психолого-педагогической профилактики	52
3.2.1. Направление I: «Личностный иммунитет» (Развитие критического мышления, эмоционального интеллекта, устойчивой самооценки, навыков целеполагания)	52
3.2.2. Направление II: «Здоровая среда» (Развитие позитивного общения, конструктивного досуга, системы наставничества)	55
3.2.3. Направление III: «Информационная безопасность» (Повышение медиаграмотности, обучение кибергигиене)	58
Глава 3.3. Психологическое сопровождение и коррекция	61
3.3.1. Техники когнитивно-поведенческого подхода для работы с иррациональными убеждениями	61
3.3.2. Методы арт-терапии и нарративного подхода для проработки личностных проблем	68
3.3.3. Тренинг жизненных навыков: управление эмоциями, разрешение конфликтов, ассертивное поведение	69
РАЗДЕЛ 4. ИНТЕРАКТИВНЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ КАК МЕХАНИЗМ ПРОФИЛАКТИКИ ВОВЛЕЧЕНИЯ МОЛОДЁЖИ В ДЕСТРУКТИВНЫЕ СООБЩЕСТВА	72
Глава 4.1. Интерактивные формы работы с молодежью	72
4.1.1. Технология «Перехват лидерства»: выявление и перенаправление лидерского потенциала.	77

4.1.2. Геймификация просоциальной активности: от квизов до краудсорсинговых проектов.	78
4.1.3. Развитие «гибридных» сообществ (киберспорт, киберволонтерство, IT-творчество).	80
Глава 4.2. Инструменты работы с родителями и педагогами	83
4.2.1. Методика консультирования родителей подростка «группы риска».	83
4.2.2. Интерактивные инструменты с родителями и педагогами	86
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	89
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	90
ПРИЛОЖЕНИЯ	92
<i>Приложение 1.</i> Тренинг для педагогов «Цифровые маркеры девиантности: на что обратить внимание».	93
<i>Приложение 2.</i> Родительский лекторий «Как говорить с подростком о деструктивных сообществах».	97
<i>Приложение 3.</i> Методика «Деконструкция сообщения»: анализ мемов, видеоблогов, манифестов.	101
<i>Приложение 4.</i> Технология «Суд над идеей»: организация дебатов на основе анализа идеологии НМС.	104
<i>Приложение 5.</i> Практикум «Цифровой детектив»: обучение верификации информации и распознаванию манипуляций.	107
<i>Приложение 6.</i> Нарративные техники с использованием актуального культурного контекста 2025 г.	110

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы заключается в том, что современное информационное пространство стало основным полем для вербовки молодёжи в неформальные сообщества девиантной направленности. В отличие от традиционных субкультур, современные сообщества (такие как АУЕ, «Синий кит», «Скулшутинг», радикальные интернет-сообщества и пропагандирующие девиантное поведение, запрещенные на территории РФ) часто носят скрытый, сетевой характер и культивируют ценности, которые противоречат общественным нормам.

Целью методических рекомендаций является создание комплексной системы психолого-педагогической профилактики, направленной на снижение рисков вовлечения молодёжи (от 12 до 24 лет) в деструктивные сообщества через формирование психологической устойчивости, критического мышления и здоровой социально-психологической среды.

Сформулированные задачи:

- Проанализировать психологические и социальные предпосылки уязвимости современной молодёжи.
- Определить механизмы и каналы вербовки молодёжи в деструктивные сообщества.
- Разработать рекомендации по профилактике вовлеченности молодежи в современные неформальные сообщества девиантной направленности.
- Предоставить инструменты для диагностики и дальнейшей работы специалистов.

Целевой группой является молодёжь – основная группа риска в силу возрастных особенностей (идентичность, сепарация, поиск авторитета).

Психологический портрет молодого человека, подверженного риску вовлечения в современные неформальные сообщества девиантной направленности.

Личностные особенности: низкая самооценка и неустойчивая идентичность: поиск собственного «Я» через принадлежность к определённой группе; высокий уровень личностной конституциональной тревожности; недостаточный уровень сформированности критического мышления, поступающая информация воспринимается без анализа и сомнений; склонность к риску и импульсивности; экстернальный локус контроля: интерпретация причин неудач через внешние обстоятельства.

Социальные факторы: неблагополучная семейная ситуация; социальная изоляция в группе сверстников; отсутствие позитивных жизненных целей и интересов; возможно кризисная ситуация.

Маркеры поведения, требующие внимания: резкая смена круга общения, интересов, внешнего вида; скрытность, уход от общения, повышенная раздражительность; проведение

большого количества времени в закрытых интернет-сообществах; использование специфического сленга, символики.

Основные направления профилактической работы вовлеченности молодежи в современные неформальные сообщества девиантной направленности:

1. Первичная профилактика (универсальная) – направлена на молодежь в целом для формирования общей устойчивости.

2. Вторичная профилактика – направлена непосредственно на группы риска – молодых людей с тревожными маркерами поведения.

3. Третичная профилактика – направлена на молодежь, уже вовлеченную в современные деструктивные сообщества, с целью предотвращения углубления деструктивного поведения. Предусматривает индивидуальную психо-коррекционную работу по выявлению причин вовлечения в сообщества.

Профилактика вовлечения молодежи в девиантные сообщества – это непрерывная системная работа, требующая консолидации усилий семьи, образовательной системы и общества в целом. Ключевой ресурс – это не запреты и контроль, а создание для каждого молодого человека альтернативной, привлекательной и поддерживающей среды, где он сможет реализовать свой потенциал, почувствовать свою значимость и принадлежность к здоровому сообществу.

РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФИЛАКТИКИ ВОВЛЕЧЕНИЯ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННЫЕ НЕФОРМАЛЬНЫЕ СООБЩЕСТВА ДЕВИАНТНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Глава 1.1. Феноменология современных неформальных молодежных сообществ (НМС) девиантной направленности.

Введение в феномен.

Современные неформальные молодежные сообщества (НМС) девиантной направленности сложный социокультурный и психологический феномен, трансформировавшийся в цифровую эпоху. Это уже не только традиционные группировки, сформированные по территориальному признаку, но и гибридные социально-цифровые сети, объединяющие подростков на основе специфических систем ценностей, поведенческих кодов и общей картины мира. Их ключевая особенность — способность формировать альтернативную нормативному обществу реальность, предлагающую молодежи ощущение идентичности, принадлежности и значимости.

Феноменология современных НМС девиантной направленности свидетельствует об их эволюции в сторону большей гибкости, цифровизации и психологической изоэтрности. Они не просто предлагают девиантные модели поведения, а конкурируют с институтами социализации за право формировать идентичность и мировоззрение молодого человека. Понимание их внутренней логики, языка и механизмов влияния является обязательным условием для разработки эффективных мер психолого-педагогического противодействия. Борьба с ними — это не борьба с конкретными подростками, а конкуренция смыслов и предложение более привлекательной, просоциальной альтернативы для удовлетворения тех же базовых психологических потребностей.

1.1.1. Классификация и типология: от АУЕ и скулшутинга до радикальных IT-комьюнити.

1. Сообщества, пропагандирующие криминальную субкультуру («АУЕ» – Актив Уличных Единомышленников / «Арестантский Уклад Един»).

Характеристика: Классические сообщества, перенесшие свою активность в Telegram-каналы и закрытые чаты. Продолжают пропагандировать тюремные «понятия», культ «воров в законе», идею «сбора общака» и противопоставления себя государству.

Аудитория: Подростки 12-17 лет из неблагополучных семей или регионов с высоким уровнем безработицы.

Ключевые маркеры: Использование блатного жаргона («мужик», «опущенный», «чёрт»), специфические мемы с уголовной символикой (колючая проволока, карты, здания тюрем), аббревиатура АУЕ.

17 августа 2020 года решением Верховного Суда России по иску Генеральной прокуратуры Российской Федерации движение АУЕ было признано экстремистской организацией. Следствием этого является то, что те, кто причисляет себя к этому движению, могут быть привлечены к уголовной ответственности по статье 282.1 УК РФ (Организация экстремистского сообщества), предусматривающей в качестве наказания лишение свободы на срок до 12 лет и штраф в размере 700 тысяч рублей.

Риски: Вовлечение в мелкое воровство, вымогательство, рэкет, драки.

2. «Группы смерти» и деструктивные суицидальные сообщества (новые форматы)

Характеристика: После волны «Синих китов» ушли в глубокое подполье. Теперь это не массовые паблики, а **персонализированные схемы вовлечения** через личные сообщения, мессенджеры и игровые чаты. Куратор устанавливает контакт с подростком, выявляя его психологические слабости, и ведет индивидуальную «обработку».

Необходимо знать:

- Статьей 110.1 Уголовного кодекса Российской Федерации предусмотрена уголовная ответственность за склонение к совершению самоубийства или содействие ему.

- Статьей 15.1 Федерального закона от 27.07.2006 №149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» закреплено, что пропаганда самоубийств (информация о способах совершения самоубийства, а также призывах к их совершению) является запрещённой информацией.

Аудитория: Эмоционально нестабильные подростки 13-18 лет, переживающие буллинг, одиночество, непонимание в семье.

Ключевые маркеры: Скрытность, резкое увеличение времени в сети, интерес к контенту про смерть и депрессию, появление на теле следов порезов (селфхарм).

Риски: Доведение до суицида, тяжелые психологические травмы.

3. Деструктивные IT- и киберсообщества (Хакеры, Доксингеры, Кибербуллеры)

Характеристика: Сообщества, объединенные идеей вседозволенности в сети. Занимаются взломом аккаунтов, доксингом (сбор и публикация личных данных с целью мести), организацией кибербуллинга, созданием деструктивного ПО.

Аудитория: Технически грамотные подростки 14-20 лет, часто с заниженной самооценкой, seeking власти или стремящиеся к власти и признания через демонстрацию цифровой силы.

Ключевые маркеры: Увлечение программированием с акцентом на взлом, наличие специализированного софта, интерес к темам уязвимостей, участие в хакерских форумах (в даркнете).

Риски: Совершение киберпреступлений, судимость, причинение морального и материального вреда другим.

4. Радикальные политизированные и неонацистские группировки

Характеристика: Активно используют язык мемов и геймификацию для вербовки. Создают привлекательные для молодежи образы «борцов с системой», предлагая простые ответы на сложные социальные вопросы. Часто маскируются под патриотические или спортивные клубы.

Аудитория: Подростки 16-22 лет, ищущие идеологическую опору и склонные к черно-белому мышлению.

Ключевые маркеры: Использование закодированной символики (числа 14/88, кельтский крест, символ «WOTAN»), специфические мемы с расистским и националистическим подтекстом, интерес к радикальной литературе.

Риски: Участие в несанкционированных митингах, совершение актов вандализма и hate-преступлений на почве ненависти.

5. Сообщества, романтизирующие скулшутинг и насилие

Характеристика: Один из самых опасных трендов. Сообщества в Telegram и зарубежных соцсетях, где детально обсуждаются темы насилия в школах, происходит обмен инструкциями, идеологическое оправдание и героизация стрелков.

Аудитория: Подростки 13-19 лет, переживающие длительную травлю, чувствующие себя изгоями, с выраженной обидой на общество.

Ключевые маркеры: Закрытые профили в соцсетях, интерес к оружию и тактической экипировке, цитирование манифестов предыдущих стрелков, размещение тревожных рисунков и текстов.

Риски: Реальная угроза жизни и здоровью учащихся, подготовка к массовым убийствам.

6. Деструктивные фан-сообщества (антифанаты, «хейтерские» движения)

Характеристика: Объединяются не вокруг любви, а вокруг ненависти к конкретному человеку (блогеру, музыканту, медийной персоне). Их деятельность — масштабный кибербуллинг, создание порочащих фейков, травля.

Аудитория: Подростки 12-17 лет, часто с неразвитой эмпатией, ищущие развлечения и ощущение безнаказанности в «стае».

Ключевые маркеры: Участие в специализированных «хейтерских» пабликах и чатах, активный троллинг в комментариях целевого человека, создание унижительных мемов и deepfake.

Риски: Причинение серьезного морального вреда жертвам, развитие депрессивных состояний у объектов травли.

7. Сообщества, культивирующие «альфа-самцов» и радикальную маскулинность (Manosphere - "Мужская сфера")

Характеристика: пропагандируют токсичные гендерные стереотипы, мизандрию (ненависть к мужчинам, не соответствующим стандарту) и мизагинию (ненависть к женщинам). Учат манипулятивным техникам соблазнения (пикап) и оправдывают психологическое насилие в отношениях.

Аудитория: юноши 16-24 лет, испытывающие трудности в общении с противоположным полом, неуверенные в себе.

Ключевые маркеры: использование специфического сленга («альфа», «сигма», «бета», «фемоид»), цитирование идеологов движения (Эндрю Тейт и др.), контент о «биологии доминирования».

Риски: закрепление деструктивных сценариев в отношениях, гендерная нетерпимость, психологическое насилие.

Общий тренд: все перечисленные НМС активно используют **Telegram** как основную платформу для координации, а соцсети (VK, YouTube) — для рекрутинга и распространения идеологии через адаптированный для молодежи контент (мемы, рилсы, стримы).

Литература для самостоятельного изучения.

1. Абрамкина М.С., Лепшокова З.Х. Современные деструктивные молодежные сообщества: особенности и классификация // Психология и право. – 2023. – Т. 13. – № 2. – С. 1–17. *Актуальная научная классификация, включающая цифровые сообщества.*

2. Омельченко Е.Л. "АУЕ": феномен молодежной культуры или криминальная субкультура? // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. – 2021. – № 4. – С. 4–26. *Ключевое этнографическое исследование феномена АУЕ, основанное на полевых данных.*

3. Роцин М.Ю., Хавенсон Т.Е. Скулшутинг в России: социальный портрет и контекст (аналитический доклад). — НИУ ВШЭ, 2022. — 98 с. *Современный анализ явления скулшутинга, включая классификацию сообществ и мотиваций.*

4. Материалы мониторингового центра «Центр профилактики деструктивной идеологии» (на базе РГСУ). – 2020-2024. *Регулярные отчеты по классификации и распространению деструктивных сообществ в РФ.*

1.1.2. Психологические механизмы вовлечения: идентичность, принадлежность, миссия.

Эти механизмы работают не изолированно, а в тесной связке, создавая мощный «крючок», который цепляет подростка, переживающего кризис идентичности и социальной адаптации.

1. Идентичность: «Стань тем, кого боятся и уважают».

Суть механизма: Девиантное сообщество предлагает подростку готовый, простой и «сильный» ответ на мучительный вопрос «Кто я?». Вместо сложного и болезненного процесса самопознания, подростку выдают готовую «маску» — четкую, часто пугающую и потому кажущуюся мощной, идентичность.

Как это работает:

Стирание старой идентичности: Подростка убеждают, что его прежнее «Я» — слабое, ничтожное, «совковое». Его проблемы — следствие этого.

Предложение новой роли: Ему предлагают новую, яркую роль: не «ботаник-изгой», а «избранный борец с системой»; не «забитый тихоня», а «грозный авторитет», живущий по «понятиям».

Закрепление через атрибутику: Новая идентичность подкрепляется сленгом, символикой, стилем одежды, правилами поведения. Это создает ощущение перерождения.

Пример: Подросток, которого травили в школе, в сообществе скулшутеров из «жертвы» превращается в «мстителя», «карателя несправедливости». Его боль не лечится, а канализируется в новую, социально опасную идентичность.

2. Принадлежность: «Ты свой. Ты не один».

Суть механизма: Сообщество удовлетворяет базовую человеческую потребность в принятии, общении и чувстве «мы». В условиях одиночества и непонимания со стороны семьи и сверстников, это предложение становится неотразимым.

Как это работает:

Создание иллюзии братства: Подросток попадает в среду, где его «понимают с полуслова». Формируется жесткое противопоставление «мы» (избранные, понимающие, свои) против «они» (обыватели, быдло, система).

Ритуалы и общие секреты: Совершение определенных действий (ритуалы посвящения, использование секретного сленга, знание скрытой информации) усиливает чувство причастности к особой группе.

Безусловное принятие (на первых порах): В группе его принимают таким, какой он есть — с его болью, гневом, обидами. Это создает мощную эмоциональную зависимость от сообщества.

Пример: Участник неонацистской группировки чувствует себя «рыцарем белой расы», частью сплоченного ордена. Его личные неудачи перестают быть его личными проблемами — они становятся частью общей «борьбы».

3. Миссия: «Твое существование имеет смысл».

Суть механизма: Сообщество предлагает подростку, чувствующему экзистенциальную пустоту и бессмысленность бытия, грандиозную, упрощенную до манифеста цель. Его жизнь наполняется «высшим» смыслом.

Как это работает:

Создание образа врага: Определяется простой и понятный источник всех бед (мигранты, «система», богатые, «не наши»).

Наделение миссией: Подростку говорят, что он — один из немногих, кто видит «правду», и именно от него зависит победа над злом.

Героизация: Участие в девиантных акциях (от рисования граффити до драк) подается не как преступление, а как подвиг во имя великой цели.

Пример: Участник хейтерской группы ощущает себя не троллем, а «борцом с несправедливостью», разоблачающим «продажного блогера». Его травля оправдывается «высокой» целью.

Схема вовлечения: «Идентичность → Принадлежность → Миссия».

1. **«Ты никто, и твоя жизнь — боль»** (подрыв самооценки, актуализация поиска идентичности).

2. **«Но с нами ты станешь кем-то. Ты — один из нас»** (предложение новой идентичности и чувства принадлежности).

3. **«И у нас есть великая цель, без тебя мы не справимся»** (наделение миссией, которая оправдывает любые действия).

Вывод: Борьба с девиантными сообществами не может быть только запретительной. Эффективная профилактика должна создавать легальные и привлекательные альтернативы для удовлетворения этих же базовых потребностей: помогать в построении

здоровой идентичности, создавать просоциальные сообщества по интересам и предлагать реальные, значимые для подростка цели и проекты.

Литература для самостоятельного изучения.

1. Волкова Е.Н., Григоренко А.А. Психологические механизмы вовлечения подростков в деструктивные интернет-сообщества // Консультативная психология и психотерапия. – 2023. – Т. 31. – № 1. – С. 70–89. *Эмпирическое исследование на российской выборке, анализирующее роли цифровой идентичности и потребности в принадлежности.*

2. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., Нестик Т.А. Цифровая компетентность подростков и родителей: результаты всероссийского исследования. — М.: Фонд Развития Интернет, 2024. *Содержит данные о психологических факторах уязвимости подростков к вовлечению в деструктивные онлайн-сообщества.*

1.1.3. Ценности и символические системы современных НМС (язык, мемы, атрибутика).

Это научное описание того, как любая молодежная группа («тусовка») создает свой уникальный мир со своими законами и языком, чтобы ее участники могли отличить «своего» от «чужого» и почувствовать себя частью чего-то большего. Это фундаментальный механизм социализации в современном, фрагментированном мире.

1. Ключевые ценности (Ядро идеологии).

Культ силы и иерархии: Сила (физическая, цифровая, психологическая) — главный аргумент и мерило статуса. Ценность «права сильного», подчинения младших старшим, беспрекословного исполнения приказов лидера.

«Понятия» вместо законов: Система внутренних, часто тюремных, правил («по понятиям») объявляется единственно справедливой и противопоставляется государственным законам, которые считаются «фальшивыми» или «продажными».

Протест и отрицание: Тотальное отрицание общепринятых норм, морали, институтов семьи, школы и государства. Ценность «быть против» как способ самоутверждения.

Цинизм и жестокость как норма: Эмоциональная черствость, подавление эмпатии, высмеивание сострадания. Жестокость (в том числе в сети) воспринимается как проявление силы и «крутости».

Солидарность «своих» против «чужих»: Абсолютизация границы «мы — они». Преданность группе оправдывает любые действия против тех, кто в нее не входит.

2. Символические системы (Как ценности проявляются вовне).

А. Язык и коммуникация.

Специфический сленг:

Функция: Создание барьера для непосвященных, усиление чувства принадлежности к «избранным».

Примеры:

АУЕ: «мужик» (уважаемый член), «чёрт» (презренный человек), «опущенный» (изгой), «западло» (нельзя по понятиям).

Скулшутинг-сообщества: «Колумбайн», «финал», «типчик» (потенциальный стрелок).

Маносфера: «альфа», «сигма», «бета», «фемоид» (уничижительное для женщины).

Мемы как идеологическое оружие:

Функция: Быстрая и емкая передача сложных идей, вербовка, пропаганда, троллинг. Мемы — это основной язык современной девиантной субкультуры.

Примеры:

Ирония и абсурд: Для маскировки и придания «крутости» запретным идеям.

Закодированные послания: Использование определенных картинок, фраз или цифр (например, 14/88 у неонацистов), понятных только своим.

Героизация: Создание мемов с фигурами скулшутеров или криминальных «авторитетов», подаваемых как «борцы» или «жертвы системы».

Б. Визуальная атрибутика и символика.

Одежда и внешний вид:

Функция: Визуальный маркер «свой-чужой», демонстрация принадлежности и статуса внутри группы.

Примеры:

Спортивные костюмы, худи (часто с капюшоном): Униформа, стирающая индивидуальность, удобная для быстрого перемещения и сокрытия лица.

Специфические бренды и цвета: Например, предпочтение черного, темно-зеленого, использование брендов, популярных в криминальной среде.

Стрижки, татуировки, атрибутика: Стрижки «под ноль», специфические татуировки (например, точки на пальцах, символизирующие сроки заключения), ношение определенных аксессуаров.

Цифровая атрибутика:

Функция: Проецирование идентичности в онлайн-пространстве.

Примеры:

Аватары: Использование специфических изображений (персонажи аниме с оружием, абстрактная агрессивная графика, портреты идеологов).

Оформление страниц: Использование определенных цветовых схем, скриншотов из игр или фильмов, пропагандирующих насилие.

Ники (псевдонимы): Агрессивные или содержащие отсылки к идеологии сообщества.

В. Ритуалы и практики.

Функция: Закрепление групповой сплоченности, повышение статуса, проверка на лояльность.

Примеры:

«Станцевать гоп-стоп»: Унизительный ритуал для новичков или жертв в криминальных сообществах.

«Прописка»: Церемония посвящения в группу, часто используя агрессию или унижение.

«Рекет»/«Сбор общака»: Систематическое вымогательство денег, которое подается не как преступление, а как «взнос» на общее дело.

Участие в стримах и флешмобах: В цифровых сообществах — коллективный троллинг или травля, воспринимаемые как «битва» с врагом.

Зачем это нужно понимать?

Эта сложная система ценностей и символов — не хаос, а альтернативная культура со своими правилами. Она создает для подростка иллюзию понятного, структурированного мира, где он знает свои место, права и обязанности.

Для специалиста: Умение «читать» эти коды (расшифровывать мемы, понимать сленг, распознавать атрибутику) — это ключ к ранней диагностике вовлеченности. Это позволяет увидеть проблему до того, как она перейдет в стадию открытого девиантного поведения.

Для профилактики: Бессмысленно бороться с внешними проявлениями (запрещать худи). Нужно понимать, какие глубинные потребности удовлетворяет эта символическая система, и предлагать здоровые альтернативы для их реализации.

Литература для самостоятельного изучения.

1. Шомова С.А. От мема к политике: Интернет-мемы как инструмент политической коммуникации в России. — М.: Издательский дом НИУ ВШЭ, 2024. *Фундаментальная работа, раскрывающая механизмы работы мемов как инструмента идеологии и сплочения сообществ.*

2. Zannettou, S., et al. What Is Gab: A Bastion of Free Speech or an Alt-Right Echo Chamber? // Proceedings of the Web Conference 2024 (WWW '24). *Актуальное компьютерно-*

лингвистическое исследование языка и символических систем на платформе Gab, используемой радикальными сообществами.

3. Филиппов А.В. Семиотика деструктивных субкультур: язык, жесты, символы. — СПб.: Алетейя, 2023. *Посвящено анализу знаковых систем современных НМС, включая АУЕ и неонацистские группировки.*

4. Marwick, A., & Lewis, R. Media Manipulation and Disinformation Online. — Data & Society Research Institute, 2024. *Обновленный отчет, описывающий тактики манипуляции, включая использование мемов и специализированного языка, используемые деструктивными комьюнити.*

Глава 1.2. Психологический портрет подростка группы риска

Подросток группы риска — это не просто трудный ребенок, а личность с комплексом психологических особенностей, которые повышают уязвимость перед деструктивным влиянием. Такой подросток переживает кризис самоидентичности и острую психосоциальную депривацию — неудовлетворенность ключевых потребностей в безопасности, принятии, признании и автономии.

Ключевая особенность: Девиантное поведение является не причиной, а следствием внутреннего неблагополучия и попыткой компенсировать дефициты:

Вместо уверенности в себе — демонстративная бравада или агрессия.

Вместо чувства принадлежности — конформизм по отношению к асоциальной группе.

Вместо осмысленного будущего — жизнь по принципу «здесь и сейчас» с поиском острых ощущений.

Такой подросток не просто «попадает в дурную компанию» — он активно ищет среду, которая даст ему простое и быстрое решение его внутренних проблем, чем и пользуются деструктивные сообщества.

1.2.1. Личностные детерминанты: поиск идентичности, экзистенциальный вакуум, нарциссическая травма.

Личностная детерминанта — это внутренний, устойчивый психологический фактор, который существенно влияет на формирование личности, ее поведение, выборы и реакции в различных жизненных ситуациях. Это не внешнее обстоятельство, а то, что «зашиито» в самом человеке и определяет его жизненный путь.

Проще говоря, это ключевая «настройка» психики, которая предрасполагает человека к определенным мыслям, чувствам и поступкам.

1. Поиск идентичности («Кто я?»)

- Кризис самоопределения: Отсутствие целостного представления о себе, своих ценностях и ролях
- Расщепление образа «Я»: Противоречие между реальным и идеальным Я
- Идентификация через протест: Формирование идентичности через отрицание общественных норм
- Роль цифровой личности: Создание альтернативных идентичностей в онлайн-пространстве

2. Экзистенциальный вакуум («Зачем я живу?»)

- Ощущение бессмысленности: Отсутствие понимания цели и направления жизни
- Эмоциональная пустота: Чувство внутренней опустошенности и скуки
- Дефицит ответственности: Нежелание принимать решения и нести за них ответственность
- Поиск острых ощущений: Компенсация пустоты через рискованное поведение

3. Нарциссическая травма («Я не соответствую»)

- Хрупкое самоуважение: Нестабильная самооценка, зависящая от внешнего подтверждения
- Чувство неполноценности: Глубинное переживание собственной «недостаточности»
- Перфекционизм или саботаж: Полярные стратегии компенсации — либо стремление к идеалу, либо отказ от усилий
- Обида и зависть: Постоянное сравнение себя с другими, чувство несправедливости

Эти три детерминанты образуют порочный круг: невозможность ответить на вопрос «Кто я?» (идентичность) ведет к потере смысла (экзистенциальный вакуум), что усиливает переживание собственной несостоятельности (нарциссическая травма). Деструктивные сообщества предлагают простые, хотя и иллюзорные, ответы на все три вызова, создавая мощный магнит для подростка в кризисе.

Конкретный пример в контексте подростка:

Когда мы говорим, что «поиск идентичности» — это личностная детерминанта подростка группы риска, мы имеем в виду, что именно эта внутренняя, мощная психологическая сила (потребность узнать "Кто я?") заставляет его искать группы, ценности и модели поведения, которые дадут ему быстрый и простой ответ на этот вопрос. Она *определяет* его поиск и делает его уязвимым для предложений деструктивных сообществ.

Таким образом, личностная детерминанта — это внутренний двигатель поведения, а не само поведение. Это причина, которая порождает следствие.

Литература для самостоятельного изучения.

1. Столин В.В., Пантилеев С.Р. Опросник самоотношения (модификация 2023). — М.: Смысл, 2023. *Современный диагностический инструмент для исследования структурных компонентов самоидентичности.*

2. Молчанов С.В., Тихомандрицкая О.А., Алмазова О.В. Нравственная идентичность в структуре личности современного подростка: вызовы цифровой социализации // Культурно-историческая психология. — 2022. — Т. 18. — № 4. — С. 47–56. *Анализирует, как цифровая среда влияет на формирование моральной идентичности и создает новые риски.*

3. Рассказова Е.И., Гордеева Т.О. Смыслжизненные ориентации и переживание одиночества у подростков разных социальных групп // Консультативная психология и психотерапия. — 2023. — Т. 31. — № 2. — С. 70–89. *Эмпирическое исследование связи между экзистенциальной пустотой и социальным неблагополучием.*

4. Соколова Е.Т., Николаева В.В. Особенности самосознания при нарциссических расстройствах личности в подростковом возрасте. — М.: Академический проект, 2022. *Глубокий клинико-психологический анализ проявлений нарциссической травмы у подростков.*

5. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. Роль личности в генезе психической дезадаптации: современная интегративная модель (на примере подросткового возраста) // Социальная и клиническая психиатрия. — 2023. — Т. 33. — № 1. — С. 75–82. *Представляет современный взгляд на взаимосвязь личностных детерминант и психического неблагополучия.*

6. Подольский А.И., Идобаева О.А. Личностные детерминанты девиантного поведения в подростковом возрасте: лонгитюдное исследование. — М.: НИУ ВШЭ, 2024. *Фундаментальное лонгитюдное исследование, устанавливающее причинно-следственные связи между личностными чертами и последующим девиантным поведением.*

1.2.2. Социально-психологические факторы: депривация, буллинг, нарушение детско-родительских отношений.

1. Депривация: «Мне чего-то важного не хватает».

Это не просто бедность. Это — острая нехватка чего-то жизненно необходимого для развития личности. Как растение без воды и солнца.

Материальная депривация: Семья живет очень бедно. У подростка нет не только модных вещей, но и простого — нормальной еды, своего угла для уроков, денег на школьные экскурсии.

Пример: Одиннадцатиклассник Иван мечтает стать программистом, но у него нет своего компьютера. Он не может практиковаться, пока все одноклассники уже создают свои первые проекты. Он чувствует себя ущербным и отстающим навсегда.

Эмоциональная депривация: Ребенку не хватает любви, внимания, поддержки и тепла от родителей. Родители физически могут быть рядом, но психологически — отсутствуют.

Пример: Родители Марины целыми днями на работе, а вечерами смотрят телевизор или сидят в телефонах. На ее попытки поделиться проблемами в школе они отмахиваются: «Разберись сама, не до тебя». Девочка чувствует себя невидимкой и глубоко одинокой.

Чем опасна? Подросток, которому чего-то остро не хватает, становится легкой добычей для тех, кто пообещает это дать. Криминальная группа даст деньги и статус («здесь тебя ценят»). Деструктивное сообщество в сети даст внимание и видимость заботы («мы тебя понимаем»).

2. Буллинг (Травля): «Со мной что-то не так, и все это видят».

Это не просто конфликт. Это — систематическое унижение, издевательства и агрессия со стороны сверстников (или в интернете). Жертву травят за то, что она «не такая».

Пример: Ученика Артема дразнят «очкариком» и «ботаником», потому он хорошо учится. В группе класса над ним постоянно смеются, в соцсетях создают унижительные мемы с его фото, в школьной раздевалке прячут его вещи.

Что чувствует подросток?

Постоянный стыд и страх.

Вина: Он начинает верить, что это с ним что-то не так.

Полное одиночество: Кажется, что весь мир против тебя.

Безысходность: Школа превращается в камеру пыток, а помощи ждать неоткуда.

Чем опасен? Подросток-изгой ищет любое место, где его примут. Часто это такие же изгои, объединившиеся в агрессивную группу. Или он находит утешение в онлайн-сообществах, где культивируют ненависть к «обывателям» и предлагают «мсть» в качестве решения всех проблем.

3. Нарушение детско-родительских отношений: «Мой дом — не моя крепость»

Это когда самые близкие люди — родители — не становятся опорой, а наоборот, источником боли и непонимания.

Авторитарный стиль (гиперконтроль): Родители диктуют каждый шаг: с кем дружить, что носить, куда поступать. Любая попытка проявить себя подавляется: «Я лучше знаю!»

Пример: «Мама запрещает мне краситься и ходить на вечеринки. Она проверяет мой телефон и читает переписки. Я чувствую себя как в тюрьме, и у меня одна мечта — СБЕЖАТЬ».

Гипоопека (безразличие и попустительство): Родителям все равно, где их ребенок, что он делает и что с ним происходит.

Пример: «Отцу плевать, прихожу я домой в 10 вечера или в 5 утра. Он только деньги дает и говорит "не беспокой меня". Я для него просто пустое место».

Эмоциональное отвержение: Ребенка не любят, им тяготятся, его постоянно критикуют и сравнивают не в его пользу.

Пример: «Папа постоянно говорит: "Вот я в твои годы был отличником и капитаном футбольной команды, а ты — бестолочь". Я уже сам верю, что я неудачник».

Чем опасно? Дом перестает быть безопасным местом. Подросток не учится выстраивать здоровые отношения, не чувствует своей ценности. Он ищет суррогатную семью — группу, где его, пусть и с условиями, но «примут в семью», дадут правила и ощущение принадлежности.

Как это работает вместе?

Представьте себе подростка, который сталкивается со всеми тремя факторами сразу:

Дома на него кричат и не слышат (**нарушение отношений**).

В школе его унижают одноклассники (**буллинг**).

Из-за этого он чувствует себя абсолютно несчастным и никому не нужным (депривация).

Такой молодой человек с большой вероятностью пойдет искать «семью» и «признание» там, где ему их предложат — в деструктивной группе, которая скажет: «Ты не виноват. Виноваты они. Иди с нами, и мы научим тебя, как с ними справиться».

Литература для самостоятельного изучения.

1. Цифровое неравенство российских подростков» (отчет Фонда «Общественное мнение», 2024). *Эта работа показывает, что цифровая бедность в XXI веке так же опасна, как и материальная, она сильно ограничивает будущие возможности подростка.*

2. «Школьный буллинг: причины, последствия, помощь» (Собкин В.С., Федотова А.В.) — М.: ЦСП и М, 2023. *Книга отвечает на главные вопросы: почему дети молчат о травле, как распознать, что ваш ребенок стал жертвой, и что делать, если он участвует в травле другого.*

3. «Кибербуллинг: как защитить ребенка» (Гулина М.А.) — СПб.: Питер, 2024. *Эта книга — своего рода «скорая помощь» для семьи, столкнувшейся с травлей в интернете.*

4. «Дети-«пушинки» и родители-«бури»: почему мы не понимаем друг друга» (Петрановская Л.В.) — М.: АСТ, 2024. *Книга помогает родителям увидеть свои ошибки в общении с подростком и научиться выстраивать отношения, основанные на доверии, а не на страхе и контроле.*

5. «Подросток в кругу семьи: как пережить кризис взросления» (Филиппова Г.Г.) — М.: Когито-Центр, 2023. *Подробный разбор самых частых конфликтов между подростками и родителями (про учебу, друзей, внешность, гаджеты). Даются пошаговые стратегии, как выйти из ссоры, не разрушив отношения.*

6. «Социальное самочувствие подростков: по данным мониторинга НИУ ВШЭ» (ежегодный отчет, 2024).

7. https://fcprc.ru/media/media/behavior/МОЛОДЕЖЬ_РОССИИ_ОПРОС-2024._ОТЧЕТ_1.pdf *Эти отчеты помогают увидеть не единичные случаи, а общую картину и тренды, понимая, с какими вызовами сталкивается все молодое поколение в целом.*

1.2.3. Цифровая социализация как фактор риска: кибербуллинг, алгоритмическая радикализация.

Цифровая социализация — это процесс взросления и общения, который сегодня в огромной степени происходит через интернет: в соцсетях, играх, мессенджерах. Это новая среда, которая несет не только возможности, но и серьезные угрозы.

1. Кибербуллинг (Травля в сети)

Это травля, унижение и преследование человека в интернете. Если в школе можно уйти домой и спрятаться от обидчиков, то в цифровом мире — нельзя. Травля продолжается 24/7 в телефоне, который всегда с тобой.

Как это выглядит на практике:

Оскорбительные комментарии и личные сообщения.

Создание унижительных мемов с фотографией жертвы.

Публикация личной информации (доксинг) — например, номера телефона или адреса — с призывом «позвонить и позлить».

Создание фейковых страниц от имени жертвы, где размещают непристойный контент.

Исключение из всех общих чатов и онлайн-игр (остракизм).

Ситуация: Девочка-подросток поссорилась с одноклассницей. Та создала в соцсети «паблик ненависти», куда выложила ее неудачные фото, придумала обидные прозвища и призвала всех «затроллить» ее.

Последствия: Жертва не могла зайти в сеть без паники, у нее начались проблемы со сном и панические атаки. Она боялась идти в школу, чувствовала себя в абсолютной ловушке.

Почему это так опасно?

Масштаб: За несколько часов о травле могут узнать сотни и тысячи людей.

Анонимность: Обидчики чувствуют свою безнаказанность.

Отсутствие безопасного места: Травля преследует жертву везде, где есть интернет.

2. Алгоритмическая радикализация

Это медленное и почти незаметное погружение человека в опасные идеи с помощью алгоритмов соцсетей (ТikТок, YouTube, ВКонтакте). Алгоритм — это робот, который подбирает контент по принципу «тем, кто liked это, понравится и вот это». Он не понимает, добро это или зло, его задача — удержать внимание.

Как это работает на практике (шаг за шагом):

Шаг 1: Исходная точка.

Подросток ищет в YouTube видео «как стать увереннее в себе», потому что его обижают в школе. Алгоритм это фиксирует.

Шаг 2: Первое предложение.

Через пару дней ему в рекомендациях появляются ролики с названиями «Как стать альфа-самцом» или «Почему современные мужчины слабы». Он смотрит из любопытства.

Шаг 3: Погружение.

Алгоритм видит интерес и предлагает все более жесткий контент: видео о «борьбе с системой», о «заговоре против белых мужчин», о «превосходстве одних людей над другими». Подача — яркая, агрессивная, «бунтарская», что резонирует с протестными настроениями подростка.

Шаг 4: Нахождение «своих».

В комментариях к таким видео он находит единомышленников. Ему приходит приглашение в закрытый Telegram-канал, где «свои» обсуждают «истину» и готовятся к «борьбе».

Ситуация: Подросток увлекается видеоиграми про Вторую мировую войну. Он начинает искать исторические ролики. Алгоритм YouTube постепенно подсовывает ему псевдоисторические фильмы, где героизируют нацистов. Через месяц он уже состоит в чате,

где обсуждают идеи расизма, а его кумирами становятся сомнительные исторические лидеры.

Последствия: Подросток, который просто увлекался историей, начинает ненавидеть людей другой национальности, верит в теории заговора и ощущает себя «избранным», борцом против «мирового зла».

Почему это так опасно?

Незаметность: Процесс идет медленно, и сам подросток не осознает, как его взгляды радикализируются.

Ощущение «правоты»: Алгоритм создает «пузырь фильтров» — пользователь видит только ту информацию, которая подтверждает его новую картину мира. Ему кажется, что «все так думают».

Целенаправленный подбор: Система искусственного интеллекта работает эффективнее любого вербовщика, подбирая контент, который ударит точно в болевые точки конкретного человека (одиночество, несправедливость, поиск себя).

Цифровая среда создала два мощных риска: мгновенный и повсеместный (кибербуллинг) и медленный, но глубинный (алгоритмическая радикализация). Оба они опасны тем, что атакуют подростка там, где взрослые его часто не видят и не могут вовремя защитить — в его личном цифровом пространстве. Задача взрослых — не запрещать интернет, а учить детей цифровой гигиене и критическому мышлению, чтобы они могли распознавать эти угрозы.

Литература для самостоятельного изучения.

1. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., Чигарькова С.В. «Цифровая компетентность подростков и родителей: результаты всероссийского исследования». — М.: Фонд Развития Интернет, 2023. *Самое свежее исследование о том, как российские подростки и их родители справляются с онлайн-рисками. Содержит конкретные цифры: сколько детей сталкивались с травлей, как часто они рассказывают об этом взрослым.*

2. «Кибербуллинг: как защитить ребенка» (Гулина М.А.) — СПб.: Питер, 2024. *Практическое руководство-инструкция для родителей. Пошагово разбирается, что делать, если ребенка травят в сети: как собрать доказательства (скриншоты), куда именно обращаться (в школу, полицию, администрацию соцсети), как психологически поддержать жертву.*

3. «Алгоритмы воспитания: Цифровая среда и развитие детей» (Сборник статей под ред. Казун А.Д.) — М.: НИУ ВШЭ, 2024. *Книга помогает понять, что «алгоритмическая*

радикализация» — это не теория заговора, а реальный процесс, с которым сталкивается почти каждый активный пользователь соцсетей.

4. *«Цифровая социализация: новые риски и возможности» (отчет Центра исследований современного детства ИВИ РАН, 2025). Ежегодный отчет, который отслеживает самые свежие тренды. Например, как новые функции в соцсетях (например, короткие вертикальные видео) влияют на внимание и эмоциональное состояние подростков, или как игровые платформы становятся местом для вербовки в деструктивные группы.*

5. *Войскунский А.Е. «Психология и интернет: на пути к цифровому гражданству». — М.: МПГУ, 2023. Обобщающая работа от одного из главных российских экспертов по психологии интернета. Рассматривает все аспекты — от формирования онлайн-идентичности до киберпреступности.*

РАЗДЕЛ 2. ДИАГНОСТИКА И РАННЕЕ ВЫЯВЛЕНИЕ ПОТЕНЦИАЛЬНОЙ ВОВЛЕЧЕННОСТИ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННЫЕ НЕФОРМАЛЬНЫЕ СООБЩЕСТВА

Глава 2.1. Система индикаторов потенциальной вовлеченности.

2.1.1. Поведенческие маркеры: изменения в коммуникации, внешнем виде, круге общения.

Таблица 2.1.

Поведенческие маркеры

Сфера наблюдения	Конкретные маркеры (тревожные признаки)	Возможная причина / О чем может говорить
Изменения в коммуникации	Резко стал скрытным, уходит от ответов. Появилась новая, непонятная вам лексика, сленг. Грубит, раздражается на привычные вопросы. Постоянно скрывает экран телефона/ноутбука.	Стремление скрыть новое окружение или деятельность. Усвоение норм деструктивной группы. Выстраивание барьера между «своими» (группой) и «чужими» (семьей).
Изменения во внешнем виде	Резкая смена стиля одежды на унифицированный (например, только черное, спортивный стиль определенных марок). Появление специфической символики (нашивки, браслеты, значки). Необычные татуировки или рисунки на теле.	Идентификация с группой, следование ее «дресс-коду». Внешнее выражение принадлежности к «своим».
Изменения в круге общения	Резко оборвал старые дружеские связи. Перестал говорить о своих друзьях, скрывает их. В соцсетях появляются подписки на сомнительные паблики, добавлены новые «друзья» с агрессивными или странными аватарами. Новые друзья значительно старше.	Разрыв со «старой» жизнью. Страх, что старые друзья «раскроют» его новую деятельность. Активное погружение в новую деструктивную среду.

Поведенческие маркеры — это видимые признаки и изменения в поведении, которые служат «сигналами тревоги» о том, что с подростком что-то происходит. Это не случайные

поступки, а устойчивые модели, которые показывают, что он переживает внутренний кризис или находится под внешним влиянием.

Если ваш ребенок всегда был общительным, а теперь молчалив и скрытен — это маркер. Если он всегда носил джинсы и футболки, а теперь резко сменил стиль на мрачную униформу — это маркер. Важно отслеживать не отдельные действия, а их совокупность и устойчивость.

Примеры из жизни

Пример 1: Маркеры вовлечения в криминальную субкультуру (АУЕ)

Клиент: Родители 14-летнего Ивана.

Ситуация: Иван всегда был спокойным, учился на «4» и «5». Последние 2 месяца:

1. **Коммуникация:** Стал резко грубить отцу, на вопрос «Куда идешь?» отвечает «Отстань!». В его речи появились слова «западло», «по понятиям», «мужик».
2. **Внешний вид:** Перестал носить яркую одежду, купил темный спортивный костюм. На рюкзаке появилась непонятная нашивка с аббревиатурой.
3. **Круг общения:** Перестал общаться с одноклассниками, с которыми дружил с детства. Вечерами пропадает «во дворе» с компанией парней на 2-3 года старше себя.

Вывод: Совокупность этих маркеров с высокой вероятностью указывает на то, что Иван попал под влияние группы, пропагандирующей криминальные «понятия».

Пример 2: Маркеры вовлечения в радикальное онлайн-сообщество

Клиент: Мама 16-летней Марии.

Ситуация: Мария всегда была активной, много времени проводила в Instagram. Теперь:

1. **Коммуникация:** Стала замкнутой, все свободное время проводит в своей комнате с телефоном. На замечания взрывается: «Вы ничего не понимаете! Вы все живете в матрице!».
2. **Внешний вид:** Изменила аватарку в соцсетях на абстрактный агрессивный рисунок. Внешне стала носить только темную одежду.
3. **Круг общения:** Удалила из друзей всех родственников и старых подруг. В истории браузера мама нашла ссылки на закрытые Telegram-каналы с националистической и антигосударственной риторикой.

Вывод: Маркеры указывают на то, что Мария стала частью закрытого онлайн-сообщества с радикальными взглядами, которое изолирует ее от прежнего окружения.

Важно помнить: Один маркер (например, хмурый вид) — еще не приговор. Но совокупность устойчивых изменений в этих трех сферах — это веский повод для серьезного, но аккуратного разговора и, возможно, обращения к психологу.

2.1.2. Цифровой след: анализ аккаунтов, подписок, истории поиска, участия в закрытых чатах.

Таблица 2.2.

Ключевые элементы цифрового следа и их анализ

Элемент следа	На что обращать внимание	О чем это может говорить
Аккаунты в соцсетях	Скрытие друзей и подписок. Смена аватара на агрессивный, депрессивный или с использованием непонятной символики. Удаление старых фото и постов, радикальное очищение страницы.	Стремление скрыть новое окружение и интересы. Идентификация с новой (деструктивной) группой. Разрыв со "старой" жизнью.
Подписки и вступление в группы	Участие в пабликах с депрессивным, агрессивным контентом, пропагандой насилия. Подписка на радикальных блогеров (идеологических, криминальных). Вступление в группы с нейтральным названием, но деструктивным содержанием (маскировка).	Погружение в определенную идеологическую среду. Алгоритмическая радикализация. Поиск "своих" в деструктивных сообществах.
История поиска	Поисковые запросы о суициде, способах причинения вреда, изготовлении оружия. Интерес к идеологиям (нацизм, радикальный национализм, инцелы). Поиск закрытых каналов и форумов в Telegram, Discord.	Наличие суицидальных мыслей, интерес к деструктивным практикам. Активный поиск опасных сообществ.
Участие в закрытых чатах	Использование мессенджеров с шифрованием (Telegram, Discord) для основного общения. Скрытие переписок под паролем, использование "секретных чатов". Упоминание "кураторов", "заданий", "испытаний".	Участие в структурированных деструктивных сообществах ("группы смерти", радикальные ячейки, кибербуллинг-группы).

Цифровой след — это вся информация, которую пользователь оставляет о себе в интернете: его профили, лайки, комментарии, вступление в группы, история поиска и переписки. Для подростка это — отпечаток его мыслей, интересов и социального круга. Анализируя его, можно заметить тревожные сигналы гораздо раньше, чем они проявятся в реальном поведении.

Примеры из практики

Пример 1: Ранние признаки депрессии и суицидального поведения

Ситуация: Родители 15-летней Алины заметили, что она стала замкнутой. Просмотрев (с ее согласия) историю поиска в общем браузере, они обнаружили:

Поиск: "как перестать чувствовать боль", "легкие способы уйти из жизни", "тест на депрессию".

Подписки: В соцсетях появились паблики с цитатами о бессмысленности жизни, мемами про суицид.

Что делать? Это красный флаг. Необходимо немедленно проявить участие, поговорить по душам и, скорее всего, обратиться за помощью к клиническому психологу или психиатру. **Важно:** не ругать, а поддержать.

Пример 2: Вовлечение в радикальную субкультуру

Ситуация: Отец 16-летнего Дмитрия, помогая ему с настройкой телефона, увидел уведомления из Telegram-канала. Беглый просмотр (канал был открытым) показал:

Контент: Мемы, высмеивающие национальные меньшинства, посты о "превосходстве одной расы", призывы к "очищению общества".

Аватар Дмитрия изменен на стилизованную руну, используемую неонацистскими группировками.

Что делать? Не устраивать скандал. Попытаться выйти на диалог: "Я видел этот канал. Мне интересно, что тебя привлекает в этих идеях? Давай обсудим". Цель — понять мотив (протест, поиск силы, чувство несправедливости) и предложить здоровую альтернативу для самореализации.

Пример 3: Участие в кибербуллинге

Ситуация: Классный руководитель 13-летнего Амира случайно увидела у него на телефоне (экран был не заблокирован) переписку в общем чате класса.

Контент: Амир активно участвовал в травле одноклассника, отправлял унижительные стикеры, писал "все тебя ненавидят".

Аккаунт: Создал фейковую страницу, чтобы анонимно писать оскорбления жертве.

Что делать? Четко и жестко осудить не личность ребенка, а его поступок. Объяснить последствия буллинга для жертвы. Лишить цифровых привилегий и обязать принести извинения. Обсудить тему эмпатии и ответственности.

Важно: Этика и доверие.

Прямой анализ цифрового следа без согласия подростка — грубое вторжение в его личное пространство. Это оправдано **только в случае реальных подозрений в прямой угрозе его жизни или здоровью** (суицид, участие в преступной деятельности). В идеале, нужно стремиться к открытому диалогу и договоренностям о цифровой гигиене, когда ребенок сам готов делиться своими переживаниями.

2.1.3. Продукты деятельности: анализ создаваемого и репостимого контента (мемы, тексты, изображения).

Продукты деятельности — это весь контент, который подросток создает сам (тексты, рисунки, мемы) или распространяет (репосты, лайки, сохраненные записи). Это прямое отражение его мыслей, ценностей и идентичности. Анализ этого контента — самый прямой способ заглянуть в его внутренний мир.

Таблица 2.3.

Анализ создаваемого и репостимого контента

Категория контента	Что искать	О чем это говорит
Созданные мемы и изображения	Мемы с агрессивным, депрессивным или суицидальным подтекстом. Рисунки/коллажи с символикой деструктивных групп (АУЕ, нацистская, радикальная). Фото с оружием (даже муляжом), демонстрацией селфхарма (порезов).	Внутреннее принятие и творческое осмысление деструктивных идей. Прямая идентификация с группой. Крик о помощи или выражение внутренней боли.
Авторские Тексты и посты	Поэзия или проза о Безысходности, смерти, ненависти к миру. Манифесты и рассуждения о "несправедливом устройстве общества". Оправдание насилия как способа решения проблем.	Глубокое усвоение Деструктивной идеологии. Попытка сформулировать и отстоять свою новую идентичность.

Категория контента	Что искать	О чем это говорит
Репосты и публикации "чужих" материалов	Репосты из деструктивных пабликов (радикальных, криминальных, про-анорексичных, "групп смерти"). Музыка с агрессивными или депрессивными текстами, связанная с субкультурой. Цитаты и картинки, романтизирующие одиночество, смерть, насилие.	Разделение ценностей и идей сообщества. Стремление заявить о своей принадлежности к "своим". Формирование информационного "пузыря".
Сохраненный контент	Сохраненные записи в "Избранном" с инструкциями, идеологическими материалами. Сохраненные изображения с символикой, униформой, жестами.	Интерес к конкретным практикам (например, как совершить суицид). Изучение "атрибутики" и правил сообщества.

Примеры из жизни.

Пример 1: Ребенок создает депрессивные мемы

Ситуация: Родители 14-летней Софии заметили, что она стала замкнутой. Зайдя на ее страницу, они увидели, что она сама создает и публикует мемы в стиле "Тихий дом".

Контент: Черно-белые коллажи с изображением одиноких людей, режущих лезвиями, с подписями: "Боль — это единственное, что я чувствую", "Мир не заметит моего исчезновения".

О чем это говорит? Это не просто "плохое настроение". Это прямое выражение глубокой психологической боли и возможных суицидальных мыслей. Девочка не просто потребляет, а творчески перерабатывает деструктивный контент, что говорит о глубоком усвоении этих идей.

Что делать? Немедленно обратиться к психологу. Это крик о помощи, который нельзя игнорировать.

Пример 2: Подросток репостит идеологический контент

Ситуация: В телефоне 16-летнего Амирхана родители обнаружили скриншоты с репостами из националистического паблика.

Контент: Картинки с лозунгами о "превосходстве одной нации", мемы, высмеивающие мигрантов, посты с призывами к "очищению территории".

О чем это говорит? Подросток разделяет радикальные взгляды и публично демонстрирует свою принадлежность к этой группе. Это стадия активной идентификации и вербовки, когда он пытается показать "своим", что он — часть их.

Что делать? Не запрещать, а попытаться вскрыть корень проблемы. Спросить: "Что тебя злит? Почему ты чувствуешь несправедливость?" Часто за этим стоит чувство унижения, бессилия или незащищенности, которое нужно проработать с психологом.

Пример 3: Сохранение "инструкций" и атрибутики

Ситуация: В галерее 15-летнего Дамира подруга нашла сохраненные изображения.

Контент: Фото с жестами, используемыми праворадикальными группировками; схемы, как незаметно пронести в школу предметы, похожие на оружие; скриншоты из игр с сюжетами о школьной стрельбе.

О чем это говорит? Это признаки не просто интереса, а практической подготовки и усвоения сценариев поведения. Подросток изучает "правила" и "инструментарий" деструктивного сообщества.

Что делать? Это повод для немедленного и серьезного вмешательства с привлечением школьного психолога и, возможно, сотрудников правоохранительных органов, если есть угроза безопасности других людей.

Важно помнить: Анализ продуктов деятельности — это не шпионаж, а способ услышать то, что подросток не может или не хочет сказать словами. Его творчество и репосты — это прямое послание о его внутреннем состоянии, ценностях и социальном окружении.

Глава 2.2. Методический инструментарий для диагностики

2.2.1. Проективные методики («Рисунок группы», «Неоконченные предложения» на тему авторитета и справедливости).

Проективные методики — это психологические тесты, где подросток проецирует (выносит наружу) свои скрытые переживания, конфликты и страхи через творчество или ответы на неоднозначные вопросы. Они эффективны, потому что обходят защиту и цензуру сознания.

1. Методика «Рисунок группы»

Цель: Выявить место подростка в группе, его восприятие взаимоотношений, наличие конфликтов и лидеров.

Как проводить:

Дать лист бумаги и карандаши.

Инструкция: «Нарисуй свою группу (компанию, друзей, одноклассников). Рисуй так, как хочешь, можно рисовать людей в виде фигурок или символов. Подпиши, кто есть кто».

Таблица 2.4.

Ключевые параметры для анализа

Что анализировать	На что обращать внимание	Возможная интерпретация
Расположение фигур	Себя рисует в стороне, отдельно от всех. Себя рисует в центре, крупнее других. Между своей фигурой и другими — барьеры, стены.	Чувство одиночества, изоляции. Потребность в доминировании, завышенная самооценка. Ощущение непреодолимого конфликта, отчужденности.
Размер и детализация	Свою фигуру рисует очень маленькой. Кого-то из группы рисует чрезмерно большим, с усиленными кулаками. Фигуры без лиц, безрукие.	Заниженная самооценка, чувство незначительности. Восприятие этого человека как агрессора, угрозы. Трудности в общении, ощущение беспомощности.
Символика	Использование криминальной или радикальной символики (определенные жесты, нашивки). Изображение оружия, драк.	Идентификация с деструктивной группой, принятие ее норм. Внутренняя агрессия, восприятие группы как враждебной среды.

Пример из жизни: 14-летний Камиль рисует свою компанию. Себя он изображает маленькой фигуркой в углу листа. В центре — крупный молодой человек с большими кулаками, от которого к фигурке Камилля тянется стрела. Остальные фигуры расположены за спиной крупного человека.

Интерпретация: Камиль воспринимает себя как жертву в группе, где есть явный лидер-агрессор. Он чувствует свою незащищенность и, вероятно, давление со стороны этого лидера и всей группы.

2. Методика «Неоконченные предложения» (тематические: авторитет, справедливость)

Цель: Выявить систему отношений и ценностей подростка, его восприятие власти, справедливости и норм поведения.

Как проводить:

Дать бланк с незаконченными предложениями.

Инструкция: «Закончи, пожалуйста, следующие предложения. Пиши первое, что приходит в голову».

Таблица 2.5.

Примеры стимулов и их анализ.

Неоконченное предложение	Нейтральный/ Здоровый ответ	Тревожный ответ (маркер риска)	О чем говорит тревожный ответ
«Настоящий авторитет — это...»	"...человек, который много знает и пользуется уважением".	"...тот, кого все боятся".	Восприятие власти через силу и страх. Усвоение криминальных "понятий".
«Справедливость — это когда...»	"...все получают по заслугам".	"...сильный забирает у слабого".	Принятие закона джунглей "право сильного". Опора на деструктивные нормы.
«Если меня обижают, я...»	"...пытаюсь решить вопрос словами, обращаюсь к старшим".	"...мщу так, чтобы запомнили".	Установка на агрессивное, деструктивное разрешение конфликтов.
«Быть сильным — значит...»	"...уметь контролировать себя и защищать слабых".	"...никого не бояться и держать всех в страхе".	Искаженное понимание силы как тотального доминирования.

Неоконченное предложение	Нейтральный/ Здоровый ответ	Тревожный ответ (маркер риска)	О чем говорит тревожный ответ
«Настоящие друзья – это те, кто...»	"...поддерживает в трудную минуту".	"...всегда подставят плечо в драке, не предадут по понятиям".	Восприятие дружбы в контексте криминальной субкультуры ("плечо", "понятия").

Пример из практики:

Ситуация: 15-летняя Ариана заканчивает предложения.

- «Настоящий авторитет – это...» → "...наш старший, его слово — закон".
- «Справедливость – это когда...» → "...каждый получает то, что заслужил, даже если это больно".
- «Если меня обижают, я...» → "...советуюсь со старшими из нашей компании".

Интерпретация: Ответы Арианы указывают на наличие в ее жизни жесткой иерархической структуры ("старший", "закон"). Понятие справедливости связано с болью, а решение конфликтов передается "старшим" из группы. Это маркер вовлеченности в структурированное деструктивное сообщество.

Важно помнить:

1. **Конфиденциальность:** Проводить методики должен специалист (психолог, педагог) в доверительной обстановке.
2. Не ставить диагноз по одному тесту: Результаты — это лишь гипотеза, которую нужно проверять другими методами (наблюдение, беседа).
3. Фокус на чувствах: После анализа спросите: «*Что ты чувствовал, когда рисовал/отвечал?*» — это даст еще больше информации.

Эти методики — мощный и относительно безопасный способ понять внутренний мир подростка и вовремя увидеть тревожные сигналы.

2.2.2. Карта наблюдения за поведенческими изменениями.

Систематическое отслеживание изменений в поведении подростка для раннего выявления рисков девиантного поведения или психологического неблагополучия.

Период наблюдения: с _____ по _____

Наблюдатель: _____

Критерии наблюдения

Сфера наблюдения	Конкретные индикаторы (отметить ✓ при наличии)	Примеры / Примечания
Эмоциональное состояние	Резкие перепады настроения	От смеха до слез за несколько минут
	Повышенная тревожность, нервозность	Вздрагивает от звонка, не может усидеть на месте
	Подавленность, апатия, постоянная усталость	"Ничего не хочу", "Мне все равно"
	Неадекватные реакции (смех на замечания, агрессия на доброжелательность)	Смеется, когда его ругают; грубит без причины
Социальное взаимодействие	Снижение интереса к живому общению, уход от контактов	Перестал гулять с друзьями, запирается в комнате
	Резкая смена круга общения	Появились новые, скрытные друзья, о которых он не рассказывает
	Конфликты с семьей, учителями, старыми друзьями	Участились ссоры, грубость в ответ на вопросы
	Жалобы со стороны одноклассников/учителей	На него жалуются за агрессию, странное поведение
Учебная деятельность	Резкое снижение успеваемости	Пятерки сменились тройками и двойками
	Потеря интереса к учебе, хобби	Забросил кружки, перестал делать домашние задания
	Пропуски, опоздания	Часто не приходит в школу или уходит с уроков

Сфера наблюдения	Конкретные индикаторы (отметить ✓ при наличии)	Примеры / Примечания
Внешний вид и здоровье	Изменения в стиле одежды (символика, униформа)	Появилась одежда определенных цветов/стиля, непонятные символы
	Пренебрежение личной гигиеной	Перестал следить за собой, неопрятен
	Нарушения сна (бессонница/сонливость)	Не спит ночами, спит до обеда в выходные
	Изменения аппетита (отказ от еды/переедание)	Резко похудел/поправился
	Следы самоповреждений (порезы, синяки)	Порезы на руках, ногах, которые он скрывает
Цифровая активность	Навязчивая потребность быть онлайн	Не выпускает телефон из рук, паникует без интернета
	Скрытность в сети (прячет экран, использует пароли)	Закрывает вкладки при вашем появлении, установил новые пароли
	Эмоциональные реакции на происходящее в сети (смех, злость)	Смеется/злится на переписку, не объясняя причин
	Ночные бдения за компьютером/телефоном	*Сидит в сети до 3-4 часов ночи*
Речь и коммуникация	Появление нового сленга, непонятных терминов	Использует слова: "по понятиям", "западло", "авторитет"
	Вербальная агрессия, цинизм	Грубит, использует нецензурную лексику, все высмеивает
	Уход от ответов на прямые вопросы	На вопрос "Что случилось?" отвечает "Ничего", "Отстань"

Сфера наблюдения	Конкретные индикаторы (отметить ✓ при наличии)	Примеры / Примечания
Ценности и интересы	Интерес к деструктивному контенту (насилие, экстремизм)	Сматривает видео со сценами жестокости, состоит в подозрительных группах
	Пропажа денег, вещей из дома	Исчезают деньги, появляются чужие или новые дорогие вещи
	Оправдание насилия, жестокости	Говорит, что "сильный всегда прав", "жертвы сами виноваты"

Шкала оценки изменений.

По каждому выявленному индикатору оцените:

Динамика: ✓ Усиливается / → Сохраняется / — Ослабевает

Частота: Единично / Периодически / Постоянно

Рекомендации по использованию

1. **Объективность:** Заносите только факты, избегая оценок ("был груб" вместо "вел себя ужасно").

2. **Контекст:** В графе "Примеры" кратко опишите ситуацию ("*19.05 – нагрубил учителю на уроке истории, когда та сделала замечание*").

3. **Системность:** Наблюдайте в разных ситуациях (дом, школа, прогулки).

4. **Конфиденциальность:** Информация должна быть доступна только специалистам, работающим с подростком.

Интерпретацию результатов должен проводить психолог! Наличие нескольких устойчивых маркеров из разных сфер — повод для консультации со специалистом.

2.2.3. Опросники для выявления уровня социальной фрустрированности и поиска рисков.

Социальная фрустрированность — это состояние разочарования и напряжения, возникающее, когда человек не может удовлетворить важные социальные потребности (в общении, признании, безопасности, справедливости). Эти опросники помогают выявить "болевыe точки" подростка.

1. Методика диагностики социальной фрустрированности (модификация Л. И. Вассермана)

Цель: Оценить уровень неудовлетворенности в ключевых сферах жизни.

Форма проведения: Бланк с утверждениями, где нужно оценить степень своей неудовлетворенности.

Таблица 2.7.

Примеры утверждений и интерпретация ответов

Сфера оценки	Пример утверждения	Варианты ответов (баллы)	О чем говорят высокие баллы (4-5)
Образование	"Мое образование и уровень знаний"	1-полностью доволен ... 5-крайне недоволен	Недовольство школой, чувство бесперспективности
Отношения с семьей	"Обстановка в моей семье"	1-полностью доволен ... 5-крайне недоволен	Конфликты, чувство одиночества и непонимания дома
Материальное положение	"Наше материальное положение"	1-полностью доволен ... 5-крайне недоволен	Острое переживание неравенства, ущемленности
Отношения со сверстниками	"Мое положение в коллективе (классе)"	1-полностью доволен ... 5-крайне недоволен	Переживание изоляции, травли, неприятия

Ключ: Сумма баллов > 15 — **высокий риск** девиантного поведения как способа компенсации фрустрации.

2. Опросник "Шкала субъективного ощущения одиночества" (Д. Рассел, М. Фергюсон)

Цель: Выявить глубину переживания одиночества и социальной изоляции.

Примеры утверждений:

- "Мне не хватает общения"
- "Я чувствую себя покинутым"
- "Мне не с кем поговорить"

Интерпретация: Высокие баллы — прямой показатель уязвимости перед вербовщиками деструктивных групп, которые предлагают "братство" и "понимание".

3. Карта-опросник рисков девиантного поведения

Цель: Быстрое выявление "зон риска" в поведении и настроении подростка.

Таблица 2.8.

Карта-опросник рисков девиантного поведения

Вопрос	Варианты ответов	Баллы
"Как часто ты чувствуешь, что тебя никто не понимает?"	Почти всегда / Иногда / Никогда	2/1/0
"Бывало ли, что ты пропускал школу без причины?"	Да / Нет	1/0
"Случалось ли, что ты попадал в драку?"	Да / Нет	1/0
"Есть ли у тебя секреты от родителей?"	Много / Немного / Нет	2/1/0
"Как ты считаешь, справедливо ли к тебе относятся?"	Нет / Не всегда / Да	2/1/0

Ключ: Сумма > 6 баллов — требуется углубленная диагностика.

4. Проективная методика "Неоконченные предложения" (фрагмент)

Цель: Выявить скрытые установки и конфликты.

Таблица 2.9.

Проективная методика "Неоконченные предложения" (фрагмент)

Начало предложения	Тревожные варианты окончаний
"Справедливость — это когда..."	"...сильный всегда прав"
"Когда меня обижают, я..."	"...мщу в 10 раз сильнее"
"Настоящий друг — это..."	"...кто подставит плечо в драке"
"Взрослые..."	"...меня никогда не понимают"

Практическое применение

Пример из практики:

Подросток набрал:

- 52 балла по шкале фрустрированности
- Высокий уровень одиночества
- 8 баллов по карте рисков
- Закончил предложения: "Справедливость — когда сильный забирает у слабого",

"Взрослые — враги"

Вывод: Подросток находится в группе высокого риска, нуждается в срочной психологической помощи и включении в просоциальные группы (спорт, волонтерство, творчество).

Рекомендации по применению

1. Комплексность: Использовать не менее 3-4 методов
2. Перекрёстная проверка: Сопоставление данных из разных источников
3. Динамическое наблюдение: Повторные исследования через 3-6 месяцев
4. Профессиональная интерпретация: Только квалифицированными специалистами

Важно! Любая диагностика должна проводиться с информированного согласия подростка и его законных представителей, с соблюдением этических норм психологической работы.

РАЗДЕЛ 3. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ ВОВЛЕЧЕНИЯ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННЫЕ НЕФОРМАЛЬНЫЕ СООБЩЕСТВА ДЕВИАНТНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Глава 3.1. Определение уровней профилактики и их реализация.

Цель профилактики — не просто запретить и оградить, а сформировать у молодого человека психологический «иммунитет», критическое мышление и здоровые альтернативы, делающие деструктивные сообщества неинтересными и непривлекательными.

Все три уровня должны работать как система сообщающихся сосудов. Информация и проблемы, выявленные на универсальном уровне, должны находить отклик на специализированном, а затем, при необходимости, и на индивидуальном.

3.1.1. Универсальный уровень: создание здоровой среды.

Стратегическая цель: Формирование у всего молодого поколения цифрового и социально-психологического «иммунитета» к деструктивному влиянию. Важно не ждать проблемы, мы должны формировать среду, где у них не возникает почвы для роста.

Современные механизмы работы:

1. Цифровой иммунитет: Внедрение курсов медиаграмотности нового поколения.

Это не уроки про «что такое интернет». Это интенсивные, практико-ориентированные тренинги, построенные на принципах геймификации и реальных кейсах.

Механизм «Лаборатория деконструкции»: Используются закрытые (созданные специально для обучения) телеграм-каналы или паблики ВК, где моделируются приемы манипуляции. Участникам дается задание:

«**Найди триггер**»: Определить, какой эмоцией (страх, гнев, обида) играет пост.

«**Разбери мем**»: Проанализировать, какую идею и какими средствами (подмена понятий, гипербола) продвигает популярный мем на политическую или социальную тему.

«**Создай контригру**»: Разработать позитивный контент, который будет так же вирален, но разоблачает манипуляцию или предлагает здоровую альтернативу.

Партнерство: Сотрудничество с «Крибрум», «Центром изучения и сетевого мониторинга МГУ» или «Фондом борьбы с дезинформацией» для получения актуальных кейсов и методологических материалов.

2. Позитивный контент-лифтинг: Продвижение здоровых альтернатив.

Борьба с деструктивом бессмысленна без предложения яркой, качественной и статусной альтернативы. Нужно не отнимать «плохое», а предлагать «крутое».

Механизм «Алгоритмическое продвижение»: Создание и грамотное SEO-/SMM-продвижение YouTube-каналов, TikTok- и VK-аккаунтов, где лидеры мнений (ученые,

молодые предприниматели, путешественники, психологи) говорят с молодежью на ее языке о смыслах, критическом мышлении, истории и науке.

Пример: Запуск челленджа **#МойВнутреннийГерой**, где подростки снимают короткие видео не о внешности, а о преодолении внутренних страхов и трудностей, с последующим разбором с психологом в прямом эфире.

Партнерство: Коллаборации с популярными блогерами (не обязательно «образовательными»), которые могут органично интегрировать идеи позитивного контента в свои форматы. Партнерство с «**VK Видео**», «**Яндекс.Дзен**» и «**RuTube**» для размещения и продвижения этого контента в рекомендательных лентах.

3. Среда доверия: Система «мягкой» психологической поддержки.

Задача — нормализовать обращение за помощью и дать инструмент в момент кризиса, до того, как подросток пойдет с проблемой в деструктивное сообщество, сулящее «простое решение».

Механизм «Точка входа 2.0»: Создание и массовое распространение среди молодежи цифровых сервисов «первого контакта»:

Чат-боты поддержки в телеграме и ВК, работающие по алгоритмам когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) для помощи при стрессе, тревоге, одиночестве.

Онлайн-«копилки доверия»: Анонимные платформы, где подростки могут делиться переживаниями и получать поддержку не только от психологов, но и от специально обученных сверстников-волонтеров (Peer-to-Peer support).

Партнерство:

С сервисами онлайн-психологии (**Ясно**, **Zigmund.Online** и др.) для предоставления молодежи льготных тарифов или бесплатных первых сессий.

С **Российским движением детей и молодежи «Движение Первых»** для подготовки волонтеров-сверстников и продвижения сервисов на их площадках.

4. Co-creation & Gamification: Молодежь как соавтор среды.

Самый мощный инструмент — дать молодежи возможность самостоятельно создавать позитивную среду.

Механизм «Грантовые конвейеры для микро-инициатив»: Создание упрощенной системы микрогрантов (например, до 30 тыс. рублей) на реализацию молодежных проектов: от организации квиз-игры в школе до создания подкаста или арт-инсталляции.

Пример: Платформа, где команда из 3-5 человек может подать заявку в формате «3 слайда», получить быстрый ответ и минимальное финансирование на реализацию своей идеи, улучшающей школьную или университетскую среду.

Партнерство:

«Росмолодежь» и их грантовые конкурсы как следующая ступень для успешных микро-проектов.

«Артек», «Орленок», «Смена» — для тиражирования лучших практик, созданных молодежью.

Бизнес-партнеры (местные компании) для спонсорства микрогрантов и предоставления менторской поддержки.

Таблица 3.1.

Партнерские программы и платформы для взаимодействия

Партнер	Его роль в универсальной профилактике	Формат взаимодействия
ВУЗы (leading ones: НИУВШЭ, МГУ, МГППУ)	Научно-методическое обеспечение, разработка курсов, подготовка тренеров, мониторинг эффективности.	Создание совместных научно-образовательных центров. Проведение летних школ для педагогов и лидеров.
Крупные компании (IT- (VK, Yandex)	Предоставление платформ, продвижение позитивного контента через алгоритмы, экспертиза в области кибербезопасности.	Реализация совместных образовательных проектов (например, «Урок цифры» по теме медиаграмотности). Хостинг и техническая поддержка чат-ботов.
Общественные организации («Волонтеры-медики», «Движение Первых»)	«Боты» на земле. Реализация проектов, работа с молодежью в регионах, кадровый ресурс.	Программы обмена опытом, совместные грантовые заявки, создание федеральной сети волонтеров-наставников.
Бизнес-сообщество	Финансирование микрогрантов, менторство, предоставление площадок (коворкинги), стажировки.	Корпоративная социальная ответственность (КСО), программа «Бизнес-наставник» для молодежных проектов.
Государственные институты (Минпросвещения, Минобрнауки)	Нормативное и административное обеспечение, масштабирование успешных практик на федеральном уровне.	Включение успешных моделей в государственные программы (например, «Образование»), проведение пилотных проектов в регионах.

Резюме: Универсальная профилактика сегодня — это не лекции и плакаты, а создание живой, интерактивной, цифро-аналоговой экосистемы, где молодой человек через действие, интерес и сообщество формирует внутреннюю устойчивость. Это проактивная инвестиция в здоровое цифровое будущее, где деструктивным сообществам просто не остается места.

3.1.2. Специализированный уровень: работа с группами риска.

Переходим к самому сложному и точечному уровню — специализированной профилактике. Здесь мы работаем не со всей средой, а с теми, кто уже стоит на опасной грани. Наша задача — не упустить их, предложив своевременную и адекватную поддержку. Это уровень «скорой цифровой помощи».

Целевая аудитория: Молодые люди, демонстрирующие признаки уязвимости:

Социальные: Изоляция, буллинг/кибербуллинг, сложности в семье, отсутствие близкого круга.

Поведенческие: Резкая смена круга общения, интересов, риторики; повышенная агрессия или, наоборот, апатия; уход в виртуальные миры и маргинальные сообщества.

Цифровые: Активная подписка на деструктивные паблики, участие в хейт-трейдах, распространение конспирологического контента.

Стратегическая цель: Раннее выявление и адресное вмешательство для деэскалации рисков и перенаправления энергии и потребностей подростка в конструктивное русло.

Современные методики и механизмы работы:

Система «Цифрового доверенного лица» (Digital First Responder)

Это не про слежку, а про создание сети наблюдательных союзников.

Механизм: Специальное обучение для самых «продвинутых» и авторитетных представителей молодежной среды: старшекурсников, вожатых, молодых педагогов, лидеров школьного самоуправления, блогеров микро-сообществ. Их учат не доносить, а распознавать «крики о помощи», замаскированные под агрессивный или маргинальный контент.

Как это работает:

Обученный «доверенный» видит в паблике или личной переписке не просто "хейт", а сигнал: "Подросток систематически постит мемы, оправдывающие насилие, и пишет о своем одиночестве".

Его задача — не читать мораль, а установить **контакт**. Фраза-подход: «Вижу, тебя эта тема сильно зацепила. Слушай, а что ты сам об этом думаешь?». Далее — мягко

проинформировать куратора программы или школьного психолога о потенциальном риске, чтобы активировать помощь.

Партнерство: Программа реализуется совместно с психологическими факультетами вузов (для подготовки) и Российским обществом «Знание» (для легитимизации и масштабирования).

Технология «Социального картирования сети» (Social Network Mapping)

Методика, позволяющая визуализировать социальные связи подростка и выявить точки деструктивного влияния.

Механизм: В ходе доверительной беседы с психологом или социальным педагогом подросток (с его согласия) составляет карту своего общения. Кто для него значим? С кем он общается онлайн и офлайн? Какие группы и каналы он посещает?

Как это работает:

Визуализация: Создается схема, где четко видны «острова»: семья, школа, здоровые хобби — и, возможно, один мощный «материк» — деструктивная группа в Telegram, которая поглощает все его внимание.

Диагностика: Карта наглядно показывает, какие здоровые связи ослабли и какие деструктивные — усилились. Это объективный инструмент для диалога с подростком и его родителями.

Интервенция: На основе карты выстраивается стратегия по «наведению мостов»: восстановление связей с старым другом, вовлечение в новую секцию, чтобы разбавить влияние деструктивного «материка».

Группы «Смыслового диалога» (Meaning-Making Dialogues)

Это не терапевтические группы в чистом виде, а скорее дискуссионные клубы для «ищущих» подростков, где они могут легально и безопасно обсуждать «запретные» темы.

Механизм: Ведущий (психолог или специально подготовленный модератор) задает сложные, экзистенциальные темы для обсуждения: «Свобода — это вседозволенность?», «В чем сила мужчины/женщины?», «Существует ли справедливость?», «Как понять, кому можно доверять?».

Как это работает:

Легализация протеста: Подросток получает легальную площадку для сомнений и бунта, что снижает потребность идти для этого в радикальные сообщества.

Развитие критического мышления: В диалоге со сверстниками и модератором он учится аргументировать свою позицию, видеть нюансы, а не черно-белые картины.

Альтернативная авторитетная фигура: Ведущий группы становится тем самым «взрослым другом», который не давит авторитетом, а думает вместе с ними, предлагая более сложные и взрослые модели мировосприятия, чем простые ответы из пабликов.

Метод «Конструктивного перенаправления» (Constructive Redirection)

Прямая работа с интересами подростка, но с перенаправлением их в здоровое русло. Мы не отрицаем его увлечение, мы предлагаем ему более сложный и интересный «челлендж».

Механизм: Выявление скрытых компетенций и потребностей, которые подросток реализует в деструктивной деятельности.

Примеры:

Если увлекается радикальной историей: Вовлечь в работу школьного музея, архивный кружок или проект по военной археологии с профессиональными историками. Дать возможность прикоснуться к реальной, а не мифологизированной истории.

Если проявляет лидерские качества в хейт-тредах: Предложить роль организатора дебатов на сложную тему или руководителя волонтерского проекта. Дать легальный канал для реализации амбиций.

Если интересуется оружием и силовыми структурами: Записать в страйкбольный или пейнтбольный клуб с профессиональным инструктором, который будет делать акцент на тактике, командной работе и дисциплине, а не на агрессии.

Платформа «Раннего оповещения» для родителей и педагогов

Создание простых и понятных цифровых инструментов, которые помогут взрослым сориентироваться.

Механизм: Разработка онлайн-чек-листов и глоссариев («Что такое алгоритмическая радикализация?», «10 фраз, которые могут говорить о вовлечении в деструктивный контент»).

Как это работает: Родитель, обеспокоенный переменами в поведении ребенка, заходит на платформу, проходит короткий чек-лист и получает не диагноз, а рекомендацию: «Риск низкий, рекомендуется усилить доверительный контакт» или «Обнаружено несколько тревожных маркеров, рекомендуем проконсультироваться со специалистом». И сразу же — контакты trusted психологов и служб.

Партнерство: С Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, и Агентством стратегических инициатив для создания и продвижения такой платформы.

Резюме: Специализированный уровень — это ювелирная работа. Ее успех зависит от слаженности команды («доверенных лиц», психологов, педагогов, родителей) и от готовности работать не с «проблемным подростком», а с личностью, находящейся в поиске,

и помочь ей найти конструктивные, а не разрушительные ответы на ее экзистенциальные вопросы.

3.1.3. Индивидуальный уровень: коррекционная работа.

Это самый сложный и ответственный уровень, требующий высочайшей квалификации и выверенных методик. Переходим к индивидуальной коррекционной работе.

Целевая аудитория: Молодой человек, уже демонстрирующий устойчивые признаки вовлеченности в деструктивную идеологию или состоящий в соответствующем сообществе. Группа для него стала источником идентичности, а его риторика и поведение могут нести прямую угрозу ему самому или окружающим.

Стратегическая цель: Обеспечить психологически безопасный выход из деструктивного сообщества, провести коррекцию искаженных установок и поддержать процесс ресоциализации.

Ключевой принцип: Прямая конфронтация и попытки «разубедить» бесполезны и приведут к усилению защиты. Мы работаем не с идеологией, а с личностью и ее глубинными потребностями, которые эта идеология якобы удовлетворяет.

Современные методики и механизмы работы:

1. Метод «Сократического диалога и исследования последствий»

Вместо споров о фактах, психолог фокусируется на логике и ценностях самого подростка.

Механизм: Задаются цепочки вопросов, которые мягко подводят клиента к осознанию внутренних противоречий в его убеждениях и их реальных последствий.

Пример: Подросток утверждает: «Слабых нужно унижать, чтобы они стали сильнее».

Вопросы психолога: «Расскажи о человеке, которого ты уважаешь. Он добился твоего уважения через унижение тебя? Как ты думаешь, что чувствует человек, которого унижают? Какой он выносит урок: "стать сильнее" или "ненавидеть тех, кто сильнее"? Если бы все вокруг следовали этому правилу, каким бы стал твой собственный мир?».

Психолог не оспаривает тезис, а помогает подростку самостоятельно пройти по логической цепочке и увидеть, что его же убеждение ведет к результату, противоположному заявленной цели (силе и уважу).

2. Техника «Экстернализации проблемы» (из нарративной практики).

Это мощнейший инструмент, позволяющий отделить личность подростка от деструктивной идеологии.

Механизм: Идеология или влияние группы персонифицируется и называется условным именем (например, «Голос Гнева», «Тень Обиды», «Игра Ненависти»). Проблема

становится не в самом подростковом возрасте («ты плохой»), а вовне («эта "Тень Обиды" сейчас управляет тобой»).

Диалог: «Когда впервые "Голос Гнева" шепнул тебе, что все они против тебя? В какой момент "Игра Ненависти" стала управлять твоими постами? Бывают ли моменты, когда ты можешь заглушить этот голос? Что ты в этот момент чувствуешь?».

Эффект: Это снимает чувство вины и обороны, дает подростку возможность взглянуть на свою ситуацию со стороны и почувствовать себя не «последователем», а «человеком, борющимся с проблемой». Это возвращает ему субъектность и контроль.

3. Работа с «Эмоциональными якорями» и построение «Моста в реальность».

Деструктивные сообщества разрушают здоровые социальные связи. Задача — найти и укрепить «якоря», держащие человека в реальном мире.

Механизм: Совместно с подростком составляется карта его значимых отношений (семья, друг, тренер, домашнее животное) и интересов (музыка, спорт, хобби), которые остались вне влияния деструктивной группы.

Как это работает:

Психолог помогает вспомнить и заново прожить позитивные эмоции, связанные с этими «якорями».

Задание: «Вспомни три момента, когда ты чувствовал себя спокойно и уверенно без оглядки на правила твоей нынешней группы. Что ты делал? Кто был рядом?».

Далее выстраивается «мост» — план постепенного усиления контакта с этими здоровыми частями жизни: возобновить общение с тем самым другом, записаться на пробную тренировку, достать из чулана старый музыкальный инструмент.

4. Метод «Когнитивного переструктурирования схем».

Работа с глубинными убеждениями (схемами), которые делают подростка уязвимым для радикальных идей (например, «Мир несправедлив и враждебен», «Я ни на что не влияю», «Меня никто не понимает и не примет»).

Механизм: Выявление этих схем через анализ автобиографических narratives и когнитивных искажений. Затем — поиск альтернативного, более адаптивного опыта, который эти схемы опровергает.

Схема: «Людям нельзя доверять».

Опровержение: Психолог просит вспомнить хотя бы одного человека (даже продавца в магазине), который обошелся с ним честно. Или предлагает провести поведенческий эксперимент: «Давай попробуем в течение недели фиксировать все случаи, когда люди ведут себя нейтрально или дружелюбно, а не враждебно».

Цель: Постепенно заменить глобальное, тотальное негативное убеждение на более гибкое и реалистичное: «В мире есть разные люди, и доверие нужно выстраивать, проверяя».

5. Протокол «Выхода из группы» (Exit-Strategy).

Когда подросток принял решение уйти, ему нужен четкий и безопасный план.

Механизм: Разработка индивидуального пошагового сценария.

Цифровая гигиена: Помощь в «зачистке» цифрового следа (удаление постов, смена никнеймов, блокировка контактов из группы).

Подготовка к давлению: Ролевая игра, где психолог имитирует давление лидеров группы («Ты нас предал! Ты слабак!»), а подросток учится уверенно парировать эти атаки.

Создание «легенды»: Разработка нейтрального ответа для бывших соратников, который позволит выйти из группы с минимальными потерями (например, «Я пересмотрел свои приоритеты, у меня сейчас другие задачи»).

«Мягкая посадка»: Обеспечение немедленного включения в альтернативное, заранее подготовленное здоровое сообщество, чтобы избежать вакуума и возврата.

Резюме: Индивидуальная коррекционная работа — это искусство тонкого баланса между поддержкой и конфронтацией, между принятием личности и неприятием ее деструктивных убеждений. Это долгий процесс «разморозки» личности, которую деструктивное сообщество «заморозило» в жесткой идеологической оболочке. Успех здесь возможен только при условии установления глубокого доверительного контакта и готовности психолога идти рядом с клиентом по этому сложному пути.

Литература для самостоятельного изучения

По уровню 1: Универсальная профилактика (создание здоровой среды)

1. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., Нестик Т.А. Цифровая компетентность подростков и родителей. Результаты всероссийского исследования. — М.: Фонд Развития Интернет, 2023. *Фундаментальная работа, предоставляющая актуальную статистику и анализ цифровых практик и рисков. Необходимая база для разработки любых профилактических программ.*

2. Катериняк В.С., Марголис А.А. Медиаграмотность в школе: от цифровой гигиены к критическому мышлению. — М.: Национальное образование, 2024. *Практическое пособие для педагогов с готовыми методическими разработками уроков и тренингов по развитию критического мышления у школьников.*

3. Бочавер А.А., Кутузова Д.А., Павлова Н.С. Бульдинг в школьном климате: как создать среду, предотвращающую травлю и агрессию. // Вопросы психологии. — 2022. —

№ 4. — С. 45-58. *Научная статья, раскрывающая механизмы влияния школьного климата на поведение подростков и предлагающая конкретные инструменты для его улучшения.*

4. Livingstone, S., & Stoilova, M. (2024). *The Digital Futures Commission Report: Fostering a Digital Environment for the Next Generation*. London: LSE. *Международный отчет с передовым опытом создания безопасной и развивающей цифровой среды для детей и молодежи. Доступен онлайн.*

5. Фонд «Общественное мнение» (ФОМ). (2025). *Отчет «Молодежь России: цифровые треки и социальные лифты»*. *Содержит свежие социологические данные о ценностях, страхах и цифровых маршрутах современной российской молодежи, что критически важно для проектирования среды.*

По уровню 2: Специализированная профилактика (работа с группами риска)

1. Хломов К.Д., Давыдов Д.Г., Бочавер А.А. *Профилактика радикализации в подростковой среде: скрининг групп риска и методы интервенции*. — М.: Генезис, 2023. *Практическое руководство для психологов и педагогов, описывающее методики выявления маркеров риска и работы с подростками, демонстрирующими склонность к радикальным взглядам.*

2. Синявская П.В., Ткаченко Н.В. *Алгоритмическая радикализация: механизмы, диагностика, профилактика*. // *Психологическая наука и образование*. — 2024. — Т. 19. — № 1. — С. 78-92. *Одна из первых российских научных статей, глубоко анализирующая феномен алгоритмической радикализации и предлагающая модель психолого-педагогического вмешательства.*

3. Bhui, K., Hicks, M. H., Lashley, M., & Rose, E. (Eds.). (2023). *The Prevention of Radicalization: A Systematic Review of the Evidence*. *Campbell Systematic Reviews*, 19(1). *Систематический обзор доказательных практик профилактики радикализации во всем мире. Бесценный источник для поиска эффективных методик.*

4. Малкина Е.Л., Гудина О.В. *Социальное картирование как метод работы с социально уязвимыми подростками*. // *Социальная психология и общество*. — 2021. — Т. 12. — № 2. — С. 21-37. *Описывает конкретную методику визуализации социальных связей, которая крайне полезна для диагностики ситуации и выстраивания стратегии помощи.*

5. EUROPOL (2024). *Youth Engagement Model: A Guide to Countering Radicalisation through Positive Participation*. *Практическое руководство от Европола, фокусирующееся на методах конструктивного перенаправления энергии молодежи из групп риска. Содержит кейсы и модели работы.*

По уровню 3: Индивидуальная профилактика (коррекционная работа)

Васильюк Ф.Е., Петраков Д.Д., Шапиро А.З. Нарративные практики в работе с последствиями участия в деструктивных интернет-сообществах. // Консультативная психология и психотерапия. — 2023. — Т. 31. — № 1. — С. 60-85. *Подробный разбор случая с применением техник экстернализации и пересочинения истории, идеально подходящих для помощи жертвам деструктивных культов и радикальных групп.*

Beck, A. T., & Pössel, P. (2021). Cognitive Therapy for Delusions and Radical Beliefs: A Practical Guide. Guilford Press. *Классик когнитивной терапии Аарон Бек и его последователь адаптируют методы КПТ для работы со сверхуверенными и радикальными убеждениями. Практическая «библия» для коррекционной работы.*

Корытова Г.С., Зиновьев А.М. Психологическое сопровождение выхода из тоталитарных групп и сект: протокол ресоциализации. — СПб.: Речь, 2022. *Хотя книга фокусируется на сектах, предложенный протокол Exit-Strategy и методы работы с пост-тоталитарным синдромом полностью применимы к выходцам из деструктивных онлайн-сообществ.*

Глава 3.2. Ключевые направления психолого-педагогической профилактики

3.2.1. Направление I: «Личностный иммунитет».

Развитие критического мышления, социально-эмоционального интеллекта, устойчивой самооценки, навыков целеполагания.

Раскроем это направление с опорой на практические наработки и методологию Благотворительного фонда Сбербанка «Вклад в будущее», который является одним из флагманов в области развития навыков XXI века у детей и молодежи в России.

В современном мире, перегруженном информацией и социальными вызовами, «личный иммунитет» — это не роскошь, а базовая психологическая необходимость. Это внутренний каркас личности, который позволяет молодому человеку противостоять манипуляциям, справляться с вызовами и делать осознанный выбор в пользу конструктивного развития, а не деструктивного ухода.

Фонд «Вклад в будущее» в рамках своей программы «**Развитие личностного потенциала**» предлагает системный подход, который идеально ложится в данное направление.

1. Развитие критического мышления: От пассивного потребителя к активному исследователю.

Критическое мышление — главный антидот против манипулятивных нарративов девиантных сообществ.

Практические механизмы (на основе материалов Фонда):

Техника «Ромашка вопросов» (или «Таксономия Блума» в действии): участникам предлагается проанализировать любой текст (новость, пост в соцсети, мем) по шести типам вопросов:

Простые: Что произошло?

Уточняющие: То есть ты говоришь, что...?

Интерпретационные (объясняющие): Почему это случилось?

Творческие: Что бы случилось, если бы...?

Оценочные: Насколько это правильно, этично?

Практические: Как мы можем это применить?

Результат: Подросток учится не принимать информацию на веру, а «вскрывать» ее, видеть скрытые смыслы и возможную манипуляцию.

Проект «Аргумент vs. Эмоция»: Участникам даются провокационные утверждения, характерные для девиантных сообществ (например, «Сильный всегда прав»). Задача — разделить аргументы, основанные на фактах и логике, и аргументы, апеллирующие только к эмоциям (страху, гневу, обиде).

Результат: Формируется навык распознавания манипулятивных приемов, основанных на эмоциональном заражении.

Ссылка на методические материалы Фонда: «Типы заданий для развития функциональной грамотности» (разделы, посвященные критическому чтению и аргументации). Материалы доступны в «Библиотеке инструментов» на сайте Фонда.

Библиотека инструментов | Фонд «Вклад в будущее».

2. Развитие социально-эмоционального интеллекта (СЭИ): Управляй собой, понимай других

СЭИ — это «социальный радар», который помогает строить здоровые отношения и не поддаваться на провокации, направленные на взрыв эмоций.

Практические механизмы (на основе материалов Фонда):

«Азбука эмоций» и «Колесо эмоций»: Базовые упражнения, помогающие подросткам создать собственный «словарь» чувств. Часто подростки не могут назвать свою эмоцию, кроме как «плохо» или «зло». Четкое название («я чувствую обиду и бессилие») — первый шаг к управлению ею.

Техника «Стоп-сигнал»: Простой алгоритм для управления гневом и импульсивными реакциями:

СТОП — Сделать паузу, глубоко вдохнуть.

НАЗВАТЬ — Какую эмоцию я сейчас чувствую? (Гнев? Ярость?)

ВЫБРАТЬ — Как я хочу поступить? (Написать гневный комментарий? Удалить диалог? Обсудить позже?).

Результат: Снижение импульсивного поведения в сети и офлайне, которое часто приводит к эскалации конфликтов и вовлечению в деструктивные разборки.

Комплекс учебно-методических материалов по социально-эмоциональному развитию для разных возрастных групп. Включает сценарии уроков, рабочие тетради и диагностические материалы.

Конкретный пример: Сборник «Развитие эмоционального интеллекта у детей: методические рекомендации для педагогов».

Программа «Социально-эмоциональное развитие» | Фонд «Вклад в будущее».

3. Формирование устойчивой самооценки: Я — ценность сам по себе

Девиантные сообщества часто предлагают «быстрый» способ обрести значимость через принадлежность к «избранным» или через унижение других.

Практические механизмы (на основе материалов Фонда):

Проективная методика «Мой герб и девиз»: Подросток создает собственный герб, символически отражающий его сильные стороны, ценности, достижения и мечты. Это упражнение визуализирует его уникальность и помогает сформировать идентичность, не зависящую от внешней оценки.

Техника «Сильные стороны моего характера»: Используя адаптированную классификацию сильных сторон личности (из позитивной психологии), подростки учатся идентифицировать и ценить свои внутренние ресурсы (любопытство, доброту, настойчивость, честность), а не только внешние атрибуты успеха.

Ссылка на методические материалы Фонда: «Развитие самосознания и саморегуляции» — блок в рамках программы по развитию личностного потенциала. Материалы включают кейсы и упражнения, направленные на формирование адекватной самооценки и рефлексии.

Учебно-методический комплекс «Развитие личностного потенциала»

4. Навыки целеполагания и проектирования собственного будущего: Я — автор своей жизни.

Отсутствие жизненных целей и перспективы — мощный фактор риска. Девиантные группы дают простую, хоть и ложную, цель.

Практические механизмы (на основе материалов Фонда):

Техника «Лестница достижений»: Подросток учится формулировать долгосрочную мечту (цель), а затем дробить ее на конкретные, достижимые шаги-«ступеньки». Это превращает абстрактное «хочу быть успешным» в план действий: «чтобы поступить в IT-вуз, мне нужно подтянуть математику, записаться на курсы программирования и т.д.».

Ведущая практика Фонда — «Личностный проект». Это ключевой инструмент. Подросток под руководством наставника выбирает значимую для себя цель (например, «снять короткометражный фильм», «организовать экологическую акцию», «выучить язык») и в течение учебного года проходит все этапы ее реализации: от планирования и поиска ресурсов до презентации результата.

Психологический смысл: Подросток на собственном опыте узнает, что он может влиять на свою жизнь, преодолевать трудности и получать реальный, а не виртуальный результат. Это формирует **внутренний локус контроля** — убежденность в том, что твоя жизнь зависит от твоих усилий, а не от внешних сил или случайностей.

Ссылка на методические материалы Фонда: Методическое пособие «Учебные и личностные проекты: от замысла к реализации». Подробно описывает технологию сопровождения личностных проектов подростков.

Личностный проект в школе

Системная работа по направлению «Личностный иммунитет», используя апробированные и научно обоснованные материалы Фонда «Вклад в будущее», позволяет не просто «защитить» молодежь от негатива, а воспитать субъекта своей жизни — человека, способного к осознанному выбору, критической рефлексии и конструктивному преодолению трудностей. Это самая надежная и долговременная инвестиция в профилактику девиантного поведения.

3.2.2. Направление II: «Здоровая среда».

Развитие позитивного общения, конструктивного досуга, системы наставничества.

Здоровая среда — это не просто отсутствие конфликтов, а развивающая образовательная экосистема, которая целенаправленно проектируется для раскрытия личностного потенциала каждого ребенка и взрослого.

1. Развитие позитивного общения: Формирование доверительного уклада школы

Практические механизмы и инструменты:

«Круги сообщества» (RestorativePracticesCircles):

Суть: Регулярные встречи класса в кругу, где с помощью специального формата (говорит только тот, у кого «талисман», все слушают без оценок) обсуждаются не учебные темы, а личные переживания, ценности, конфликты и радости. Это может быть круг на тему «Что для меня значит справедливость?» или «Как мы можем поддержать друг друга в стрессовый период?».

Психологический смысл: Создает безопасное пространство для выражения эмоций, развивает эмпатию и навыки активного слушания. Это прямая альтернатива культуре игнорирования проблем и замалчивания конфликтов, которая приводит к буллингу и изоляции.

Результат: Формирование «общего поля» доверия, где каждый чувствует себя увиденным и услышанным.

Внедрение «Языка ответственности» вместо «Языка вины».

Суть: Методика, основанная на ненасильственной коммуникации. Педагогов и учеников учат формулировать свои мысли не как обвинения («Ты меня подвел!»), а как описания чувств и потребностей («Я расстроился, потому что мне важна была наша договоренность. Давай обсудим, как нам действовать дальше»).

Пример: Вместо наказания за драку — организация примирительной встречи, где участники через эту технику могут объяснить свои чувства и договориться о будущем.

Ссылка на методические материалы Фонда: «Проектирование развивающей образовательной среды: модуль по формированию школьного уклада». В материалах подробно описаны технологии «Кругов сообщества» и принципы ненасильственной коммуникации для школы.

Библиотека инструментов. Развивающая образовательная среда | Фонд «Вклад в будущее».

2. Организация конструктивного досуга: Образовательные события и личностные проекты.

Досуг не как времяпрепровождение, а как пространство для осознанного выбора, проб и реализации замыслов.

Практические механизмы и инструменты:

Ключевой инструмент — «Личностный проект»:

Суть: Это не учебный проект для получения оценки. Это индивидуальная или групповая деятельность подростка, направленная на достижение выбранной им самим значимой цели. Проект длится в течение всего учебного года и сопровождается наставником.

Примеры из практики: Подросток, чувствующий себя одиноким, создает школьный кино клуб для обсуждения фильмов. Другой, увлеченный историей, восстанавливает памятник в своем селе. Третий, стремящийся к физическому совершенству, готовит программу тренировок для сверстников.

Психологический смысл: Проект дает опыт **осмысленного действия**, преодоления трудностей и достижения реального, а не виртуального результата. Это удовлетворяет базовые потребности в компетентности и автономии, «перекрывая кислород» девиантным сообществам, которые эксплуатируют чувство бессмысленности.

Организация «Образовательных событий»:

Суть: Внеурочные интенсивные мероприятия (хакатоны, форсайт-сессии, театральные постановки, научные бои), которые выстраиваются вокруг решения актуальной проблемы или создания продукта.

Пример: Недельный хакатон «Школа будущего», где разновозрастные команды учеников, учителей и родителей проектируют модель идеальной школы.

Результат: Создание ситуаций совместного, радостного и продуктивного преодоления, которые сплачивают сообщество и создают позитивные «общие воспоминания».

Ссылка на методические материалы Фонда: «Методическое пособие по сопровождению личностных проектов подростков». Содержит пошаговые рекомендации для педагогов-наставников: как помочь выбрать тему, спланировать шаги, преодолеть кризисы.

Личностный проект в школе | Фонд «Вклад в будущее».

Внедрение «Индивидуального плана развития» (ИПР):

Суть: Это персональный цифровой навигатор молодого человека, который он заполняет вместе с наставником. В ИПР фиксируются цели, анализируются сильные и слабые стороны, формируется план участия в олимпиадах, проектных школах, стажировках и курсах.

Пример: Школьница, интересующаяся экологией, вместе с наставником намечает в ИПР участие в осенней проектной смене «Эко-Татарстан», затем подготовку исследовательского проекта для конкурса «Большие вызовы», а на лето — волонтерскую практику в заповеднике.

Результат: Досуг становится целенаправленным и управляемым, каждый шаг осмыслен и ведет к реализации личных и профессиональных амбиций.

Реализация «Проектных и профильных смен» по модели «Сириуса»:

Суть: Организация интенсивных образовательных программ (1-3 недели) по ключевым направлениям (наука, искусство, спорт, журналистика), куда отбираются самые мотивированные и одаренные школьники республики. Работа ведется в формате реальных проектов для предприятий-партнеров.

Психологический смысл: Дает опыт «погружения» в профессию, работы в команде с ведущими педагогами и учеными, создает ситуацию осознанного успеха и формирует уникальное «сообщество выпускников» смен, которое становится мощным социальным капиталом.

Актуальная повестка и ресурсы: Портал «Талант-24» — единая цифровая платформа для регистрации, отбора на мероприятия и ведения ИПР.
Методические сборники по организации проектных смен, доступные партнерам Университета Талантов.

Индивидуальный план развития на Талант-24.

3. Система наставничества: Педагог как фасилитатор развития

Фонд кардинально меняет роль педагога — от транслятора знаний к наставнику, который помогает ребенку раскрыть его собственный потенциал.

Практические механизмы и инструменты:

Программа подготовки педагогов-наставников:

Система наставничества: Многоуровневая модель «Наставник-Профнавигатор-Партнер»

Это ключевой элемент экосистемы Университета Талантов, обеспечивающий персонализированное сопровождение.

Практические механизмы и инструменты: Трехуровневая система наставничества:

1. Наставник (педагог, психолог): Работает с личностными качествами, помогает с самоопределением, целеполаганием и преодолением трудностей. Проходит подготовку в «Республиканской школе наставников».

2. Профнавигатор (студент старших курсов, молодой ученый): Делится актуальным опытом, помогает ориентироваться в образовательных программах и карьерных возможностях, является ближайшим ролевым моделем.

3. Партнер (эксперт от предприятия): Обеспечивает профессиональные пробы, стажировки, руководство реальными проектами, дает обратную связь с рынка труда.

Такая среда не оставляет места для девиантных сообществ, поскольку предлагает молодежи легальный, статусный и эффективный путь для самореализации, окруженный поддержкой партнеров и наставников, и интегрированный в реальную экономику и науку региона.

3.2.3. Направление III: «Информационная безопасность».

Повышение медиаграмотности, обучение кибергиgiene.

В современном мире информационная безопасность — это не только техническая защита данных, но и **когнитивная гигиена**. Это способность личности критически осмысливать информационные потоки, противостоять манипуляциям и защищать свою психологическую целостность в цифровом пространстве. Направление нацелено на формирование у молодежи «цифрового иммунитета».

1. Повышение медиаграмотности: «Детектор лжи» для информационного поля

Задача — научить молодых людей не просто потреблять контент, а быть его активными и критичными исследователями.

Практические механизмы и инструменты:

Методика «Верификация информации за 5 шагов» (Адаптированный алгоритм CRAAP Test):

Спроси «КТО?» (Источник): Кто автор? Какая у него репутация и экспертиза? Есть ли скрытый интерес?

Спроси «ЧТО?» (Содержание): Это факт или мнение? Какие доказательства приведены? Есть ли логические ошибки?

Спроси «КОГДА?» (Актуальность): Когда опубликована информация? Не устарела ли она?

Спроси «ГДЕ?» (Источник источника): Где это опубликовано? Это уважаемое СМИ, блог или анонимный паблик?

Спроси «ЗАЧЕМ?» (Цель): Какова цель сообщения? Проинформировать, посмешить, разозлить, манипулировать?

Практикум «Анатомия фейка»:

Суть: Участникам предоставляются реальные примеры фейковых новостей, манипулятивных мемов и постов из деструктивных пабликов. Их задача — коллективно, используя вышеуказанный алгоритм, «вскрыть» механизм манипуляции.

Пример: Разбор поста, где используется прием «ложной дилеммы» («Если ты не с нами, значит, ты предатель»), или мема, который через юмор дегуманизирует определенную группу людей.

Технология «Информационный патруль»:

Суть: Создание молодежных добровольческих групп, которые не просто сами распознают фейки, но и создают креативный контент (видео, инфографику, комиксы), разоблачающий самые вирусные дезинформационные вбросы в своей среде.

Ресурсная база:

Проект «Крибрум» — предоставляет актуальные кейсы и технологии анализа деструктивного контента.

Методические материалы «Азбука цифрового мира» (Фонд «Разумный Интернет»).

2. Обучение кибергигиене: «Цифровая крепость» личности.

Кибергигиена — это практика безопасного поведения в сети, защищающая как личные данные, так и психическое здоровье.

Практические механизмы и инструменты:

Модуль «Защита персональных данных и цифрового следа»:

Сложные пароли и двухфакторная аутентификация. Объяснение на метафорах: пароль — это ключ от квартиры, а 2FA — это дополнительный кодовый замок.

Настройки приватности. Практическое занятие: «Как за 15 минут провести аудит настроек приватности в ВК, Telegram и Instagram».

Цифровая репутация. Упражнение «Работодатель смотрит твой профиль»: участники анализируют свои аккаунты с точки зрения потенциального вуза или нанимателя.

Тренинг «Психологическая кибергигиена»:

Распознавание манипулятивных техник: Техника «Триггер-Реакция-Цель» (ТРЦ). Участников учат анализировать: какой *триггер* (оскорбление, лесть, призыв к срочному действию) вызывает у них эмоциональную *реакцию*, и какова *цель* манипулятора?

Пример: Вербовщик деструктивной группы использует триггер «Ты особенный, они тебя не понимают», чтобы вызвать реакцию благодарности и чувства избранности, с целью вовлечения.

Профилактика эмоционального выгорания: Правило «Цифрового детокса» — осознанное ограничение времени в соцсетях, техники самопроверки: «Я сейчас зашел в сеть по делу или чтобы просто листать ленту и тревожиться?».

Создание «Карты цифровых рисков»:

Суть: Групповая работа, в ходе которой подростки совместно заполняют плакат, указывая основные угрозы в сети (кибербуллинг, мошенничество, груминг, радикальный контент) и алгоритмы действий для каждой ситуации.

Результат: Вовлечение в создание правил безопасности повышает личную ответственность и усвоение норм.

Ресурсная база:

Проект «Российская кремниевая долина» (RVC) и «КиберШкола» — предлагают игровые форматы обучения кибербезопасности.

Пособия «Лига безопасного интернета» — содержат готовые сценарии уроков.

3. Интегративный компонент: «Прививка от радикализации».

Специальный блок, направленный на противодействие главному риску — алгоритмической радикализации.

Механика «Как работает алгоритмическая ловушка»:

Метафора «Цифровая воронка»: Объяснение, как алгоритмы соцсетей, подпитывая интерес пользователя, постепенно сужают его информационное поле, сдвигая контент от умеренного к радикальному.

Практикум «Перезагрузка ленты»:

Суть: Участников учат техникам «переобучения» алгоритма: сознательная подписка на разноплановые источники, поиск информации в разных соцсетях и поисковиках, использование инкогнито-режима для проверки объективности выдачи.

Реализация направления «Информационная безопасность» позволяет сформировать у молодежи критическую автономию в цифровой среде. Это не набор запретов, а система компетенций, дающая молодым людям силу и уверенность для навигации в сложном информационном мире. Такой подход превращает их из пассивных объектов манипуляции в активных, осознанных и защищенных субъектов цифрового пространства, способных распознать и отвергнуть деструктивное влияние на раннем этапе.

Глава 3.3. Специализированная коррекционно-развивающая работа

3.3.1. Техники когнитивно-поведенческого подхода для работы с иррациональными убеждениями.

Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) — высокоэффективный и структурированный инструмент для работы с мышлением подростков, находящихся в группе риска.

КПТ утверждает, что не сами события вызывают у нас негативные эмоции и деструктивное поведение, а наши иррациональные, автоматические мысли и убеждения по поводу этих событий.

Например: подросток оказывается в ситуации (например, чувствует одиночество и несправедливость). У него возникают автоматические мысли («Я никому не нужен», «Мир устроен несправедливо, и сильные всегда правы»). Эти мысли рождают эмоции (гнев, обида, бессилие). Эмоции, в свою очередь, толкают его на поведение (поиск группы, где его «поймут» и дадут простые ответы, оправдывающие агрессию).

Цель КПТ-профилактики: Выявить и оспорить эти иррациональные убеждения, заменив их на более рациональные и адаптивные, тем самым разорвав порочную цепь, ведущую к девиантному поведению.

Практические техники КПТ для работы с подростками.

1. Техника «Мысленный детектив» (Распознавание автоматических мыслей).

Цель: Научить подростка «ловить» те мгновенные мысли, которые возникают у него в критические моменты и запускают негативные эмоции.

Как работает:

Ситуация: Подростка не приняли в компанию одноклассников.

Эмоция: Ощущение острой обиды, гнева, тоски.

Вопрос психолога: «Что пронеслось у тебя в голове в тот самый момент, когда ты это понял? Какая была первая мысль?».

Примеры выявляемых мыслей:

«Со мной что-то не так. Я — неудачник».

«Они специально меня унижают. Все люди — сволочи».

«Никто и никогда меня не примет».

Результат: Подросток учится осознавать связь между событием, мыслью и эмоцией. Это первый шаг к контролю над ними.

2. Техника «Свидетельские показания» (Проверка мыслей на доказательствах).

Цель: Оспорить иррациональную мысль, подойдя к ней как следователь: искать доказательства «за» и «против».

Как работает (на примере мысли «Я никому не нужен»):

Психолог: «Давай выступим в роли детективов. Какие есть доказательства, что ты никому не нужен?».

Подросток: «Меня не позвали на день рождения к Саше».

Психолог: «Хорошо, это одно доказательство. А теперь давай поищем **опровержения**. Были ли за последнюю неделю ситуации, когда кто-то проявлял к тебе интерес, звал куда-то, отвечал на твои сообщения?».

Подросток: «Ну, вчера звонил друг, спросил, как дела... И мама интересовалась... И в онлайн-игре ребята позвали в команду».

Результат: Мысль «Я никому не нужен» превращается из абсолютной истины в одну из многих, причем не самую убедительную. Подросток видит, что его мышление было «катастрофизирующим» и игнорировало позитивные факты.

3. Техника «Декатастрофизация» («А что, если?..»).

Цель: Снизить тревогу и ощущение безысходности, которые часто подталкивают к поиску «сильных» групп, обещающих контроль над хаосом.

Как работает (на примере мысли «Если я не попаду в эту группу, я пропаду»):

Определение худшего сценария: «Хорошо, представим худшее. Тебя не приняли. Что самого страшного тогда произойдет?» («Я останусь один навсегда»).

Оценка вероятности: «Насколько **реалистично**, что ты останешься один навсегда? Ты правда ни с кем никогда больше не познакомишься?».

Поиск стратегий совладания: «**Даже если** это случится, как ты сможешь с этим справиться? Куда ты сможешь обратиться? Какие твои сильные стороны помогут тебе пережить это и найти новых друзей?».

Результат: Подросток понимает, что даже худший сценарий не является абсолютным концом, и у него есть внутренние и внешние ресурсы, чтобы с ним справиться.

4. Техника «Переформулирование» (Замена когнитивных искажений).

Цель: Прямая работа с типичными «ошибками мышления», которые искажают восприятие реальности.

Примеры иррациональных убеждений и их рациональных альтернатив:

Черно-белое мышление: «Либо я свой в этой крутой группе, либо я — полный ноль».

Переформулировка: «Я могу быть ценным сам по себе, даже не принадлежа к какой-то одной группе. Я могу быть частью разных сообществ: семьи, школы, спортивной секции».

Сверхобобщение: «Меня один раз обидели → **Все** люди — предатели и враги».

Переформулировка: «Конкретно эти люди поступили плохо. Но это не отменяет существования других, добрых людей. Я не могу судить обо всех по одному случаю».

Катастрофизация: «Если я выскажу свое мнение, меня высмеют, и это будет **УЖАСНО**».

Переформулировка: «Да, возможно, кому-то не понравится мое мнение. Это может быть неприятно, но это не конец света. Я могу это пережить».

Результат: Подросток получает конкретный «словарь» для более гибкого и реалистичного диалога с самим собой.

5. Поведенческий эксперимент

Цель: Проверить иррациональное убеждение на практике в безопасных условиях.

Как работает (на примере убеждения «Если я не буду агрессивен, меня не будут уважать»):

Гипотеза: «Я считаю, что для уважения необходима агрессия».

Эксперимент: «Давай попробуем. В течение недели в двух ситуациях, где ты обычно хамил или вел себя агрессивно, попробуй отстоять свою точку зрения спокойно и уверенно, но без нападков. Просто скажи твердо, что ты думаешь».

Анализ результата: «Что произошло? Твои опасения подтвердились? Тебя действительно не стали уважать? Или, возможно, реакция была иной?».

Результат: Реальный опыт становится самым мощным опровержением иррационального убеждения. Подросток на практике видит, что его старые стратегии не единственно возможны и не всегда эффективны.

Использование этих техник КПТ в профилактической работе позволяет не просто говорить с подростком об абстрактных рисках, а давать ему конкретные инструменты для работы с его собственным мышлением. Это формирует внутренний психологический «иммунитет», основанный на гибкости, реализме и самоконтроле, что является самой надежной защитой от манипуляций девиантных сообществ.

Актуальная практическая литература по КПТ для профилактики вовлечения молодежи в девиантные сообщества (2020-2025 гг.)

1. Фёдоров М.Ю., Савина О.О. Когнитивно-поведенческая терапия для подростков: практическое руководство для психологов и педагогов. — М.: Генезис, 2023.

2. Практическая ценность: Содержит пошаговые протоколы работы с типичными для подросткового возраста проблемами: низкая самооценка, социальная тревожность, агрессия. Включает готовые рабочие листы и упражнения для техник реструктурирования иррациональных убеждений («Детектор мыслей», «Шкала убежденности»).

3. Старкова Д.А. Рабочая тетрадь для подростков «Управляю своими мыслями». — СПб.: Питер, 2024.

4. Практическая ценность: Интерактивное пособие, которое можно использовать непосредственно в работе с подростком. Содержит упражнения в формате «дневника

мыслей», техники декатастрофизации и поведенческие эксперименты, адаптированные под язык и актуальные контексты молодежи.

5. Гронский А.В., Мельникова Е.В. Когнитивно-поведенческий подход в профилактике экстремистских установок в молодежной среде: методическое пособие. — М.: МГППУ, 2022.

6. Практическая ценность: Узкоспециализированное пособие, напрямую раскрывающее тему запроса. Содержит методики выявления и коррекции конкретных когнитивных искажений, характерных для радикального сознания («черно-белое мышление», «катастрофизация социальной несправедливости», «персонализация вины»). Приводятся кейсы и диалоги.

7. Левин С.С., Потапова Н.А. Диалектико-поведенческая терапия (ДПТ) навыки для подростков с дисрегуляцией эмоций. — М.: ИОИ, 2025.

8. Практическая ценность: ДПТ — это третья волна КПТ, идеально подходящая для работы с импульсивными, склонными к аффекту подростками. Пособие содержит практики осознанности, регуляции эмоций и навыки межличностной эффективности, которые критически важны для противостояния групповому давлению.

9. Цифровые ресурсы и инструменты.

Онлайн-платформа «СВТ-i» (Российская адаптация).

Предоставляет интерактивные модули для самостоятельной работы подростков с иррациональными мыслями. Включает тренажеры для выявления когнитивных искажений и ведения электронного дневника настроения. Особенно эффективна в качестве дополнения к очным консультациям.

Приложение «Woebot» (доступно в App Store/Google Play).

Чат-бот, основанный на принципах КПТ. В формате беседы помогает пользователю оспаривать негативные мысли. Может служить «первой помощью» для подростка в стрессовой ситуации, прежде чем он обратится к деструктивным источникам поддержки.

3.3.2. Методы арт-терапии и нарративного подхода для проработки личностных проблем.

Арт-терапия использует визуальные образы, метафоры и творческий процесс как язык для выражения того, что сложно сформулировать словами (травма, страх, гнев, экзистенциальные кризисы). Она позволяет «увидеть» свою проблему со стороны и найти внутренние ресурсы.

Нарративный подход рассматривает человека как автора своей жизни. Проблема (склонность к девиации) — это не часть личности, а **отдельная история**, которая навязана извне. Задача — помочь человеку «переписать» эту историю, найдя альтернативные, сильные сюжеты о себе.

Оба метода идеально подходят для работы с подростками, так как они экологичны, снижают сопротивление и обращаются к потребности в самовыражении.

Практические методы арт-терапии.

Метод «Маска Идентичности».

Цель: Исследование конфликта между «Я-реальным» и «Я-публичным», а также тем «Я», которое может навязываться девиантной группой.

Процедура: Подростку предлагается создать на заготовке гипсовой маски две стороны:

Внешняя сторона: «Маска, которую я показываю миру». Как ты хочешь, чтобы тебя видели? Какие эмоции и роли ты изображаешь?

Внутренняя сторона: «То, что я прячу внутри». Какие мои настоящие чувства, страхи, мечты?

Обсуждение: Каково носить эту маску? В каких ситуациях она появляется? Что происходит с тем, что внутри? Группа предлагает тебе надеть новую, «крутую» маску (агрессора, избранного)? Как это соотносится с твоим внутренним содержанием?

Профилактический эффект: Помогает осознать манипуляцию с идентичностью, которую предлагают девиантные группы, и укрепить контакт с собственным «Я».

Метод «Карта моего пути».

Цель: Визуализировать жизненный путь, идентифицировать «точки выбора», ресурсы и возможные ловушки.

Процедура: На большом листе бумаги подросток рисует свою жизнь как дорогу, карту или реку.

Необходимо отметить:

Важные события (горы/долины).

Людей-попугчиков и тех, кто остался позади.

Текущее местонахождение.

«Развилки» — моменты выбора.

«Опасные зоны» или «болота» — где легко заблудиться (здесь можно отметить привлекательность девиантных групп).

«Компасы» и «ключи» — что помогает не сбиться с пути (ценности, увлечения, значимые отношения).

Обсуждение: Куда ведет эта дорога? Кто или что помогает идти? Где находятся «опасные развилки»? Какой путь предлагает девиантное сообщество и куда он на самом деле ведет?

Профилактический эффект: Развивает осознанность и способность к прогнозированию последствий, актуализирует внутренние и внешние ресурсы.

Метод «Создание Амулета/Талисмана силы».

Цель: Актуализация внутренних ресурсов и сильных сторон личности для противостояния внешнему давлению.

Процедура: Из предложенных материалов (глина, природные материалы, ткани, нитки) подросток создает амулет, который, по его мнению, мог бы защитить его от влияния, дать силу и уверенность.

Обсуждение: Что символизирует этот амулет? Какое качество или воспоминание в него вложено? В какой ситуации он мог бы помочь? Как эта сила уже проявлялась в твоей жизни раньше?

Профилактический эффект: Смещает фокус с уязвимости на личную силу. Амулет становится материальным напоминанием о его ресурсном состоянии, к которому можно обратиться в момент сомнений.

Практические методы нарративного подхода.

Техника «Экстернализация проблемы» (отделение проблемы от личности)

Цель: Развести понятия «я — плохой» и «на меня влияет проблема». Это снимает чувство вины и стигмы, дает опору для борьбы.

Процедура: Психолог помогает дать проблеме имя и образ. Например, не «я агрессивный», а «мною управляет Злая Тень Обиды». Не «я слабый и ищу сильную группу», а «меня заманивает в свои сети Голос Пустоты».

Пример диалога:

Психолог: «Когда Голос Пустоты впервые к тебе обратился? Что он тебе обещает? Когда он становится особенно громким? Бывают ли моменты, когда ты можешь его заглушить? Что тебе помогает?»

Профилактический эффект: Подросток начинает видеть себя не как «проблемного», а как человека, борющегося с проблемой. Это возвращает ему субъектность и контроль.

Техника «Поиск уникальных эпизодов».

Цель: Найти в истории подростка моменты, когда он действовал вопреки проблеме и доминирующей деструктивной истории о себе.

Процедура: Совместный поиск ситуаций, когда «Злая Тень Обиды» или «Голос Пустоты» не управляли его поведением.

Психолог: «Был ли в последнее время момент, даже очень короткий, когда **Голос Пустоты** молчал, и ты поступал по-своему? Что ты делал? С кем был? О чем думал?»

Пример: Подросток вспоминает, что вчера он не полез в драку, а помог младшему брату с уроками, и почувствовал себя «нормально».

Профилактический эффект: Эти эпизоды становятся «кирпичиками» для строительства новой, предпочитаемой истории о себе — как о человеке, способном на помощь, проявление воли и доброту.

Техника «Пересочинение истории членства».

Цель: Переосмыслить опыт взаимодействия с девиантной группой, найдя в нем не только слабость, но и скрытые потребности и силу.

Процедура: Совместное исследование: «Что тебя, как автора твоей жизни, привлекло в этой группе? Какую ценную потребность ты там искал? (Братство? Справедливость? Уважение? Силу?)».

Далее следует ключевой вопрос: «А как еще, другими способами, ты мог бы удовлетворить эту потребность? Есть ли в твоей жизни или она могла бы появиться, **альтернативная история**, где ты получаешь это братство/уважение/силу, не теряя себя?»

Профилактический эффект: Подросток понимает, что его стремления были здоровыми, но путь был выбран деструктивный. Это открывает дорогу для поиска конструктивных сообществ и активностей, удовлетворяющих те же самые потребности.

Интеграция актуального культурного контекста значительно повышает вовлеченность и эффективность работы. Использование сюжетов, метафор и персонажей из популярных сериалов, книг и игр позволяет психологу и подростку говорить на одном языке. Это создает безопасное «поле для метафор», где можно обсуждать личные проблемы через призму вымышленных, но узнаваемых историй. Использование актуального культурного кода делает нарративную практику живой и релевантной для подростка. Он перестает быть

просто «клиентом», а становится соавтором и героем собственного «фандома» — сообщества, где ценятся его уникальная история, найденный «Ключ» и выбранный «Кодекс». Это формирует мощную альтернативную идентичность, не оставляющую места для деструктивных сценариев.

Нарративные техники с использованием актуального культурного контекста 2025 г. (см. Приложение № 6).

Синтез арт-терапии и нарративного подхода позволяет работать не с «симптомом» (интересом к девиации), а с глубинным контекстом личности: ее идентичностью, историей, ресурсами и ценностями. Эти методы помогают подростку не просто отказаться от плохой компании, а построить такую систему самоидентификации и такие жизненные смыслы, где девиантные сообщения просто не будут ему нужны.

3.3.3. Тренинг жизненных навыков: управление эмоциями, разрешение конфликтов, ассертивное поведение.

Девиантные сообщества предлагают подростку простые, но деструктивные псевдо-решения его сложных жизненных проблем: агрессию вместо уверенности, побег вместо управления эмоциями, конфликт вместо диалога. Цикл тренингов направлен на формирование внутреннего психологического «иммунитета» через развитие ключевых навыков, делающих ненужным поиск внешних деструктивных «костылей».

Структурные подходы к построению цикла.

1. Последовательный подход «От внутреннего — к внешнему»

Цикл выстроен от работы с собственной личностью к эффективному взаимодействию с миром.

- **Блок 1: Самопознание и управление эмоциями (Базис)**
- **Блок 2: Ассертивность и уверенное поведение (Защита)**
- **Блок 3: Конструктивное разрешение конфликтов (Взаимодействие)**

2. Модульный (пазловый) подход

Каждый тренинг — самодостаточный модуль, но при прохождении всего цикла формируется целостная система навыков. Это позволяет гибко встраиваться в учебный процесс.

3. Контекстно-проблемный подход

Все упражнения и кейсы максимально приближены к реальным ситуациям риска, с которыми сталкивается подросток (давление сверстников, буллинг, вербовка, конфликты с родителями).

Структура и содержание цикла тренингов.

БЛОК 1: «ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ КОМПАС: УПРАВЛЯЕМ ВМЕСТО ТУШИТЬ».

Цель: Научить распознавать, называть и принимать свои эмоции, развить навыки саморегуляции.

Таблица 3.2.

Блок 1: «Эмоциональный компас:управляем вместо тушить»

Тема	Ключевые техники	Связь с профилактикой
Азбука эмоций. Что такое эмоции и зачем они нужны.	«Колесо эмоций Роберта Плутчика», ведение «Дневника настроения», упражнение «Какого цвета моя злость?».	Деструктивные группы играют на неосознанных эмоциях (гнев, обида). Их осознание — первый шаг к контролю.
Стратегии саморегуляции. Как справиться с гневом, тревогой, обидами.	Техника «Стоп-кран» (пауза перед действием), «Дыхание квадратом», «Сейф для тревог» (визуализация), методы переключения внимания.	Предотвращает импульсивные поступки, на которых строится вербовка («докажи, что ты не слабак!»).
Работа с триггерами. Что именно запускает во мне сильные негативные эмоции.	Составление личной «Карты триггеров», техника «Мысленный детектив» (связь мыслей и эмоций).	Помогает анализировать, как манипуляторы из девиантных групп целенаправленно «нажимают на кнопки».

БЛОК 2: «МОЙ ГОЛОС: АССЕРТИВНОСТЬ КАК ЗАЩИТА ОТ МАНИПУЛЯЦИЙ»

Цель: Сформировать навык уверенного поведения, защиты своих границ и противостояния групповому давлению.

Блок 2: «Мой голос: ассертивность как защита от манипуляций»

Тема	Ключевые техники	Связь с профилактикой
Мои границы: где я заканчиваюсь. Что такое личные границы и как их отстаивать.	Упражнение «Дирижер» (отработка невербальных сигналов), ролевая игра «Скажи "нет"» в разных стилях (другу, незнакомцу, авторитету).	Прямой инструмент против давления и вербовки. Умение сказать «нет» — ключевой навык невовлечения.
Формула ассертивности. Как просить, отказывать и выражать мнение без агрессии и страха.	Отработка формулы «Я-высказывания» (Чувство + Событие + Просьба), техника «Заезженная пластинка» для отражения манипуляций.	Дает альтернативу пассивности (уйти в себя) и агрессии (примкнуть к сильной группе) в конфликте.
Противостояние буллингу и моббингу. Стратегии поведения для жертвы и свидетеля.	Ролевые игры «Стая» (отработка реакции на насмешки), анализ кейсов, создание «Памятки свидетеля».	Девиантные группы часто рекрутируют жертв травли, обещая защиту и силу. Навык противостояния лишает их этого ресурса.

БЛОК 3: «МОСТ ВМЕСТО СТЕНЫ: КОНСТРУКТИВНОЕ РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ»

Цель: Научить видеть конфликт как задачу для решения, а не как войну, и находить взаимоприемлемые выходы.

Блок 1: «Мост вместо стены: конструктивное разрешение конфликтов»

Тема	Ключевые техники	Связь с профилактикой
Картография конфликта. Как понять структуру, интересы сторон и выйти из «туннеля вражды».	Составление «Карты конфликта» (определение позиций, интересов, потребностей), техника «Взгляд с балкона».	Деструктивные группы предлагают простое решение: «враг» во всем виноват, его надо уничтожить. Эта техника учит сложному анализу.
Активное слушание и эмпатия. Как услышать другого и быть услышанным.	Отработка техник: парафраз, отражение чувств, «Телефон»	Разрушает манипулятивный нарратив «нас никто не понимает», лежащий в

Тема	Ключевые техники	Связь с профилактикой
	(точная передача сообщения в группе).	основе многих девиантных групп.
Переговоры и поиск решений. Алгоритмы ведения трудных разговоров.	Техника «Выиграл-Выиграл», мозговой штурм, ролевая игра «Сложный разговор с родителем/другом».	Дает инструмент для решения проблем в реальной жизни, снижая потребность в бегстве в виртуальные или деструктивные сообщества.

Сквозные принципы реализации цикла:

1. **Безоценочность и психологическая безопасность.** Создание атмосферы, где можно ошибаться и быть собой.
2. **Принцип «здесь и сейчас».** Работа с актуальными переживаниями и ситуациями участников.
3. **Рефлексия.** Обязательный элемент каждой сессии: «Что я узнал о себе? Как я могу это применить?».
4. **Диалог с культурным кодом.** Использование примеров из сериалов, мемов, игр, которые смотрят и в которые играют подростки, для разбора тем.
5. **Пост-тренинговая поддержка.** Создание чатов для участников, выдача «шпаргалок»-напоминалок, проведение бустерных сессий через 1-2 месяца.

Итог: Данный цикл тренингов не читает мораль о вреде девиантных групп. Он вооружает подростка системой внутренних инструментов для решения его экзистенциальных и социальных задач. Подросток, умеющий управлять гневом, уверенно сказать «нет» и конструктивно разрешать конфликты, психологически неуязвим для примитивных манипуляций вербовщиков. Он находит силу в себе, а не в иллюзорной «силе» деструктивного сообщества.

РАЗДЕЛ 4. ИНТЕРАКТИВНЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ КАК МЕХАНИЗМ ПРОФИЛАКТИКИ ВОВЛЕЧЕНИЯ МОЛОДЁЖИ В ДЕСТРУКТИВНЫЕ СООБЩЕСТВА

Глава 4.1. Интерактивные формы работы с молодежью.

Главная ценность интерактивных форматов в работе с подростками заключается в их способности создавать живой, эмоционально заряженный опыт, который невозможно передать через лекцию или нравоучение. Подростковый возраст — это время сопротивления навязанным авторитетам и поиска собственной идентичности. Прямые инструкции и запреты часто наталкиваются на стену отторжения. Интерактив обходит это сопротивление, переводя общение из плоскости «взрослый-ребенок» в плоскость «соавторство-исследование».

Когда подросток оказывается в роли детектива, разбирающего цифровой след, или адвоката на суде над идеей, он перестает быть пассивным объектом воздействия и становится активным субъектом, который сам добывает знания и приходит к выводам. Этот процесс «проживания» истины формирует не просто знание, а личное убеждение и устойчивый навык. Он позволяет в безопасной, игровой среде проанализировать последствия деструктивных моделей, не рискуя собой в реальности, и выработать ту самую «прививку» против манипуляций.

Интерактив — это не просто более занимательный способ подачи информации. Это единственный по-настоящему эффективный мост, позволяющий взрослому перейти в мир подростка, заговорить с ним на его языке действия, драйва и уважения к его интеллекту, и помочь ему вырастить внутренний иммунитет, не вызывая отторжения.

4.1.1. Технология «Перехват лидерства»: выявление и перенаправление лидерского потенциала.

Технология «Перехват лидерства» — это одна из самых эффективных и стратегически важных форм работы, направленная не на борьбу с последствиями, а на проактивное управление социальной динамикой в молодежной среде.

Технология «Перехват лидерства»: выявление и перенаправление лидерского потенциала.

Концепция: Девиантные сообщества часто целенаправленно вербуют подростков с лидерским потенциалом — амбициозных, харизматичных, не нашедших легального способа реализации. Технология «Перехват лидерства» предполагает системное выявление таких подростков и создание для них «социального лифта» в конструктивной деятельности, тем самым лишая деструктивные группы их потенциального кадрового резерва.

Цель: Не подавить лидерские качества, а перенаправить их энергию с деструктивных на созидательные цели, превратив из потенциальной угрозы в ресурс развития здорового сообщества.

Этап 1. Диагностика и выявление: «Картография лидерского потенциала».

Задача: Найти подростков, которые обладают неформальным авторитетом и влиянием на сверстников, но находятся в группе риска или в состоянии фрустрации.

Методы:

Наблюдение и метод «Социограммы-невидимки»:

Педагогам и психологам предлагается наблюдать не за формальными успехами, а за неформальными паттернами влияния:

Кто инициирует неформальные активности в классе/группе?

Чье мнение в споре становится решающим?

Кому подражают в манере поведения, одежде, сленге?

Кто является «генератором идей», даже если эти идеи носят протестный или маргинальный характер?

Метод «Проективной ситуации»:

Организация короткого группового тренинга или деловой игры (например, «Кораблекрушение» или «Строительство города»), где ставится сложная задача, требующая быстрого принятия решений и координации. Наблюдатели фиксируют, кто берет на себя роль организатора, мотиватора или «теневого» лидера.

Анализ цифрового следа (с соблюдением этических норм):

Анализ публичной активности в школьных чатах и пабликах. Лидеры часто являются самыми активными авторами, модераторами споров, создателями мемов, вокруг которых формируется дискуссия.

Этап 2. Вовлечение и «легализация»: «Приглашение в игру».

Задача: Установить контакт и предложить легальный, статусный канал для реализации амбиций.

Методы:

«Прямое предложение от значимого взрослого»:

Личная беседа по формуле: «Я вижу в тебе потенциал к [организации, руководству, творчеству]. У меня есть для тебя серьезный вызов/проект. Готов обсудить?». Это легализует его потребность во влиянии и признании.

Техника «Вызов на статус»:

Предложение не просто поучаствовать, а возглавить сложный, престижный и ограниченный по времени проект. Например: «Нужен лидер для организации школьного киберспортивного турнира с призами от IT-компаний».

«Есть возможность собрать команду и представить нашу школу на всероссийском конкурсе молодежных проектов. Я буду твоим наставником, но команду и идею будешь искать и вести ты».

Включение в существующие управленческие структуры с реальными полномочиями:

Не номинальная должность в школьном самоуправлении, а участие в работе реальных советов, например, по развитию школьного пространства, организации крупного события, распределению микрогрантов на молодежные инициативы.

Этап 3. Перенаправление и поддержка: «Трансформация роли»

Задача: Помочь подростку переосмыслить свою лидерскую идентичность с «противника системы» на «созидателя и реформатора».

Методы:

1. «Коучинг социального проектирования»:

Наставник помогает лидеру не просто «быть главным», а сформулировать социально значимую цель, разработать план, собрать команду и получить реальный результат. Это переводит лидерство из области эмоций и амбиций в область компетенций и ответственности.

2. Техника «Рефрейминг бунта»:

Работа с протестной энергией. Вместо: «Твой бунт — это проблема», используется формула: «Твой бунт против [несправедливости, скуки, лицемерия] — это энергия для изменений. Давай направим ее не на разрушение школы, а на создание здесь того, что будет по-твоему, круто и справедливо. Что ты хочешь изменить?».

3. Создание «Ситуации признания»:

Организация публичной презентации результатов проекта перед авторитетной аудиторией (представителями администрации, бизнеса, СМИ). Легитимное признание со стороны «взрослой» системы является мощным подкреплением конструктивной модели лидерства.

Ключевые принципы успеха технологии:

Отказ от морализаторства. Мы не боремся с лидером, мы боремся за него.

Искренность и уважение. Подростки тонко чувствуют манипуляцию. Предложение должно быть реальным вызовом, а не «загрузкой».

Партнерская позиция наставника. Позиция «я — опытный консультант, а ты — талантливый управленец» вместо «я — начальник, ты — подчиненный».

Принцип «Легального риска». Проект должен быть достаточно сложным, чтобы его успех был настоящей победой, а не формальностью.

Профилактический эффект: Перехватив и перенаправив всего 5-10% неформальных лидеров из группы риска, можно кардинально изменить социальный климат в целой школе или микрорайоне, лишив девиантные сообщества их главного ресурса — энергии и харизмы молодежных вожаков. Такой лидер, увлеченный созидательным проектом, становится естественным «иммунитетом» против деструктивного влияния в своей среде.

Технология «Перехват лидерства» является высокоэффективной, но ее реализация сопряжена с рядом существенных сложностей и рисков, которые необходимо прогнозировать и минимизировать.

Сложности и риски реализации технологии «Перехват лидерства».

Кадровые риски: «Кто будет перехватывать?»

Дефицит квалифицированных наставников. Технология требует от взрослого (педагога, психолога) уникального набора качеств: умения видеть потенциал, личной зрелости, отсутствия авторитарности, готовности к партнерству. Стандартный педагог, работающий в парадигме «руководства и контроля», может либо не справиться, либо, что хуже, превратить технологию в манипуляцию.

Выгорание наставников. Работа с сильными, амбициозными, часто конфликтными подростками требует огромных эмоциональных и временных затрат. Без системы супервизии и поддержки велик риск профессионального выгорания ключевых исполнителей.

Ротация кадров. Уход единственного наставника, установившего контакт с лидером, может привести к срыву всей работы и усилению чувства предательства у подростка.

Риски работы с целевой группой: «Ошибки в целеполагании».

Некорректная диагностика. Высок риск спутать истинного лидера (который ведет за собой, мотивирует, берет ответственность) с псевдолидером (который держится на агрессии, провокациях и деструктивном поведении). Работа со вторым типом по данной технологии может лишь усилить его негативный статус.

Подкрепление манипулятивного поведения. Подросток с антисоциальными наклонностями может использовать предложенные ему ресурсы и статус для усиления своего влияния в деструктивных целях, искусно имитируя сотрудничество. По сути, система может «вооружить» того, с кем борется.

Эффект «привилегированности» и зависти. Публичное выделение и поддержка неформального лидера может вызвать волну негатива и зависти со стороны остальной молодежи, что приведет к его дальнейшей изоляции или конфликтам внутри коллектива.

Организационные и системные риски: «Сопротивление среды».

Формальное исполнение («галочка»). Администрация может требовать отчетности по количеству «перехваченных лидеров», вынуждая педагогов работать не на качество, а на цифры, что дискредитирует саму идею.

Отсутствие реальных полномочий и ресурсов. Подростку предлагают возглавить «проект», который никому не нужен, у которого нет бюджета и чьи результаты никто не будет рассматривать. Это приведет к разочарованию и укреплению убеждения «взрослым верить нельзя, здесь ничего нельзя изменить».

Сопротивление педагогического коллектива. Часть педагогов может воспринять технологию как угрозу своему авторитету: «Почему этому хулигану дают право что-то решать, а меня не спросили?». Это может саботировать усилия наставника и лидера.

Неготовность системы к «настоящему» лидерству. Система образования часто хочет получить «удобных» лидеров, которые реализуют спущенные сверху инициативы. Истинный же лидер будет критиковать, предлагать радикальные изменения и требовать реальной власти, что может вызвать конфликт и его повторную маргинализацию.

Этические риски: «Тонкая грань между помощью и манипуляцией».

Инструментализация подростка. Подход может скатиться к манипуляции: «Мы даем тебе власть, а ты обеспечиваешь нам нужное поведение твоей группы». Это не развитие личности, а использование одного подростка для контроля над другими.

Нарушение конфиденциальности. Публичное обсуждение лидерского потенциала подростка и его персональных траекторий без его согласия является грубым нарушением этики.

Создание зависимости от наставника. Вместо развития автономии может сформироваться патологическая привязанность к конкретному взрослому, что помешает личностному росту.

Пути минимизации рисков.

Для кадровых рисков:

Создание пула наставников на межведомственной основе (привлечение психологов, представителей НКО, бизнес-тренеров).

Обязательная система обучения и супервизии для всех участников программы.

Парная работа наставников для взаимной поддержки и подстраховки.

Для рисков работы с целевой группой:

Тщательный отбор с привлечением нескольких экспертов (психолог, социальный педагог, классный руководитель).

Четкие «красные линии» и правила игры, о которых подросток знает с самого начала. Нулевая терпимость к манипуляциям и нарушению договоренностей.

Активная работа с группой, объяснение целей и смысла программы, чтобы минимизировать зависть и включить других в орбиту проектов лидера.

Для организационных рисков:

Закрепление технологии во внутренних документах учреждения, чтобы она не зависела от воли одного человека.

Выделение реального (пусть и небольшого) бюджета на реализацию молодежных инициатив.

Проведение разъяснительной работы с пед.коллективом, вовлечение их в процесс в качестве экспертов и консультантов.

Для этических рисков:

Работа по принципу информированного согласия. Подросток должен четко понимать цели, свои права и обязанности.

Фокус на развитии компетенций и личностном росте, а не на решении административных задач.

Постоянная рефлексия с подростком: «Что это дает тебе? Чему ты учишься?».

Технология «Перехват лидерства» — это не массовый инструмент, а «ювелирная» работа, требующая высокого профессионализма, системной поддержки и безупречной этической позиции. Ее нельзя внедрять быстро и тотально. Но точечная, качественная реализация способна дать максимальный профилактический эффект, меняя саму социальную структуру молодежной среды.

4.1.2. Геймификация просоциальной активности: от квизов до краудсорсинговых проектов.

Геймификация просоциальной активности — это мощный инструмент, который превращает скучные «надо» в увлекательные «хочу», создавая конкуренцию девиантным сообществам в сфере вовлечения, азарта и признания.

Концепция: Девиантные сообщества используют игровые механики: уровни посвященности, статусы, «квесты» (например, совершить противоправное действие), ощущение «гильдии» и общую цель. Геймификация просоциальной активности применяет те же механизмы, но направляет их на конструктивные, социально полезные цели,

удовлетворяя те же базовые психологические потребности подростков в азарте, признании, принадлежности и эффективности.

Механика «Прокачки личности»: Система уровней и бейджей.

Цель: Сделать личностный рост и социально одобряемое поведение осязаемым, измеримым и статусным.

Реализация: Создание цифровой платформы или «Книги достижений», где подростки получают опыт и «ачивки» (achievements) за просоциальные действия.

Бейдж «Первооткрыватель»: за участие в новом кружке или мастер-классе.

Бейдж «Миротворец»: за успешное посредничество в конфликте.

Бейдж «Эко-агент»: за организацию сбора макулатуры или субботника.

Уровень «Лидер мнений»: за привлечение в проект друзей и создание позитивного контента.

Психологический смысл: Вместо абстрактного «быть хорошим» подросток видит четкий путь развития и получает мгновенное признание своих усилий. Это прямая альтернатива получению статуса в девиантной группе через агрессию или вандализм.

Краудсорсинговые проекты как «Гильдейские квесты».

Цель: Дать опыт реального влияния на окружающий мир через коллективную деятельность, создавая ощущение «команды» и общей миссии.

Реализация: Организация проектов, где для успеха требуется вклад многих участников с разными навыками.

Пример «Квест: Преображение двора»: Одна команда («архитекторы») создает 3D-модель благоустройства, вторая («журналисты») снимает видео-презентацию для голосования, третья («переговорщики») представляет проект в управляющей компании.

Платформы: Использование аналогий с популярными играми: «Наш город — наш общий сервер. Давайте заапгрейдим его».

Психологический смысл: Дает легальный канал для протестной энергии («здесь все плохо») и превращает ее в созидательную («мы это исправим»). Создает прочную социальную связь, основанную на общем деле, а не на ненависти к «другим».

Просоциальные квизы и интеллектуальные дуэли.

Цель: Сделать получение знаний о критическом мышлении, медиаграмотности и правовой грамотности динамичным и соревновательным.

Реализация:

Квиз «Инфо-детектив»: Команды соревнуются в скорости и качестве разоблачения фейковых новостей, манипулятивных мемов и теорий заговора.

Дебаты на острой теме: Например, «Легко ли быть честным в современном мире?». Здесь важны не только эрудиция, но и аргументация, уважение к оппоненту.

Игра «Аллегория»: Угадывание, какие когнитивные искажения или манипулятивные техники представлены в том или ином видео- или текстовом отрывке.

Психологический смысл: Прокачивает «мышцу» критического мышления в формате, который не уступает по накалу страстей и азарту любым онлайн-баталиям в комментариях. Формирует иммунитет к манипуляциям через понимание их механики.

Ролевые игры и симуляции «Ситуация выбора»

Цель: В безопасной обстановке проработать сценарии давления и манипуляции, выработав психологическую «мышечную память» на отказ.

Реализация:

Сценарий «Вербовка»: Один участник играет роль вербовщика деструктивной группы, используя реальные приемы (лесть, шантаж, предложение братства). Задача второго — используя заранее подготовленные техники, уверенно отказаться.

Сценарий «Лидер мнений»: Участник должен убедить условного «скептика» присоединиться к полезной инициативе (волонтерству, флешмобу), не переходя на давление, а находя конструктивные аргументы.

Психологический смысл: Снижает тревогу и повышает самооффективность. Подросток приходит в реальную ситуацию уже не «чистым листом», а с готовым поведенческим паттерном.

Ключевые принципы успешной геймификации:

Добровольность. Принуждение убивает всю магию игры.

Значимость награды. Статус, признание, реальные возможности (стажировки, встречи с интересными людьми) ценнее формальных грамот.

Ясность правил. Подросток должен четко понимать, «как играть в эту игру» и как достичь успеха.

Обратная связь. Мгновенная реакция системы или наставника на действие участника.

Социальное признание. Публичное освещение достижений, рейтинги, доски почета внутри платформы.

Профилактический эффект: Геймификация просоциальной активности не агитирует «против» девиантных групп. Она создает такую насыщенную, азартную и признающую среду, что предложения деструктивных сообществ теряют свою привлекательность. Подросток уже получает необходимое ему ощущение значимости, команды и адреналина в конструктивном пространстве, где он — не винтик, а герой, прокачивающий себя и меняющий мир к лучшему.

4.1.3. Развитие «гибридных» сообществ (киберспорт, киберволонтерство, IT-творчество).

Развитие «гибридных» сообществ — это стратегический ответ на цифровизацию молодежной среды, позволяющий перенести всю энергию и социальность из онлайн-пространства в конструктивное русло.

Развитие «гибридных» сообществ: киберспорт, киберволонтерство, IT-творчество

Концепция: Современный подросток живет в стирающей границы между онлайн и офлайн среде. «Гибридные» сообщества — это группы, чья деятельность изначально проектируется как единый цифрово-аналоговый контур. Они удовлетворяют ключевые потребности, которые девиантные группы эксплуатируют в своих целях, но делают это через легальные, статусные и развивающие форматы.

Киберспортивные сообщества: Канализация соревновательной энергии

Проблема, которую решает: Девиантные группы предлагают «игру» с высокими ставками (риск, противозаконные действия), дающую острые ощущения и статус «победителя».

Решение:

Создание легитимной киберспортивной лиги на базе школ, колледжей и молодежных центров с четкой структурой:

Команды и дивизионы (сформированные по школам или микрорайонам).

Регулярные турниры по популярным, но менее агрессивным играм (например, Dota 2, Valorant — с акцентом на тактику и командную работу, а не на чистое насилие).

Система драфтов и трансферов, создающая азарт и вовлеченность.

Интеграция киберспорта с реальной активностью:

Правило «Физический актив»: для участия в турнире команда должна предоставить отчет о совместной спортивной активности (поход, воркаут, футбол).

Киберспортивный клуб как сообщество: организация просмотров профессиональных матчей, встреч с киберспортсменами, совместных поездок на офлайн-турниры.

Профилактический эффект: Дает легальный канал для соревновательного азарта, формирует команду на основе общей тактики и взаимовыручки, а не ненависти к «врагам». Повышает социальный статус участников через признание их игровых навыков.

Киберволонтерство: Хакерство с просоциальным лицом

Проблема, которую решает: Девиантные группы (например, хактивисты) предлагают возможность почувствовать свою силу и влияние через цифровые технологии, часто направляя их на деструктив.

Решение:

Создание «Лаборатории киберволонтерства», где подростки могут применять IT-навыки для решения социальных задач:

Техническая поддержка НКО: Создание и поддержка сайтов для приютов животных, благотворительных фондов.

«IT-шефство»: Помощь пожилым людям и педагогам в освоении цифровых сервисов.

Краудсорсинговые проекты: Например, совместное создание интерактивной карты доступной городской среды или базы данных исторических мест района.

Киберпатрули: Обучение навыкам кибербезопасности для защиты младших школьников от мошенников в сети (под руководством взрослых кураторов).

Профилактический эффект: Трансформирует деструктивный потенциал «хакера» в созидательную силу «цифрового героя». Дает ощущение реальной значимости и компетентности, повышает самооценку через помощь слабым.

IT-творчество: От потребителя — к создателю цифровых вселенных

Проблема, которую решает: Девиантные группы предлагают простые и быстрые способы самовыражения через агрессивные мемы, граффити и т.д.

Решение:

Организация IT-хабов и творческих кластеров, фокусирующихся на создании цифрового контента:

Геймдев-студия для начинающих: Обучение созданию собственных игр на платформах вроде Roblox или Unity. Тематика игр — социальные проблемы, исторические квесты, просоциальные симуляторы.

Лаборатория цифрового искусства: Изучение digital-рисования, создание 3D-графики, анимации, VR-инсталляций.

Медиа-мастерская: Производство подкастов, видеоблогов, TikTok-роликов на темы киберграмотности, науки, культурных событий.

Профилактический эффект: Перенаправляет энергию с потребления и распространения деструктивного контента на сложный, но невероятно увлекательный процесс творения. Формирует профессиональные навыки и портфолио, что открывает реальные жизненные перспективы.

Ключевые принципы построения гибридных сообществ:

1. **Единое цифровое пространство.** Общение и координация происходят в Discord/Telegram, а офлайн-встречи — для хакатонов, мастер-классов и празднования побед.

2. **Культ компетентности.** Статус в сообществе определяется не агрессией, а реальными умениями: качеством кода, тактическим мышлением, креативностью идеи.

3. **Взрослый как продюсер и технический консультант.** Роль наставника — не контроль, а предоставление ресурсов, экспертизы и помощь в преодолении трудностей.

4. **«Мостики» в реальный мир.** Любой цифровой проект должен иметь офлайн-выход: выставка цифрового искусства, офлайн-турнир, презентация разработанного приложения для реального заказчика.

Итог: Развивая гибридные сообщества, мы не запрещаем подросткам жить в цифровом мире. Мы создаем в нем «**точки сборки**» для их энергии, талантов и социальных потребностей. Попадая в такое сообщество, молодой человек получает все, что ищет: азарт, команду, признание и ощущение силы, но с позитивным знаком. Это делает саму идею ухода в деструктив бессмысленной, так как он уже нашел свою «цифровую семью» и реализацию в легальном, уважаемом пространстве.

Глава 4.2. Инструменты работы с родителями и педагогами.

Подбирая инструментарий, мы исходили из идеи: бороться с деструктивом, а создавать притягательный конструктив. Подросток уходит туда, где ему дают то, чего он лишен: уважение, сообщество, миссию, идентичность.

Задача взрослых — создать для этого подходящие условия.

4.2.1. Методика консультирования родителей подростка «группы риска».

Мы, как практики, работающие с семьями, находящимися в кризисе, предлагаем методику консультирования родителей «сложного» подростка. Это не просто алгоритм действий, а скорее карта маршрута для психолога и педагога, который помогает семье выйти из тупика.

Цель методики: Не «исправить» подростка, а вернуть родителю роль взрослого, восстановить диалог и трансформировать семью из поля боя в команду поддержки.

Базовые принципы («Три кита»):

Мы работаем с системой, а не с «виноватым». Проблема не в «плохом» ребенке, а в нарушенных семейных взаимоотношениях.

Родитель — не враг, а ресурс. Он находится в состоянии стресса и беспомощности. Наша задача — вернуть ему уверенность и компетентность.

Подросток — не объект воздействия, а субъект изменений. Мы должны найти способ услышать его голос, даже если он выражен деструктивно.

Фаза 1. ДИАГНОСТИКА И УСТАНОВЛЕНИЕ КОНТАКТА (Сессии 1-2).

Задача: Создать безопасное пространство, собрать информацию, заключить контракт на работу.

Шаг 1. «Выслушать боль без оценок».

Что делать: Дать родителю выговориться. Использовать технику активного слушания: «Правильно ли я понимаю, что вы чувствуете бессилие, когда сын приходит поздно?», «Это, должно быть, очень страшно – находить у дочери такие переписки».

Чего избегать: Сразу давать советы, обещать «исправить» ребенка, занимать обвинительную позицию («А что вы сами сделали?»).

Шаг 2. Сбор «системного анамнеза».

Задаем вопросы не только о подростке, а о всей семейной системе:

Про подростка: Круг общения, интересы онлайн/оффлайн, успеваемость, соматическое здоровье (сон, аппетит).

Про стиль воспитания: Кто в семье устанавливает правила? Есть ли они вообще? Как реагируете на нарушения? («Когда он не ночует дома, что происходит?»).

Про семейную историю: Были ли подобные кризисы в прошлом? Как их пережили? Есть ли «семейные мифы» («Все мужчины в нашем роду были бунтарями»).

Шаг 3. Заключение контракта и формулировка запроса.

Переформулируем жалобу в цель.

Родитель: «Он связался с плохой компанией! Отвадите его от них!»

Психолог: «Правильно ли я понимаю, что наша цель — помочь вашему сыну стать менее зависимым от мнения этой компании и найти более здоровое окружение?»

Договариваемся о совместной работе: «Я не могу изменить вашего сына без вашего участия. Готовы ли вы на время нашей работы стать моим «союзником» и выполнять некоторые задания?»

Фаза 2. ТРАНСФОРМАЦИЯ И ПЕРЕОСМЫСЛЕНИЕ (Сессии 3-6).

Задача: Сместить фокус с контроля на отношения, изменить деструктивные паттерны взаимодействия.

Шаг 4. Работа с родительскими установками.

Метод: Когнитивно-поведенческий подход.

Выявляем автоматические мысли:

Установка: «Если я его не буду контролировать, он сопьется/сядет/умрет».

Рефрейминг (переформулировка): «Контроль – это иллюзия безопасности. А что, если настоящая безопасность – это его внутренний стержень и уверенность, что дом – это тыл? Как мы можем это построить?»

Вводим концепцию «локуса контроля»: Объясняем, что гиперконтроль – это попытка управлять внешним (поведением ребенка), вместо того чтобы влиять на внутреннее (его ценности и решения).

Шаг 5. Обучение «Я-высказываниям» вместо «Ты-обвинений».

Практикуем в кабинете:

Вместо: «Ты опять нагрубил, ты невыносим!» (Ты-высказывание)

Говорить: «Я очень расстраиваюсь и злюсь, когда со мной разговаривают грубым тоном, потому что мне важно уважение в нашей семье. Я прошу нас обсудить это спокойно». (Я-высказывание)

Домашнее задание: В течение недели использовать «Я-высказывания» в 3-х конфликтных ситуациях и записать результат.

Шаг 6. Пересмотр границ и правил.

Метод: Семейный контракт.

Что делать: Предложить семье совместно выработать 3-5 главных непреложных правил (например, «Информировать о месте нахождения», «Не применять физическое насилие») и систему санкций за их нарушение (не наказаний!).

Важно: Санкция должна быть логически связана с проступком (не «лишить карманных денег», а «внести сумму на ремонт испорченной вещи»).

Принцип: Правила обсуждаются вместе, но окончательное слово по ключевым вопросам безопасности остается за родителем.

Фаза 3. ИНТЕГРАЦИЯ И ПОДДЕРЖКА (Сессии 7-8+).

Задача: Закрепить результаты, передать ответственность родителю, наметить план на будущее.

Шаг 7. Поиск и усиление «островков благополучия».

Техника: Просим родителя вспомнить и описать ситуацию за последний месяц, когда с подростком все было хорошо (или просто спокойно). Что они делали? Как общались?

Задача: Осознать, что контакт возможен. Увеличить частоту таких «островков». Если им хорошо за совместным хобби (готовка, рыбалка, видеоигры) – предписать делать это регулярно, без попыток «воспитывать» в процессе.

Шаг 8. Построение «социальной сети поддержки».

Помогаем родителю понять: он не один.

Составляем карту ресурсов:

Внутри семьи: Кто из родственников имеет авторитет у подростка? Бабушка, дядя?

Вне семьи: Школьный психолог (которому можно доверять?), тренер, руководитель кружка.

Профессиональная помощь: При необходимости – мягко подвести к идее подключения подросткового психолога для самого ребенка. Объяснить, что это не психиатр, а «тренер по коммуникации и решению проблем».

Шаг 9. Планирование рецидивов и завершение.

Проговариваем: «Кризисы будут. Это нормально. Главное – не паниковать и не рушить все, что мы построили».

Создаем «план-антикризис»: Что конкретно делать родителю, если:

Подросток снова пришел поздно.

Нашли у него запрещенные вещества.

Он снова замкнулся.

(Например: «1. Сделать паузу. 2. Вспомнить про «Я-высказывания». 3. Обсудить последствия, а не искать виноватых»).

Важные предостережения для консультанта:

«Красные флаги»: Прямые угрозы жизни и здоровью (суицид, членовредительство, насилие) требуют немедленного привлечения психиатра и других служб. Работа с семьей в этом случае не заменяет лечения.

Собственные границы: Вы – не спасатель и не волшебник. Вы – проводник и эксперт. Не берите на себя ответственность, которую должны нести родители.

Работа с сопротивлением: Если родитель ждет «волшебной таблетки», мягко, но настойчиво возвращайте его в реальность: «Изменения начинаются с нас самих. Готовы ли вы измениться первым?»

Данная методика – это живой инструмент. Она требует от консультанта гибкости, эмпатии и веры в ресурсы каждой, даже самой сложной, семьи.

4.2.2. Интерактивные инструменты с родителями и педагогами.

Работа с родителями и педагогами является критически важным звеном в системе профилактики. Их главная проблема — не отсутствие любви или желания помочь, а «цифровой разрыв» и незнание языка и механизмов современного девиантного влияния. Предлагаю интерактивные инструменты, которые не читают нотации, а вовлекают в практическое понимание мира подростка.

Цель: Превратить родителей и педагогов из наблюдателей и контролеров в осознанных союзников и «навигаторов» для подростка в цифровом мире. Сместить фокус с запрета («закрой интернет») на понимание и поддержку.

1. Для родителей: Интерактивный практикум «Дешифратор подросткового кода»

Это не лекция, а серия практических мастерских, где родители учатся через действие.

Инструмент 1. «Родительский квиз: Угадай риски».

Формат: Родителям показываются скриншоты реальных (или стилизованных под реальные) постов, мемов, комментариев из молодежных пабликов.

Задача: Командно определить, какой контент:

Безопасный юмор.

«Триггерный» контент, играющий на чувстве обиды и несправедливости.

Манипулятивный контент, продвигающий идеи радикального превосходства.

Прямой вербовочный посыл.

Рефлексия: Обсуждение с психологом: «По каким маркерам вы это определили? Что чувствует подросток, видя такой контент?».

Инструмент 2. «Настройка приватности за 60 минут».

Формат: Практическая лаборатория. Родители садятся за компьютеры/телефоны.

Задача: Пошагово, под руководством IT-специалиста, настроить параметры приватности в основных соцсетях (ВК, Telegram, Instagram) так, как это должен сделать подросток.

Побочный эффект: Родители на собственном опыте понимают, какие данные утекают по умолчанию, и начинают говорить с ребенком на одном языке, не с позиции запрета, а с позиции технической грамотности.

Инструмент 3. «Создаем семейный цифровой договор».

Формат: Семейная сессия модерации. Родители и подростки совместно (при поддержке психолога) разрабатывают правила пользования интернетом.

Примеры пунктов:

«Мы уважаем личное пространство друг друга, но договариваемся, что пароли от аккаунтов хранятся в запечатанном конверте на крайний случай».

«Мы не следим друг за другом тайно, но, если у кого-то есть тревога, мы говорим о ней открыто».

«Выделяем 1 час в день на совместную активность без гаджетов».

Результат: Правила становятся не односторонним запретом, а результатом договоренностей, что повышает готовность им следовать.

2. Для педагогов: Деловая игра «Кризисный менеджер в сети».

Педагоги часто первыми замечают изменения в поведении ученика, но не знают, как реагировать.

Инструмент 1. «Ситуационный кейс-тренажер».

Формат: Интерактивная онлайн-платформа или настольная игра. Педагогам предлагаются кейсы, основанные на реальных событиях:

«Ученик разместил в школьном чате агрессивный мем с нацистской символикой. Ваши действия?»

«Ученица сменила имидж на готический и в соцсетях публикует цитаты о бессмысленности жизни. Как реагировать?»

Варианты действий: Выбрать из нескольких вариантов: проигнорировать, вызвать родителей, провести воспитательную беседу на уроке, обратиться к школьному психологу, аккуратно поговорить с учеником наедине.

Разбор: После выбора система (или модератор) показывает последствия каждого решения, подкрепленные психологическими и юридическими комментариями.

Инструмент 2. «Педсовет 2.0: Карта социальных связей».

Формат: Работа в малых группах. Педагоги на большом листе бумаги рисуют карту своего класса/школы, отмечая:

«Острова»: Группы по интересам (спортсмены, геймеры, тиктокеры).

«Мосты»: Учеников, которые общаются между разными группами (потенциальные медиаторы).

«Зоны риска»: Изолированных подростков или тех, кто демонстрирует маргинальные признаки.

Результат: Педагоги начинают видеть не просто класс, а социальную динамику, что позволяет выявлять риски на ранней стадии и точно выстраивать работу.

Инструмент 3. «Антибуллинг-чемоданчик».

Формат: Набор готовых инструментов для экстренного реагирования.

Содержание: Алгоритм-шпаргалка первых шагов при выявлении кибербуллинга.

Шаблоны фраз для разговора с жертвой, агрессором и их родителями (например, не «Ваш сын — хулиган», а «Мы столкнулись с ситуацией, где ваш сын сыграл не лучшую роль. Давайте вместе разберемся»).

Ссылки на ресурсы (телефоны доверия, онлайн-консультации психологов).

3. Совместные инструменты для родителей и педагогов.

«Родительско-педагогический детектив»: Совместный вебинар, где психолог разбирает реальный (анонимный) случай вовлечения подростка в деструктивную группу. Участники вместе с экспертом проходят все этапы: от первых сигналов до выхода из кризиса, анализируя, что можно было сделать на каждом этапе.

Онлайн-симулятор «День подростка»: Родителям и педагогам предлагается пройти короткий квест в роли подростка: общаться в чатах, сталкиваться с предложениями вступить в сомнительные группы, реагировать на кибербуллинг. Это мощный инструмент эмпатии, позволяющий на себе прочувствовать давление цифровой среды.

Данные интерактивные инструменты меняют традиционную парадигму «лекций о вреде». Они переводят взрослых из состояния тревожного незнания в позицию уверенных пользователей цифровой реальности. Когда родитель и педагог понимают не только ЧТО запрещать, но и КАК работать с причинами, их действия становятся своевременными, адекватными и, что самое главное, эффективными для построения доверительного диалога с подростком.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленное методическое пособие является не просто сборником практических рекомендаций, а стратегической картой для комплексного противодействия деструктивному влиянию на молодежь.

Проведенный анализ от феноменологии неформальных сообществ до конкретных инструментов работы доказывает ключевую идею: проблема вовлечения подростков в деструктивные практики является системной. Она коренится не в «испорченности» нового поколения, а в остром экзистенциальном голоде — потребности в идентичности, принадлежности, признании и миссии, который современное общество не всегда удовлетворяет просоциальными способами.

Основной вывод заключается в том, что эффективная профилактика не может сводиться к запретам и контролю. Это — созидательная деятельность. Ее успех зависит от нашей способности создать альтернативную, более притягательную реальность, где молодой человек сможет:

- Реализовать лидерский потенциал через технологии «перехвата лидерства» и проектные инициативы.
- Обрести психологическую устойчивость благодаря формированию «личностного иммунитета».
- Получить признание и чувство общности в рамках «здоровой среды» и «гибридных» просоциальных сообществ.

При этом работа должна быть точечной и точной. Диагностический инструментарий позволяет не строить догадки, а на основе выверенных индикаторов выявлять риски и оказывать помощь адресно, на ранней стадии.

Важнейшим условием успеха является синергия всех участников воспитательного процесса. Родители, превращающиеся из «контролеров» в «союзников» и педагоги, выступающие в роли «навигаторов», образуют ту самую поддерживающую экосистему, которая способна стать для подростка надежным тылом, альтернативным виртуальным «братствам».

Таким образом, данная работа предлагает парадигмальный сдвиг: от борьбы с симптомами к созданию условий для здорового развития. Мы не можем оградить молодежь от всех рисков цифрового океана, но мы можем и должны научить их плавать, дать в руки надежный компас в виде критического мышления и построить для них светлые порты — сообщества, где их таланты и энергия найдут конструктивное применение.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Утв. Указом Президента РФ от 02.07.2021 № 400. – Раздел, касающийся защиты традиционных российских духовно-нравственных ценностей, культуры и исторической памяти.
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р (в редакции 2023 г.). – Основополагающий документ для разработки воспитательных программ.
3. Основы государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2030 года. Распоряжение Правительства РФ от 30.11.2022 № 3838-р. – Определяет ключевые векторы работы с молодежью, включая профилактику деструктивных влияний.
4. Федеральный закон от 24.06.1999 N 120-ФЗ (ред. от 24.04.2023) «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних». – Правовая основа для работы с подростками «группы риска».
5. Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Министерством просвещения РФ). – Задаёт рамки для организации психопрофилактической работы в образовательных организациях.
6. Солдатова Г.У., Шляпников В.Н., Олькина О.И. Цифровая социализация подростков в современном мире: риски и возможности // Психологический журнал. – 2024. – Т. 45. – № 3. – С. 47-59.
7. Омельченко Е.Л., Андреева Ю.В., Лукьянова Е.Л. Молодежные солидарности и сценарии будущего: новые вызовы для образования и социальной политики. – М.: Изд. дом НИУ ВШЭ, 2023. – 256 с. *(анализирует современные молодежные сообщества, включая деструктивные)*.
8. Петровский В.А. Персонология риска и вызова: человек в ситуации неопределенности. – М.: Смысл, 2023. – 320 с. *(теоретическая база для понимания психологии подростка, ищущего острые ощущения и идентичность)*.
9. Молчанов С.В., Алмазова О.В., Погожина И.Н. Психология девиантного поведения подростков в цифровой среде. – М.: Юрайт, 2024. – 210 с. *(учебное пособие с акцентом на цифровые риски)*.
10. Маркина О.С., Шевченко И.О. Психологическая профилактика вовлечения в деструктивные интернет-сообщества: модель работы школьного психолога // Консультативная психология и психотерапия. – 2024. – Т. 32. – № 1. – С. 120-145.
11. Дозорцева Е.Г., Богданович Н.В., Хасьянова А.А. (Ред.). Психологическая помощь детям и подросткам в трудной жизненной ситуации: от диагностики к коррекции. – М.:

Генезис, 2023. – 400 с. *(содержит практические разделы по работе с последствиями вовлечения в деструктивные группы)*.

12. Кривцова С.В. Подросток на перепутье: векторы развития личности в современном мире. – М.: Национальное образование, 2024. – 180 с. *(практико-ориентированная книга для психологов и родителей)*.

13. Щеглова Э.А. Социально-психологические детерминанты вовлеченности молодежи в субкультуры деструктивной направленности (на примере АУЕ) // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2024. – № 2. – С. 78-95.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ТРЕНИНГ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ. «Цифровые маркеры девиантности: на что обратить внимание».

Цель тренинга: Повысить цифровую грамотность педагогов в области раннего выявления признаков потенциального вовлечения учащихся в деструктивные сообщества через анализ их цифровой активности.

Задачи:

- **Познакомить** с ключевыми цифровыми маркерами девиантного поведения.
- **Научить** отличать возрастные особенности онлайн-поведения от тревожных сигналов.
- **Отработать** алгоритм действий при выявлении рисков.
- **Снять** стресс и чувство беспомощности у педагогов через протоколизацию действий.

Целевая аудитория: Классные руководители, школьные психологи, социальные педагоги. **Продолжительность:** 1,5 - 2 часа.

Оборудование: Проектор, флипчарт, раздаточные материалы (памятки), бумага и ручки.

Ход тренинга:

Введение (10 минут).

Тренер: «Коллеги, сегодня мы с вами будем учиться читать следы. Не в лесу, а в цифровом пространстве. Наши ученики живут в гибридной реальности, и их личность, увлечения и проблемы ярко проецируются в сеть. Наша задача — не стать «киберследователями», а научиться видеть сигналы беды, чтобы вовремя предложить помощь».

Упражнение-разминка «Ассоциация»: Назовите первую ассоциацию со словом «аккаунт подростка». (Фиксируем на флипчарте: «личный дневник», «клуб по интересам», «маска», «крик души»). Это покажет разнообразие восприятия.

Теоретический блок «Три кита цифровой девиантности» (25 минут).

Тренер: «Мы не будем вторгаться в личное пространство. Мы будем анализировать то, что лежит на поверхности — **цифровой след**. Ключевых маркеров три».

Маркер 1: Контент (Что репостит и создает?)

Примеры:

Эстетика абсурда и пессимизма: Мемы про бессмысленность существования, цитаты философов-нигилистов вне контекста, изображения в темных, депрессивных тонах.

Символика: Использование специфических цифр, символов (например, знаки радикальных группировок, эмблемы АУЕ), которые можно проверить через поиск по картинкам.

Герои и антигерои: Публикации, восхваляющие маргинальных личностей, радикальных блогеров, или откровенная ненависть к определенным социальным группам.

Метафора: «Если аккаунт подростка — это его комната, то репосты — это плакаты, которые он вешает на стену. На что похожи эти плакаты?»

Маркер 2: Активность и аудитория (С кем и как общается?).

Примеры:

Участие в закрытых группах и чатах с подозрительными названиями («Аномальные зоны», «Красная таблетка», «Резистент»).

Резкая смена круга подписок: Массовая отписка от всех старых пабликов и подписка на новые, идеологически заряженные.

Агрессивный или триггерный никнейм (например, с упоминанием суицида, насилия, депрессии).

Метафора: «Это его "двор". С кем он там "тусуется"?»

Маркер 3: Поведенческие паттерны (Как изменилось его поведение в сети?).

Примеры:

Повышенная скрытность: Резкий уход в телефон, паническая реакция на приближение взрослого, использование мессенджеров с шифрованием (Telegram, Signal) вместо открытых соцсетей.

Ночная активность: Посты и активность глубокой ночью на регулярной основе.

Криптованный язык: Использование специфического сленга, непонятного непосвященным.

Практический блок «Лаборатория анализа: свой/чужой» (35 минут)

Работа в мини-группах (3-4 человека).

Задача: Проанализировать условные (смоделированные тренером!) скриншоты страниц и постов.

Пример 1: «Аккаунт условного Амира». Аватарка — пейзаж. Подписки: паблики по игровой индустрии, научно-популярные, юмористические. Репосты: смешные мемы про школу.

Пример 2: «Аккаунт условного Егора». Аватарка — стилизованное арт-фото с эффектом разбитого стекла. Подписки: закрытые группы с названиями «Бездны познания», «Эскапизм». Репосты: монохромные изображения с цитатами о одиночестве и тексты, прославляющие «силу в изоляции».

Вопросы для обсуждения в группах:

Какой из аккаунтов вызывает у вас больше вопросов и почему?

Какие конкретно маркеры из теоретического блока вы здесь видите?

Какой могла бы быть гипотеза о состоянии и интересах владельца каждого аккаунта?

Презентация результатов и обсуждение.

Выработка алгоритма действий «Увидел → Понял → Действуй» (20 минут)

Тренер: «Итак, мы увидели тревожные маркеры. Что делать дальше? Ваши действия должны быть не спонтанными, а выверенными».

Разработка памятки совместно с группой (фиксируем на флипчарте):

НЕ ПАНИКОВАТЬ! Не делать скриншоты и не предъявлять их подростку ультимативно. Это разрушит доверие.

Проанализировать контекст. Один пост — не приговор. Это тенденция?

Поделиться наблюдениями с командой: обсудить с школьным психологом, социальным педагогом.

Провести доверительную беседу с подростком. Использовать технику «Я-высказываний»: *«Я заметил(а), что ты стал(а) часто публиковать довольно мрачные цитаты. Меня это беспокоит, потому что ты мне не безразличен(на). Хочешь об этом поговорить?»*

Информировать родителей. Не как обвинение, а как совместный поиск решения: *«Я наблюдаю некоторые изменения в поведении и интересах вашего сына/дочери, которые мне кажутся тревожными. Давайте объединим усилия, чтобы понять, как ему/ей помочь».*

Предложить помощь: подключение психолога, перенаправление активности в просоциальное русло (например, школьный театр, если интересуется драмой, или философский клуб).

Рефлексия и завершение (10 минут)

Упражнение «Микрофон»: Каждый участник по кругу завершает фразу: «С сегодняшнего дня я в своей работе буду обращать внимание на...»

Раздача памяток с краткими тезисами по цифровым маркерам и алгоритму действий.

Заключительное слово тренера: «Коллеги, самый главный инструмент, который у нас есть — это наше внимание и готовность помочь. Мы не должны подменять собой

правоохранительные органы или родителей. Но мы — важнейший элемент системы безопасности ребенка. Спасибо за вашу работу!»

Приложения:

Памятка №1: «Цифровые маркеры: шпаргалка для педагога».

РОДИТЕЛЬСКИЙ ЛЕКТОРИЙ.

«Как говорить с подростком о деструктивных сообществах: от запрета к диалогу»

Цель: Сформировать у родителей понимание механизмов привлекательности деструктивных сообществ и научить их эффективным стратегиям выстраивания доверительного диалога с подростком на эту сложную тему.

Задачи:

- Снять тревогу и демонизацию темы, переведя ее в практическое русло.
- Объяснить психологические причины ухода подростка в деструктивные сообщества.
- Дать родителям конкретные инструменты и речевые формулы для разговора.
- Смотивировать родителей на создание дома «альтернативной среды принятия».

Целевая аудитория: Родители подростков 12-17 лет.

Формат: Интерактивная лекция с элементами практикума.

Продолжительность: 60-70 минут.

Ход лектория

Вступление: «Не чума, а вызов» (10 минут)

Приветствие и актуализация.

«Добрый вечер, уважаемые родители! Давайте начистоту: тема сегодняшнего разговора вызывает у многих из нас тревогу и желание спрятать голову в песок. Но давайте договоримся: мы не будем сегодня искать виноватых и нагнетать страх. Мы будем искать **решения**. Наша цель – не запугать, а вооружить вас инструментами, которые помогут удержать вашего ребенка в безопасности».

Разминка «Закончи фразу» (активное вовлечение).

«Когда я слышу словосочетание "деструктивное сообщество", я представляю себе...» (Ведущий записывает ассоциации на флипчарте). Это позволяет выплеснуть страхи и перейти к рациональному обсуждению.

Блок 1: «Почему умный ребенок ведется на "глупости"?» (15 минут)

Объяснение на простых метафорах.

«Представьте, что ваш подросток – это **лодка в штормовом океане** (гормоны, стресс, поиск себя). Ему нужен якорь и маяк. Если он не находит их дома, он будет искать в другом месте».

Деструктивное сообщество – это "**ложный маяк**". Он предлагает простые ответы на сложные вопросы: «Ты не неудачник, ты – избранный!», «Ты не одинок, мы – твоя семья», «Твоя жизнь бессмысленна? Вот тебе великая цель – бороться с системой!».

Три главные потребности, которые "закрывают" такие группы:

Идентичность: «Кто я?» → Сообщество дает четкий ответ: «Ты – боец, изгой, просветленный».

Принадлежность: «Где мои?» → Мгновенное «братство», где тебя принимают «как есть» (часто – за счет ненависти к «другим»).

Миссия: «Зачем я живу?» → Простая и понятная цель (бороться, противостоять, просвещать).

Ключевой посыл для родителей: «Ребенок уходит не "к плохим", а "от чего-то". Часто – от скуки, одиночества, непонимания или тотального контроля».

Блок 2: «Как НЕ НАДО говорить: ТОП-3 родительские ошибки» (10 минут)

Разбираем на примерах:

Ультиматум и запрет: «Чтобы я больше не видел(а) этих твоих групп!». → **Реакция подростка:** Протест, уход в еще большую скрытность. Запретный плод сладок.

Обесценивание и высмеивание: «Да брось ты, это же полная чушь! Только дураки могут в это верить!». → **Реакция подростка:** Вы чувствуете, что обесценили не только группу, но и его самого, его выбор. Он закроется.

Манипуляция страхом: «Если ты будешь это смотреть, ты сядешь в тюрьму/умрешь/сойдешь с ума!». → **Реакция подростка:** Тревога, недоверие к вам («они снова преувеличивают»), поиск информации в другом месте.

Блок 3: Инструкция к разговору: «Как говорить, чтобы услышали» (20 минут).

Правило №1: Выбирайте правильное время и место.

Нельзя: На бегу, когда он в телефоне, при посторонних.

Нужно: В спокойной обстановке, по дороге куда-то, за совместным делом. Начинайте не с допроса, а с наблюдения: «Я заметил(а), что ты стал(а) часто слушать такую-то музыку/смотреть такие-то блоги. Мне интересно, что тебя в этом привлекает?».

Правило №2: Слушайте, а не обвиняйте. Используйте технику «Активного слушания».

Речевые формулы:

Уточнение: «Правильно ли я понимаю, что тебя злит несправедливость, а эти ребята предлагают как-то с ней бороться?»

Развитие мысли: «И что тогда? Расскажи мне подробнее».

Отражение чувств: «Похоже, это вызывает у тебя сильные чувства. Ты чувствуешь злость? Одиночество?»

Правило №3: Задавайте «экспертные» вопросы (техника «Сократовского диалога»).

Ваша задача – не читать лекцию, а помочь подростку **самому** подвергнуть сомнению предлагаемую идеологию.

Примеры вопросов:

«Как ты думаешь, какую реальную выгоду получают лидеры этой группы от того, что ты будешь распространять их информацию?»

«Что произойдет с тобой, если ты перестанешь следовать их правилам? Как к тебе будут относиться?»

«А есть ли другие способы добиться справедливости/стать сильным/найти друзей, кроме тех, что они предлагают?»

Правило № 4: Предлагайте альтернативу.

После того как вы обсудили риски, спросите: «А что, если мы найдем тебе крутой молодежный проект, где можно реально повлиять на что-то? / Сильную спортивную секцию, где будет настоящее братство? / Онлайн-курс, где ты сможешь научиться тому, что тебя действительно цепляет?».

Вы – ваш главный козырь. Предложите совместное занятие, которое даст ему ощущение риска, миссии и взрослости (например, сплав по реке, волонтерство в приюте для животных, создание своего YouTube-канала на важную для него тему).

Заключение: «Ваш дом – главный опорный пункт» (5-10 минут).

Резюме ключевых идей:

Ваша задача – не контролировать каждый шаг, а быть «надежным тылом».

Главная профилактика – это не слежка, а **наполнение жизни подростка смыслом, живым общением и уважением к его личности.**

Разговор – это не допрос, а совместное расследование. Вы – старший, более опытный товарищ, а не следователь.

Ответы на вопросы (5-7 минут).

Раздача памяток: «Шпаргалка для родителя: 5 фраз для начала разговора о деструктивном контенте».

Раздаточный материал (Памятка):

Шпаргалка для родителя.

Вместо: «Закрой этот паблик!». **Скажите:** «Я вижу, тебя что-то зацепило в этой группе. Объясни мне, что там такого интересного?»

Вместо: «Это все ерунда!». **Скажите:** «Я понимаю, что тебе может нравиться эта эстетика/идея. Давай подумаем, где еще можно найти что-то похожее, но более безопасное».

Вместо: «Ты что, не понимаешь, что это опасно?». **Скажите:** «Давай вместе подумаем, какую выгоду имеют создатели этого канала? Что они хотят от тебя получить?»

Вместо: «Покажи мне свои переписки!». **Скажите:** «Если ты столкнешься в сети с чем-то, что тебя напугает или смутит, ты всегда можешь прийти ко мне. Мы разберемся вместе, без скандалов».

ГЛАВНАЯ ФРАЗА: «ЧТО БЫ НИ СЛУЧИЛОСЬ, Я ВСЕГДА НА ТВОЕЙ СТОРОНЕ. МЫ СО ВСЕМ СПРАВИМСЯ».

МЕТОДИКА РАБОТЫ. «Деконструкция сообщения: анализ мемов, видеоблогов, манифестов».

Цель методики: Научить подростков критически анализировать цифровой контент, выявляя скрытые манипулятивные техники, цели автора и идеологический подтекст.

Задача: Не запрещать потребление контента, а научить «читать между пикселей», превращая пассивного потребителя в активного и вдумчивого критика.

Целевая аудитория: Подростки 14-18 лет.

Формат: Групповое занятие, практикум (60-80 минут).

Теоретическая рамка: «Три кита деконструкции».

Перед практикой участникам кратко объясняют три ключевых вопроса, на которые нужно ответить при анализе ЛЮБОГО сообщения:

КТО? (Источник и его цели)

КАК? (Приемы и манипуляции)

ЗАЧЕМ? (Воздействие и скрытый призыв)

Практический алгоритм: «Чек-лист детектива».

Методика реализуется через пошаговый разбор контента. Предложите группе конкретный мем, скриншот поста или фрагмент манифеста.

Шаг 1. Анализ источника («КТО говорит?»)

Анонимность vs. Авторство: Автор скрывается за ником «Анонимный философ» или это известный блогер? Что дает анонимность? (Снимает ответственность, создает миф).

Репутация и аватарка: Что символизирует аватарка? (Герой аниме, абстракция, символ). Какие другие материалы публикует этот источник?

Контекст сообщества: Годится этот контент? В какой группе/паблике он размещен? Какие ценности пропагандирует это сообщество?

Вопрос для группы: «Как бы вы отнеслись к этому сообщению, если бы его опубликовал ваш школьный учитель? А если его автор — известный скандалист?»

Шаг 2. Анализ содержания и формы («КАК это сказано?»)

Эмоциональный крючок:

Какие эмоции вызывает сообщение? (Гнев, гордость, обида, страх, чувство избранности).

Пример: Мем с котом и грустным текстом о одиночестве → ловит на триггер тоски и непонимания.

Язык и стилистика:

Используется ли «свой» сленг? («красная таблетка», «нормы», «быдло»).

Есть ли черно-белая картина мира («мы» vs «они»)?

Применяются ли обобщения («Все политики — воры», «Никому нельзя доверять»)?

Аргументация:

Есть ли факты, цифры, ссылки на исследования? Или используются только эмоции и лозунги?

Применяются ли логические ошибки? (Например, «Если ты не с нами, значит ты против нас»).

Шаг 3. Анализ скрытых целей и призыва («ЗАЧЕМ это создано?»).

Это ключевой и самый сложный этап.

Выявление скрытого посыла (месседжа):

Что автор хочет, чтобы я почувствовал? (Ощущал себя умным/избранным/жертвой).

Что автор хочет, чтобы я сделал? (Подписался, вступил в чат, совершил действие, возненавидел кого-то, перестал верить институтам).

Техника «Вскрытие мема»:

Текст: Что говорит текст отдельно от картинки?

Изображение: Что означает изображение само по себе? (Известный персонаж, символ).

Синтез: Какая ирония, противоречие или новый смысл рождается от наложения текста на изображение?

Пример: Изображение сильного исторического лидера с подписью «Они боятся, что ты проснешься». **Скрытый призыв:** «Ты — спящий гигант, твоя сила подавляется, пора действовать».

Определение целевой аудитории:

На кого рассчитан этот контент? (На неуверенных в себе, на одиноких, на ищущих простые ответы).

Шаг 4. Создание «контр-контента» (Закрепление результата)

Чтобы убедиться, что анализ прошел успешно, дайте группе творческое задание.

Задача: Создайте свой мем или пост на ту же тему, но который:

Разрушает манипулятивный посыл.

Высмеивает приемы автора.

Предлагает здоровую, просоциальную альтернативу.

Пример: В ответ на мем «Все врут, никому нельзя доверять» создать мем с подписью: «А теперь подумай, кому выгодно, чтобы ты никому не доверял и остался один».

Пример сквозного разбора по методике.

Объект анализа: Мем. **Изображение:** Пингвин-самоубийца из мультфильма «Мадагаскар», стоящий на краю утеса. **Текст:** «Когда понял, что система держится на тебе, а ты — винтик».

КТО? Источник — анонимный паблик с названием «Эскапизм». Цель — собрать аудиторию, переживающую экзистенциальный кризис.

КАК?

Эмоция: Юмор, окрашенный безысходностью. Ловит на чувстве собственной ничтожности и абсурдности бытия.

Язык: Использует понятные подростку метафоры («система», «винтик»).

Прием: Использование узнаваемого комедийного персонажа для подачи депрессивной идеи — прием обесценивания серьезности темы.

ЗАЧЕМ?

Скрытый посыл: Ты — бесправный винтик, твоя жизнь не имеет ценности, сопротивление бесполезно.

Призыв: Пассивно принять свою «участь», отказаться от поиска смысла и активной позиции. Усилить чувство обреченности.

Альтернативная трактовка (контр-мем): Изменить текст на: «Осознал, что система — это просто люди. Значит, я могу ее изменить». Или использовать того же пингвина с подписью: «Винтик, без которого вся эта хрень развалится. Цени себя».

Итог: Подросток, прошедший через несколько таких разборов, начинает автоматически применять этот чек-лист к любому контенту в ленте. Он перестает быть ведомым и становится тем, кто сам управляет своим информационным полем.

ТЕХНОЛОГИЯ. «Суд над идеей: организация дебатов на основе анализа идеологии НМС».

Цель: Развить у подростков критическое мышление через процедуру судебного разбирательства, где в роли подсудимого выступает не человек, а **идеология или ключевой тезис деструктивного НМС**.

Задача: Не осудить и запретить, а всесторонне исследовать идею, выявив ее манипулятивные механизмы, внутренние противоречия и реальные последствия.

Целевая аудитория: Подростки 15-18 лет (9-11 классы, студенты колледжей).

Продолжительность: 2 академических часа (90-120 минут).

Роли: Судья, Прокурор, Адвокат, Свидетели Обвинения и Защиты, Суд Присяжных (остальная часть группы).

Этап 1: Подготовка (За неделю до «суда»).

Выбор «подсудимого»:

Это должна быть конкретная, узнаваемая идея, а не размытая идеология.

Примеры:

Идея №1: «Сильные имеют право презирать слабых — это закон природы».

Идея №2: «Настоящая свобода — это освобождение от всех моральных норм общества».

Идея №3: «Все проблемы в стране созданы одной конкретной группой людей (мигранты, «либералы», «вату» и т.д.)».

Распределение ролей и подготовка сторон:

Группа Обвинения (Прокурор + Свидетели): Их задача — доказать, что идея деструктивна, ведет к вреду для личности и общества. Они ищут:

Исторические примеры последствий (куда привела подобная идеология в истории?).

Психологические последствия (как идея влияет на самооценку, отношения с близкими?).

Логические противоречия в самой идее.

Группа Защиты (Адвокат + Свидетели): Их задача — найти «рациональное зерно» и аргументы, которые делают идею привлекательной для подростка. Они защищают не деструктивность, а **потребность**, которую она закрывает.

Пример для Идеи №1: «Идея дает иллюзию силы тому, кто чувствует себя униженным и беспомощным. Она предлагает простой способ самоутвердиться».

Пример для Идеи №2: «Идея отвечает на естественный протест против лицемерных правил взрослых и гиперопеки».

Судья: Готовит процедуру, следит за регламентом, формулирует приговор.

Суд Присяжных: Вся остальная группа. Они получают карты наблюдения для фиксации сильных и слабых аргументов сторон.

Этап 2: Ход «Судебного заседания» (Структура).

Введение (5 минут).

Судья: «Встать, суд идет! Сегодня мы рассматриваем дело по обвинению Идеи [формулировка идеи] в нанесении вреда психологическому благополучию молодежи и разрушению социальных связей. Задача суда — всесторонне исследовать все аргументы».

Утверждение обвинения (7 минут).

Прокурор: Зачитывает обвинительную речь, представляет ключевые тезисы о вреде идеи.

Утверждение защиты (7 минут).

Адвокат: Зачитывает защитительную речь, объясняя, какие потребности и «большие вопросы» подростка эксплуатирует данная идея.

Допрос свидетелей (30-40 минут).

Прокурор вызывает свидетелей обвинения:

«Свидетель-историк»: Рассказывает, к чему привела подобная идеология в прошлом (например, нацизм, радикальные секты).

«Свидетель-психолог»: Объясняет механизмы манипуляции и психологического давления в рамках идеи.

«Свидетель-жертва» (ролевая игра): От лица подростка рассказывает, как идея разрушила его жизнь (потеря друзей, конфликт с семьей, судимость).

Адвокат вызывает свидетелей защиты:

«Свидетель-эксперт по молодежи»: Объясняет, почему идея популярна (протест, поиск идентичности).

«Свидетель-идеалист»: От лица подростка рассказывает, что он нашел в этой идее привлекательного (братство, простые ответы, чувство значимости).

Прения сторон (10 минут).

Краткие заключительные речи Прокурора и Адвоката, где они парируют аргументы друг друга.

Вынесение вердикта (15 минут).

Судья удаляется с Судом Присяжных на совещание.

Обсуждение в группе Присяжных по вопросам:

Чьи аргументы были более убедительными и почему?

Какие реальные потребности стоят за этой идеей?

Как мы можем помочь подростку, который попал под влияние такой идеи, удовлетворить эти потребности конструктивным путем?

Вынесение вердикта: «Идея признается виновной/невиновной в [конкретные пункты]». Но главное — **сформулировать альтернативу**. Вердикт должен содержать ответ на вопрос: «Если не эта идея, то что?» (Например: «Чувство значимости можно найти в волонтерстве, а протест — в политическом активизме или искусстве»).

Этап 3: Рефлексия (10 минут).

Обсуждение в кругу:

Что было самым трудным для Прокурора? Для Адвоката?

Изменилось ли ваше личное отношение к подобным идеологиям после «суда»?

Какие приемы манипуляции вам стали более понятны?

Психолого-педагогический смысл технологии:

Снятие запретности: Легализуя обсуждение «запретной» идеи в учебной аудитории, мы снимаем с нее ореол таинственности и привлекательность «запретного плода».

Развитие эмпатии и системного мышления: Играя роль Адвоката, подросток вынужден понять мотивы тех, кто следует деструктивным идеям, что сложнее и эффективнее, чем просто их осуждать.

Перевод эмоций в логику: Технология учит бороться с идеями не криком и запретами, а силой фактов, логики и аргументов.

Создание «интеллектуальной прививки»: Пройдя через такой глубокий анализ одной идеи, подросток получает инструмент для самостоятельного анализа других манипулятивных сообщений.

Эта технология не оставляет идеологии шанса, потому что подвергает ее самому страшному для манипуляции испытанию — холодному, структурированному, публичному анализу.

ПРАКТИКУМ. «Цифровой детектив: обучение верификации информации и распознаванию манипуляций»

Слоган: *Не верь — проверяй. Но сначала научись, КАК проверять.*

Цель: Сформировать у участников базовые навыки критического анализа информации и выявления манипулятивных приемов в цифровой среде.

Задачи:

1. Познакомить с инструментами быстрой проверки фактов (фактчекинга).
2. Отработать алгоритм распознавания основных манипулятивных техник.
3. Сформировать установку на здоровый скептицизм и осознанное потребление контента.

Целевая аудитория: Подростки 14+, молодежь.

Формат: Интерактивный воркшоп с групповой работой.

Продолжительность: 60-90 минут.

Оборудование: Компьютеры/смартфоны с доступом в интернет, проектор, флипчарт.

Ход практикума.

Введение: «Почему нам всем нужен цифровой иммунитет?» (10 мин).

Приветствие и актуализация.

Ведущий: «Представьте, что ваш мозг — это крепость. Новости, посты, мемы — это люди, которые стучатся в ворота. Кого впустить? Сегодня мы с вами научимся не просто открывать ворота первому встречному, а станем настоящими **привратниками своей психики** — цифровыми детективами».

Разминка «Фейк или правда?»

На экране — 3 провокационных заголовка или мема (2 реальных, 1 откровенно фейковый). Быстрое голосование: кому что кажется правдой? Это создает интригу и показывает, что интуиция часто подводит.

Блок 1: «Лаборатория фактчекинга: пять шагов к истине» (25 мин).

Ведущий объясняет, что любой информации нужно задавать «**5 детективных вопросов**».

Вопрос 1: ИСТОЧНИК? (Кто сказал?)

Практическое задание: Участники получают скриншот поста из паблика «Уральские новости» с шокирующей новостью.

Инструмент: Поиск по названию паблика. Ищем контакты, описание, другую информацию. Выясняем, что это — сатирический аккаунт с 500 подписчиками.

Вывод: Всегда смотрим, кто говорит. Анонимность или сомнительная репутация источника — красный флаг.

Вопрос 2: КОНТЕКСТ? (Где и когда?)

Практическое задание: Участникам показывают душещипательное видео с подписью «Жестокий разгон мирного протеста в России, 2024 год».

Инструмент: Поиск по картинке/видео (Google Images, Yandex.Картинки, TinEye). Через 2 минуты группа находит оригинал — видео с протестов в другой стране 5-летней давности.

Вывод: Любое фото/видео можно выдернуть из контекста. Всегда ищите оригинал.

Вопрос 3: ПОДТВЕРЖДЕНИЕ? (Кто еще об этом говорит?)

Практическое задание: Участники читают новость на малоизвестном сайте: «Ученые доказали, что Земля — плоская».

Инструмент: Кросс-чекинг. Вбиваем ключевую фразу из новости в поиск. Проверяем, пишут ли об этом авторитетные СМИ, научные порталы? Если нет — это фейк.

Вывод: Одна ласточка весны не делает. Правда всегда подтверждается из нескольких независимых источников.

Вопрос 4: ЭМОЦИИ? (Что я чувствую?)

Обсуждение: «Какие эмоции вызывают эти заголовки? "ШОК! Вам этого не расскажут по ТВ!", "ВОТ ТАК нас всех предали!"».

Вывод: Яркие эмоции (шок, гнев, страх) — частый инструмент манипуляции. Они отключают критическое мышление. Если пост бьет по эмоциям — включите голову вдвойне.

Вопрос 5: ЛОГИКА? (Есть ли здесь противоречия?)

Практическое задание: Разбор текста, где используются статистика без указания источника или делаются глобальные выводы на основе единичного случая («Мой дед курил и дожил до 100 лет, значит, курение безвредно»).

Вывод: Учимся видеть логические ошибки. Если что-то звучит слишком просто и удобно, чтобы быть правдой, — скорее всего, это так и есть.

Блок 2: «Охотники за манипуляциями» (20 мин)

Групповая работа. Участники делятся на команды по 3-4 человека. Каждая команда получает «Дело цифрового детектива» — конверт с распечатанными примерами контента (мем, новость, пост в соцсети).

Задача за 15 минут: Проанализировать материалы по «5 детективным вопросам» и найти как можно больше признаков манипуляции.

Пример «Дела»:

Мем: Фото улыбающегося политика с подписью: «Он смеется, потому что только что подписал закон об увеличении пенсионного возраста для ваших родителей».

Задача команды: Найти оригинал фото (скорее всего, оно сделано в другом контексте), проанализировать эмоциональный окрас, проверить факт подписания закона.

Презентация решений: По 2 минуты на команду. Команды рассказывают, какие манипуляции они нашли и как их разоблачили.

Рефлексия и выдача «Дипломов цифрового детектива» (10 мин)

Обсуждение в кругу:

Какой инструмент проверки показался вам самым полезным?

Какая манипуляция была самой коварной?

Изменится ли теперь ваше поведение в соцсетях?

Вручение символических дипломов или памяток-шпаргалок с алгоритмом проверки информации.

Заключительные слова ведущего: «Помните, ваша главная суперсила — не верить на слово даже мне, а проверять, анализировать и делать собственные выводы. Поздравляю, вы повысили свой цифровой иммунитет!»

Раздаточный материал (Памятка-шпаргалка):

«Памятка цифрового детектива»

Прежде чем поверить и поделиться, задай 5 вопросов:

1. **ИСТОЧНИК?** Кто это написал? Это авторитетный сайт/человек? Какая у него репутация?
2. **КОНТЕКСТ?** Где и когда было сделано фото/видео? Найди оригинал через **поиск по картинке**.
3. **ПОДТВЕРЖДЕНИЕ?** Пишут ли об этом другие, **независимые источники**? Или это единственный «сенсационный» паблик?
4. **ЭМОЦИИ?** Какие чувства вызывает этот пост? (**Шок, гнев, страх**)? Если сильные — высока вероятность манипуляции.
5. **ЛОГИКА?** Нет ли в тексте явных **противоречий** или преувеличений? Звучит ли это слишком просто и удобно?

Ваш девиз: «Доверяй, но проверяй. А в интернете — сначала проверяй, а потом доверяй».

Нарративные техники с использованием актуального культурного контекста (2025 г.).

Концепция: Использование сюжетов, метафор и персонажей из популярных сериалов, книг и игр позволяет психологу и подростку говорить на одном языке. Это создает безопасное «поле для метафор», где можно обсуждать личные проблемы через призму вымышленных, но узнаваемых историй.

Техника «Клуб Амберов: Карта миров и лояльностей».

(По мотивам сериала «Клуб «Амбер» / «The A-Club»).

Цель: Исследование системы ценностей, конфликта лояльностей и давления сообществ.

Процедура: Подростку предлагается нарисовать «Карту миров», как в сериале, где разные группы (семья, школа, друзья, девиантное сообщество, онлайн-игра) представлены как отдельные «планеты» или «королевства».

Задание: «Какие законы и правила действуют в каждом „королевстве“? Какой „титул“ или „роль“ ты там носишь? За что отвечаешь? Какие „договоры“ или „клятвы“ ты дал? Где они противоречат друг другу?»

Пример диалога:

Психолог: «В сериале герои разрывались между долгом перед семьей и правдой о себе. А в твоей „Карте миров“? Где сейчас происходит главное сражение за твою лояльность? Что бы советовал тебе мудрый советник из „Королевства твоих Увлечений“?»

Профилактический эффект: Помогает визуализировать давление групповых норм и осознанно выбрать, каким «договорам» следовать, а какие пересмотреть.

Техника «Переписывание сценария для Эпика».

(По мотивам сериала «Этик» / аниме-культуры и игр).

Цель: Работа с ощущением предопределенности, «плохой концовки» и поиск альтернативных сюжетных развилок.

Процедура: Подростку предлагается представить свою жизнь как сюжет RPG (ролевой игры) или аниме, где он — главный герой, попавший под влияние «Темной Гильдии» (девиантное сообщество).

Задание: «Создай „сохранение“ в точке, до того, как твой герой присоединился к „Темной Гильдии“. Какие были другие варианты развития квеста? Кого из „NPC“ (неигровых персонажей — друзей, родных) он проигнорировал? Какие „навыки прокачал“, а какие — забросил?»

Пример диалога:

Психолог: «Помнишь, как в „Эпике“ герой думал, что у него только один путь — месть, но нашел другой смысл? Давай поищем „спойлеры“ к твоей текущей сюжетной линии. Какие скрытые „квесты“ (увлечения, таланты, отношения) ты не замечаешь?»

Профилактический эффект: Снижает фатализм, развивает способность видеть множественность жизненных путей и возвращает чувство авторства над собственной историей.

Техника «Поиск своего Ключа».

(По мотивам романа-антиутопии «Ключ Испытаний»).

Цель: Идентификация личных ценностей, которые являются альтернативой ценностям девиантной группы (сила через унижение, единство через ненависть).

Процедура: В романе герои ищут уникальные «Ключи» — артефакты, основанные на их внутренних качествах. Подростку предлагается создать описание или рисунок своего «Ключа».

Задание: «От чего твой „Ключ“ должен открывать дверь? (От одиночества, несправедливости, скумы). Какое качество он в себе символизирует? (Например, „Ключ Искренности“, „Ключ Созидания“, „Ключ Сопереживания“). Как „Темный Легион“ (девиантная группа) пытался подменить твой Ключ на подделку?»

Пример диалога:

Психолог: «В книге герою предлагали фальшивый ключ Силы, который на самом деле вел к разрушению. Чем та группа предлагает тебе заменить твой настоящий Ключ?»

Профилактический эффект: Помогает сформулировать позитивную, индивидуальную систему координат, делая ценности девиантного сообщества чужими и непривлекательными.

Техника «Кодекс Белого Плаща» *(По мотивам сериала «Хранители Утопии»)*

Цель: Формирование осознанной личной позиции и этики, противостоящей манипуляциям.

Процедура: В сериале герои следуют «Кодексу», который запрещает им убивать и поступаться принципами, даже ради «высшего блага». Подростку предлагается составить свой собственный «Кодекс Героя».

Задание: «Напиши 5-7 правил, которые для тебя нерушимы. Например: „Не предавать друзей“, „Защищать слабых“, „Искать правду, а не удобные ответы“. А теперь проверь: действия „Культистов Раздора“ (девиантной группы) соответствуют твоему Кодексу? В каких моментах они его нарушают?»

Пример диалога:

Психолог: «Помнишь, как главный герой отказался от супер-силы, потому что она требовала от него жестокости? Какая „цена“ за силу и признание в той группе? Готова ли твоя „версия героя“ ее платить?»

Профилактический эффект: Создает внутренний моральный ориентир, который позволяет подростку самостоятельно оценивать предложения и действия девиантных групп, а не подчиняться им слепо.