

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Факультет начальных классов
Кафедра педагогики и психологии начального образования

Гритчина Марина Денисовна
МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

Тема: Групповое консультирование как средство профилактики ролевого
виктимного поведения у молодых людей

Направление подготовки: 44.04.02. Психолого-
педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной
программы: Мастерство психологического
консультирования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой

канд. психол. наук, доцент

Мосина Н. А.

13.06.21 Мосина

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

канд. психол. наук, доцент

Сафонова М. В.

13.06.21 Мосина

(дата, подпись)

Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент

Гордиенко Е. В.

13.06.2021 Гр

(дата, подпись)

Дата защиты 22.06.21

Обучающийся

Гритчина М.Д. Гр 22.06.21

(фамилия, инициалы) (дата, подпись)

Оценка

хорошо

(прописью)

Красноярск, 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

Реферат	3
ВВЕДЕНИЕ.....	7
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ К ИЗУЧЕНИЮ ПРОБЛЕМЫ РОЛЕВОГО ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ.....	10
1.1 "Виктимность" и "ролевое виктимное поведение" как предмет теоретического анализа.	10
1.2 Причины возникновения ролевой виктимности на различных возрастных этапах.....	22
1.3 Обоснование программы профилактики ролевого виктимного поведения в групповом консультировании	29
Выводы по главе 1.....	33
ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ РОЛЕВОГО ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ У МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ С ПОМОЩЬЮ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	36
2.1 Методика организации исследования ролевого виктимного поведения. .	36
2.2 Программа профилактики ролевого виктимного поведения.....	44
2.3 Анализ результатов психологического консультирования.	48
Выводы по главе 2.....	56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	59
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	62
ПРИЛОЖЕНИЯ	66

Реферат

Диссертация на соискание степени магистра по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование Направленность Мастерство психологического консультирования на тему «Групповое консультирование как средство профилактики ролевого виктимного поведения у молодых людей».

Объем – 110 страниц, включая 11 рисунков, 10 таблиц, 14 приложений.

Количество использованных источников – 48.

Цель исследования – составить и апробировать программу групповых консультаций для молодых людей, направленную на профилактику ролевого виктимного поведения.

Объект исследования – ролевое виктимное поведение.

Предмет исследования – процесс группового психологического консультирования с целью профилактики ролевого виктимного поведения у молодых людей.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что люди склонные к манипуляциям, имеющие неудовлетворенные потребности в безопасности, внимании и любви, а также имеющие склонность к избеганию ответственности – проявляют ролевое виктимное. Групповое психологическое консультирование будет эффективным средством профилактики ролевого виктимного поведения при условии:

- 1) проработки неудовлетворенных социальных потребностей и потребности в безопасности;
- 2) формирования ответственного отношения участников к своей жизни и совершаемым поступкам.

Теоретико-методологические основания исследования:

- подходы к понятию виктимность, виктимное поведение С. Карпмана, Э. Берна, М.А. Одинцовой, И.Г. Малкиной-Пых и Т.Е.Яценко.

- подходы к понятию ответственность Б.С. Алишев, Л.А. Карпенко
- подходы к понятию потребность Д.А. Леонтьев, А. Маслоу
- подходы к понятию манипулирование Э. Шострома.

Методы исследования:

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические – тестирование, эксперимент.

Экспериментальной базой исследования стали двадцать молодых людей возрастом от 17 до 35 лет, основную часть которых составляли студенты Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. Среди участников исследования было 12 девушек и 8 юношей.

Апробация результатов исследования: представленные в работе результаты нашли отражение в публикациях научных статей в зарубежном научном журнале «German international journal» и электронном научном журнале «Молодой Ученый».

Теоретическая значимость и новизна исследования заключается в уточнении содержания понятия виктимная личность, в углублении понимания особенностей и причин её становления, а также дальнейшего проявления ролевого виктимного поведения.

Практическая значимость работы заключается в изучении ролевого виктимного поведения у молодых людей, составлении и апробации программы профилактики в групповом консультировании молодых людей, с целью предотвращения их дальнейшей виктимизации.

Материалы исследования могут быть использованы практическими психологами при изучении психологии личности, а также психологами-консультантами для организации психологической профилактики ролевого виктимного поведения у молодых людей.

Abstract

Thesis for a master's degree in the field of preparation 44.04.02 Psychological and pedagogical education Focus The mastery of psychological counseling on the topic "Group counseling as a means of preventing role-based victim behavior in young people."

Volume - 110 pages, including 11 figures, 10 tables, 14 appendices.

The number of sources used - 48.

The aim of the study is to draw up and test a group counseling program for young people aimed at preventing role-based victim behavior.

The object of research is role-based victim behavior.

The subject of the research is the process of group psychological counseling in order to prevent role-based victim behavior in young people.

The hypothesis of the research is the assumption that people who are prone to manipulation, have unmet needs for security, attention and love, as well as who have a tendency to avoid responsibility, exhibit role-based victim behavior. Group psychological counseling will be an effective means of preventing role-based victim behavior if:

- 1) working through unmet social and security needs.
- 2) formation of a responsible attitude of the participants to their lives and their actions.

Theoretical and methodological foundations of the study:

- approaches to the concept of victimization, victim behavior by S. Karpman, E. Bern, M.A. Odintsova, I.G. Malkina-Pykh and T.E. Yatsenko.
- approaches to the concept of responsibility of B.S. Alishev, L.A. Karpenko
- approaches to the concept of need D.A. Leontiev, A. Maslow
- approaches to the concept of manipulation E. Shostroma.

Research methods:

1. Theoretical - analysis of psychological and pedagogical literature on the research problem.

2. Empirical - testing, experiment.

The experimental base of the study was twenty young people aged from 17 to 35 years old, the main part of whom were students of the Krasnoyarsk State Pedagogical University. V.P. Astafieva. Among the study participants there were 12 girls and 8 boys.

Approbation of the research results: The results presented in the work were reflected in the publications of scientific articles in the foreign scientific journal "German international journal" and the electronic scientific journal "Young Scientist".

The theoretical significance and novelty of the research lies in clarifying the content of the concept of victim personality, in deepening understanding of the features and reasons for its formation, as well as further manifestation of role-based victim behavior.

The practical significance of the work lies in the study of role-based victim behavior in young people, drawing up and testing a prevention program in group counseling of young people in order to prevent their further victimization.

The research materials can be used by practical psychologists in the study of personality psychology, as well as by counseling psychologists for the organization of psychological prevention of role-based victim behavior in young people.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования ролевого виктимного поведения, заключается в теоретической и практической значимости данной темы для работы психолога консультанта. В практике не редки случаи, когда на прием к психологу приходят люди с целью получить внимание, сочувствие, жалость консультанта на свои жалобы о поведении окружающих, сложной жизненной ситуации или несправедливости мира. Основная сложность в работе с такими клиентами – это их нежелание брать на себя ответственность и работать над своей проблемой, так как уходить в позицию обвинения кого-то со стороны в своих проблемах для них проще или даже привычнее, чем каким-либо образом изменить сложившуюся ситуацию. Безусловно, в подобном поведении имеются и свои выгоды, однако они скорее вторичны, и мешают решению сложившейся проблемной ситуации. Как психолог-консультант мы, разумеется, не можем заставить человека измениться, однако мы можем выяснить и показать ему, что стоит за его поведением.

С точки зрения теории, понятие «ролевое виктимное поведение» встречается в литературе не часто, в отличии, например, от сходных понятий «виктимность» и «виктимное поведение», однако последние два связаны со сферой юридической психологии или виктимологии и подразумевают тематику преступлений. В психологии личности, упоминание виктима встречается только в рамках трансактного анализа, и четких определений или подробной характеристики данной модели поведения в трансактном анализе нет.

Таким образом, мы пришли к тому, что разработок и четко сформулированных характеристик с точки зрения психологии личности для работы с виктимом – крайне мало. Именно по этой причине нами было принято решение проанализировать данную тему и провести исследование в этом направлении.

Цель исследования – составить и апробировать программу групповых консультаций для молодых людей, направленную на профилактику ролевого виктимного поведения.

Объект исследования – ролевое виктимное поведение.

Предмет исследования – процесс группового психологического консультирования с целью профилактики ролевого виктимного поведения у молодых людей.

Гипотеза заключается в предположении о том, что люди склонные к манипуляциям, имеющие неудовлетворенные потребности в безопасности, внимании и любви, а также имеющие склонность к избеганию ответственности – проявляют ролевое виктимное поведение. Групповое психологическое консультирование будет эффективным средством профилактики ролевого виктимного поведения при условии:

1) проработки неудовлетворенных социальных потребностей и потребности в безопасности.

2) формирования ответственного отношения участников к своей жизни и совершаемым поступкам.

Задачи исследования:

1. Проанализировать и изучить научную литературу по теме исследования.
2. Определить теоретические предпосылки к реализации виктимности и ролевого виктимного поведения.
3. Выделить критерии для измерения виктимности и подобрать диагностический инструментарий.
4. Провести эмпирическое исследование с целью определения уровня виктимности у молодежи и описать актуальный уровень ролевого виктимного поведения; проанализировать полученные результаты исследования.
5. Разработать программу профилактики ролевого виктимного поведения.

Методы исследования:

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.

2. Эмпирические – тестирование, эксперимент.

Экспериментальной базой исследования стали двадцать молодых людей возрастом от 17 до 35 лет, основную часть которых составляли студенты Красноярского Государственного Педагогического Университета имени В. П. Астафьева. Среди участников исследования было 12 девушек и 8 юношей.

Теоретическая значимость и новизна исследования заключается в уточнении содержания понятия виктимная личность, в углублении понимания особенностей и причин её становления, а также дальнейшего проявления ролевого виктимного поведения.

Практическая значимость работы заключается в изучении ролевого виктимного поведения у молодых людей, составлении и апробации программы профилактики в групповом консультировании молодых людей, с целью предотвращения их дальнейшей виктимизации.

Апробация результатов исследования: Представленные в работе результаты нашли отражение в публикациях научных статей в зарубежном научном журнале «German international journal» и электронном научном журнале «Молодой Ученый».

Структура диссертации состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка используемых источников, приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ К ИЗУЧЕНИЮ ПРОБЛЕМЫ РОЛЕВОГО ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ

1.1. "Виктимность" и "ролевое виктимное поведение" как предмет теоретического анализа

Прежде чем приступить к какой-либо консультации, следует к ней подготовиться: познакомиться с основными терминами, которыми необходимо будет апеллировать, узнать историю изучения и развития вопроса который будет поднят в ходе консультаций, и конечно же изучить теоретическую основу по данному вопросу. С этого мы и начнем нашу работу.

Виктимность – понятие, образованное от латинского *victima*, что в переводе на русский буквально означает – жертва. Впервые данное понятие было применено в 1947 году в докладе Б. Мендельсона «Новые психосоциальные горизонты: виктимология». Спустя год, в 1948 году Г. Гентинг опубликовал свою монографию «Преступник и его жертва» которая стала первой научной монографией посвященной изучению не только преступника, но и жертвы. И наконец, в 1949 году, американский психиатр Ф. Верхайм выступил за создание отдельной отрасли науки, получившей название «виктимология», которая посвящалась социологическому анализу поведения жертвы преступления [8].

Виктимность, как пишет А.В. Петровский, это свойство личности, заключающееся в предрасположенности быть жертвой обстоятельств или воздействия других людей. При этом отсутствует желание отстаивать свою позицию и брать на себя ответственность за свои поступки, что приводит к беспрекословному подчинению более сильным личностям. Например, в случае проявления так называемого «Стокгольмского синдрома», жертва становится на сторону тех людей, которые являются причиной её страданий [31].

Согласно определению, данному О.О. Андронниковой, виктимность – это совокупность свойств человека, обусловленных комплексом социальных,

психологических и биофизических условий, способствующих дезадаптивному стилю реагирования человека, приводящему к ущербу для его физического или эмоционально-психического здоровья [3].

С точки зрения юридической психологии, Д.В. Ривман пишет, что «виктимность – это достаточно устойчивое личностное качество, характеризующее объектную характеристику индивида становится жертвой внешних обстоятельств и активности социального окружения, своего рода личностная предрасположенность оказываться жертвой в тех условиях взаимодействия с другими и воздействия этих других, которые в этом плане оказываются нейтральными, «не опасными» для других личностей» [33].

Исходя из определения, используемого в социальной психологии, приведенного Е.В. Руденским, виктимность – это характеристика личности, отражающая дефицит субъектных качеств (социальная активность, социальная ответственность, автономность, аутентичность, самостоятельность), возникающий вследствие дисгармонии межличностных отношений [36].

В философии не используется такое понятие как «виктим» или «виктимность», однако встречается понятие «жертва», что с точки зрения этимологии, родственно понятию «виктим». Так М. Мосс и А. Юбер пишут об обожествлении жертвы посредством жертвоприношения [25]. Р. Жирар пришел к тому, что жертва выступает одновременно причиной насилия и способом его остановить [16]. Ж. Батай рассматривает жертву с точки зрения преступления, духовной и материальной спекуляции [5].

Что касается использования понятия «жертва» в психологии, то так же, как и в случае с «виктимностью» в философии, такая формулировка встречается редко. Толкования, которые приводятся в словарях, затрагивают ту сторону понятия «жертва», которая отражает различные ритуалы жертвоприношения. В работе В.Е. Христенко предлагается следующее определение: жертва — это человек, который утратил значимые для себя

ценности в результате воздействия на него другим человеком, группой людей, определенными событиями и обстоятельствами [41].

Исходя из тематики нашей работы, наиболее подходящими определениями на которые мы будем в дальнейшем опираться стали определения А.В. Петровского и Е.В. Руденского.

Теперь, зная, что такое «виктимность», перейдем к определению понятия «виктимное поведение». О.О. Андронникова дает определение виктимному поведению как отклонению от норм безопасного поведения, реализующемуся в совокупности социальных, психических и моральных проявлений личности [3].

Определение ролевому виктимному поведению в рамках субъектно-средового подхода приводит Т.Е. Яценко. Ролевое виктимное поведение в данном подходе понимается как исполнение индивидом роли реальной/мнимой жертвы, для которой характерно неэффективное сопротивление нарушению границ своего психологического пространства и уклонение от позиции субъекта жизнедеятельности, обуславливающее их психологическую виктимизацию или ревиктимизацию в межличностном взаимодействии [47].

Исходя из выше перечисленных определений, можно сделать вывод, что человека, обладающего таким свойством личности как виктимность и отличающегося проявлением виктимного поведения, можно назвать виктимом.

Теперь поговорим о типологии виктимов, о которой вскользь было упомянуто в определении Т.Е. Яценко. Выделению самих типов виктимного межличностного ролевого взаимодействия способствовала классификация человеческих взаимоотношений В.И. Слободчикова и Е.И. Исаева [38]. На этом основании были выделены: игровая роль жертвы, которая является воплощением позиции жертвы, и социальная роль жертвы как воплощение статуса жертвы [30]. Важно заметить, что обозначенные роли отличаются характером (ситуативна или постоянна) и типом (добровольна или навязана),

они же наделены особыми психологическими характеристиками, позволяющими различать их между собой.

М.А. Одинцова в своей работе «Типы поведения жертвы» [30] выделяет три типа виктимных межличностных ролей, демонстрирующих вариантность виктимного поведения: игровую роль жертвы, социальную роль жертвы и позицию жертвы, которые являются основными структурными элементами межличностного ролевого виктимного взаимодействия, развивающегося в разных условиях.

Игровая роль жертвы – это единица анализа добровольных, взаимовыгодных, легко принимаемых членами межличностного взаимодействия ролевых отношений, детерминированных сложным сочетанием разнообразных форм виктимной активности, среди которых демонстративность, инфантильность, манипулятивность, зависимость и др., имеющих в своей основе скрытую мотивацию и гармонично вписывающихся в проигрываемую ситуацию. Игровая роль жертвы может формироваться в комфортных и безопасных ситуациях повседневности под воздействием внешних (опеке, патернализме) и внутренних (виктимной активности) факторов, поэтому является социально одобряемой.

Социальная роль жертвы – это единица анализа навязанных (предписанных) отношений, стигматизирующих индивида, способствующих его изоляции от социальных отношений в силу их болезненности, детерминированных сложным сочетанием разнообразных форм виктимной активности, таких как аутоагрессия, агрессия, зависимость, инфантильность, конформность, что препятствует возможности построения его нормальной жизнедеятельности на ближайшую и отдаленную перспективы. Социальная роль жертвы формируется в ситуациях, имеющих угрожающий и опасный характер, под воздействием внешних (авторитаризм, тоталитаризм, сталкеризм) и внутренних (виктимная активность) факторов, является социально приемлемой. В большинстве случаев социальная роль жертвы –

продукт трудных жизненных ситуаций, считающихся агрессивными по своей природе (экстремальные, кризисные и др.).

Позиция жертвы – результат слияния игровой и социальной ролей жертвы, она носит не ситуативный, а устойчивый характер, формируется под воздействием неблагоприятных, обладающих виктимогенным потенциалом внешних и внутренних факторов, не всегда вписывается в социальное одобрение или принятие. При этом к неблагоприятным можно отнести как не повседневные (трудные), так и повседневные ситуации. Лучшей метафорой, характеризующей сущность данных неблагоприятных факторов, являются слова А.В. Петровского: «диктат и опека – явления одного порядка, и различия лишь в форме, а не в сущности» [31]. Индивид, заняв устойчивую позицию жертвы, выработав определенную модель отношений, по-другому жить не умеет и не желает. Особое удовольствие он получает, обвиняя ближайшее окружение. Все его поведение выстроено на готовности к специфической реакции получения выгоды (материальной либо моральной) из своего неблагоприятного положения.

Все три виктимные роли (игровая, социальная, позиция жертвы) определены не только объективными факторами виктимизации, среди которых культурно-исторические условия, ситуации, стили взаимодействия, но и встречной виктимностью и виктимной активностью личности.

Виктимная активность – это особая деформированная активность, обусловленная конфликтным состоянием мотивационно-потребностной и ценностно-смысловой сфер личности, проявляющаяся в различных формах: агрессии, зависимости, беспомощности, аутоагрессии, демонстративности, манипулятивности и т.п. Она направлена на действия и поступки, превращающие индивида в жертву игрового либо социального характера. Виктимность и виктимная активность определяют внутренний мир виктимной личности, которая объективируется во внешнем мире в виде разных виктимных ролей. При этом «жертва» – это и есть специфический способ демонстрации себя этому миру на основе потребности виктимной личности в

значимости, которая реализуется через негативные (антипатию, антиреферентность, антистатусность) и позитивные (симпатия, референтность, властные полномочия) критерии значимости [29].

Виктимный личностный тип – это такой способ организации личности в сложном соотношении ее внешнего и внутреннего мира, при котором внутренний, преломляясь через внешний, принимает искаженные формы в виде виктимных межличностных ролей, находящих свое воплощение в габитусе жертвы, способном демонстрировать разные виктимные типы: аутовиктимный, социально виктимный, гипервиктимный. При этом, если виды виктимных межличностных ролей жертвы можно отнести к классификации, то они же, приобретя четкое обозначение в габитусе жертвы, трансформируются в виктимные личностные типы.

В процессе изучения феномена «виктимного ролевого поведения» в психологии личности, нами были выявлены определенные особенности в поведении, которые могут служить, своего рода индикатором, определяющим наличие ролевого виктимного поведения у личности. К этим особенностям поведения мы относим: не желание принимать на себя ответственность, манипулирование окружающими и невозможность самостоятельно удовлетворить некоторые потребности (такие как безопасность, принятие, внимание и любовь). В дальнейшей работе мы планируем использовать данные индикаторы виктимного поведения в качестве критериев при отборе людей на роль испытуемых виктимов. Рассмотрим каждый из критериев поподробнее.

В «Словаре современного русского литературного языка» ответственность определяется как «возлагаемое на кого-либо или взятое кем-либо обязательство отчитываться в каких-нибудь своих действиях и принять на себя вину за возможные их последствия» [11].

В психологическом словаре Л.А. Карпенко под ответственностью понимается контроль над деятельностью человека, осуществляемый в разных формах с точки зрения выполнения им принятых правил и норм [21].

Психологической предпосылкой ответственности является возможность выбора или осознанное предпочтение определенной линии поведения. Для личности особенно значима проблема выбора своего «Я». Здесь может возникнуть дилемма выбора «быть или не быть» или «быть или казаться». Для человека «быть» означает быть человеком, то есть отстаивать свои жизненные позиции и нести за них ответственность. Выбор «казаться» означает отказ от ответственности, что характерно для позиции виктима.

По мнению Б.С. Алишева, могут быть выделены три взаимосвязанных, но различных значения понятия «ответственность»:

- ответственность как выполнение обязанностей, которые могут быть как взяты на себя человеком самостоятельно, так и указаны извне, т.е. ответственность в этом смысле близка к обязательности, даже исполнительности (исполнение долга) и во временном отношении отнесена к будущему;

- ответственность как «авторство» уже совершенных деяний, за которые воздано либо вознаграждением, либо наказанием; в этом случае ответственность отнесена к прошлому и связана с понятиями «успех» и «вина»;

- ответственность как самостоятельность, способность по собственной инициативе принимать на себя решение трудных проблем; в данном случае в понятии отсутствует временной аспект, необходимо рассматривать в сочетании с понятием «свобода» [1].

Ответственность не является врожденным свойством личности человека, его нельзя навязать, однако его можно воспитать через практику. Воспитывать ответственность – значит учить субъект осознавать соотношение прав и обязанностей, «свободы и несвободы одновременно» [17]. О взаимосвязи свободы и ответственности писал В. Франкл. В книге «Человек в поисках смысла» упоминается, что субъект должен прийти к пониманию того, что человек не только свободен, но и ответствен. Данную фразу можно понимать как то, что субъект должен уметь делегировать ответственность и

брать ее на себя с осознанием того, что никто, кроме него, этого не сделает, что это единственно правильный моральный выбор для него, без осуществления которого его будет мучить совесть [38].

Человек, прибегающий к ролевому виктимному поведению (далее виктим), склонен к делегированию ответственности другим людям. Это может быть, как ответственность за выполнение бытовых заданий, так и ответственность за жизнь самого виктима. В последнем случае, виктим сам отрекается не только от ответственности за свою жизнь, передавая это право кому-то другому (родителям, супругу и т.п.), но и от своей собственной свободы. У виктима всегда виноват кто-то другой: «из-за него я бросила работу...», «из-за них я не поступил туда, куда хотел...», «если бы, не она я бы пошла на танцы...» и так далее. Подобное перекалывание ответственности тесно связано с тем, что, переложив с себя ответственность, виктим начинает обвинять тех, на кого она возлагается в случае, когда он чем-то недоволен. Подобный случай описывается у Э. Бернса в книге «Игры в которые играют люди». Эта взаимосвязь и приводит нас к такому понятию как «манипуляция» [6].

По определению Е.Л. Доценко, «манипуляция — это вид психологического воздействия, искусное исполнение которого ведёт к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями» [16].

По мнению Э. Шострома, в основе психологической манипуляции лежат следующие причины:

- Недоверие. Манипулятор не доверяет себе. Сознательно либо подсознательно он убеждён, что «его спасение в других», и поэтому «вступает на скользкий путь манипуляций, чтобы «другие» всегда были у него на привязи».
- Неспособность любить. «Нормальные отношения между людьми — это любовь. Любовь обязательно предполагает знание человека таким, каков он есть, и уважение его истинной сущности». Для манипулятора такие

отношения невозможны, так как «туннельное восприятие» не позволяет ему правильно оценивать людей и их поступки. Кроме того, любовь — «победа, достичь которой нелегко», и человеку, который поленился её добиться, остаётся лишь одна альтернатива — «отчаянная, полная власть над другой личностью».

- Чувство беспомощности. Многие манипуляторы пытаются управлять людьми из-за осознания собственной беспомощности: «универсальным примером может служить мать, которая «заболевает», когда не может справиться с детьми».

- Боязнь тесных межличностных контактов. «Одним из основных человеческих страхов является страх затруднительного положения». Для манипулятора, болезненно переживающего свою неполноценность, такая фобия особенно характерна, поэтому он предпочитает близкому общению формализованное.

- Желание получить одобрение. Деятельность многих манипуляторов вызвана их зависимостью от бытующих в обществе стереотипов, один из которых можно сформулировать так: «нам необходимо получить одобрение всех и каждого» [45].

К возможным мотивам манипуляторов можно отнести:

- потребность фактически любой ценой продвинуть свои собственные цели и личную выгоду,

- необходимость в приобретении чувства власти и превосходства над другими,

- желание и потребность чувствовать себя диктатором,

- получение господства над другими для того, чтобы поднять собственное самоуважение,

- желание поиграть, манипулируя жертвой, и получить удовольствие от этого,

- привычка, после постоянных манипуляций над жертвами,

- желание потренироваться и проверить действенность каких-либо приёмов.

К. Хорни упоминает о соединении противоречивых переживаний и стремлений индивида в поведении виктима [40]. К примеру: ощущение себя жертвой чужой воли, но требование, чтобы мир приспособлялся к нему; переживание своей ничтожности наряду с раздражением при указании ему на не самодостаточность. Вследствие этого, наряду с манипулятивной функцией виктимного поведения отмечается функция психологической защиты: переживание «Я - жертва» поддерживается, поскольку защищает от ненависти к себе, позволяет оправдывать свои поступки.

Согласно Э. Шострому, отношение манипулятора к жизни и окружающим его людям покоится на четырёх «китах» [45]:

- Ложь. Манипулятор демонстрирует не истинные чувства, а наигранные, «ломает комедию», разыгрывает роль, стремится произвести впечатление. Такая стратегия общения неизбежно приводит к эмоциональному оскудению: жизнь манипулятора превращается «в нелюбимую работу», он теряет возможность ею наслаждаться и испытывать глубокие чувства.

- Неосознанность. Для каждого манипулятора характерно «туннельное видение», когда человек воспринимает только то, что ему хочется воспринимать. Именно по этой причине манипуляторы оторваны от реальности, не могут адекватно оценить происходящие вокруг них события, не в состоянии понять цель и смысл своего существования.

- Контроль. «Манипулятор <...> очень любит управлять. Он не может без этого. Он раб этой своей потребности». Однако «чем больше он любит управлять, тем сильнее в нём потребность быть управляемым кем-то».

- Цинизм. Манипулятор не доверяет ни себе, ни другим, а в глубине души не испытывает доверия к человеческой природе вообще. Лишённый способности любить, он относится к окружающим потребительски,

воспринимая каждого из них как средство удовлетворения своих потребностей, а не как личность.

Зачастую, за манипулятивным поведением человека стоит потребность, которую он таким образом пытается удовлетворить. Существует множество определений понятия потребность. Приведем несколько из них.

Л.А. Карпенко, в своем кратком психологическом словаре, понимает под потребностью состояние индивида, создаваемое испытываемой им нуждой в условиях жизни, предметах и объектах, без которых невозможно его существование и развитие [21].

По мнению Д.А. Леонтьева, потребность – это источник мотивации, выступающий внутренним побудителем активности человека [23]. Активность эта направлена на удовлетворение нужды, которая не всегда может осознаваться человеком.

А. Маслоу, создатель теории иерархии потребностей, выделяет пять ступеней потребностей человека, среди которых физиологические потребности, потребность в безопасности, потребность в любви/принадлежность к кому-либо, потребность в уважении, потребность в самоактуализации. Кроме того, последний уровень в общем случае называют «потребностью в самовыражении» [25].

Так или иначе, у человека могут не удовлетворяться те или иные потребности, это вполне естественно в ходе человеческой жизни. По мере осознания данной потребности человек удовлетворяет её и переходит на новую ступень. К примеру, удовлетворив базовые физиологические потребности в еде, сне и так далее, человек может приступить к удовлетворению следующей ступени потребностей, а именно потребности в безопасности. Но в то же время, пока базовые потребности не удовлетворены, об удовлетворении потребностей более высокой ступени и речи быть не может.

На первый взгляд, все просто и понятно, если есть потребность – то есть стремление её удовлетворить. Все действительно так, однако если у человека

в норме потребность удовлетворяется, позволяя ему перейти к потребности новой ступени, то у виктима потребность не удовлетворяется полностью или очень быстро возвращается. Наиболее распространенным примером подобного явления будет девушка, которая несколько раз в день спрашивает своего молодого человека «Ты меня любишь?», таким образом, она пытается получить удовлетворение своей потребности в любви, но ответа молодого человека ей постоянно мало, поэтому она задает вопрос снова и снова, так и не удовлетворяя свою потребность.

Таким образом, проанализировав такие термины как «виктимность», «жертва» и «виктимное поведение» в литературе, можно прийти к выводу, что виктимность имеет множество толкований: к примеру, как некое устойчивое свойство личности, дезадаптивное поведение, предрасположенность индивида становиться жертвой неблагоприятных условий социализации и дефицит таких качеств как социальная активность, ответственность и самостоятельность. Кроме того, в психологии уделяется внимание такому явлению как виктимная активность, включающую в себя такие её проявления как: агрессия, аутоагрессия, зависимость, некритичность, провокация и т.д. Подобные проявления способствуют закреплению у человека виктимного поведения. М.А. Одинцова предлагает классифицировать ролевое виктимное поведение на аутовиктимное, виктимное и гипервиктимное. Ролевое виктимное поведение – это исполнение личностью в межличностном взаимодействии роли жертвы, для которой характерно неэффективное сопротивление нарушению границ своего психологического пространства и уклонение от позиции субъекта жизнедеятельности, обуславливающее ее психологическую виктимизацию и ревиктимизацию. Человек с ролевым виктимным поведением не проявляет в межличностном взаимодействии субъектные качества (ответственность, инициативность, самостоятельность и др.), испытывает трудности в демонстрации отношения к другим участникам взаимодействия как к потенциально/реально суверенным личностям, не принимает позицию субъекта жизнедеятельности. Так же человек,

демонстрирующий ролевое виктимное поведение, имеет неудовлетворенные потребности в безопасности, внимании и любви и стремится удовлетворить их с помощью использования манипуляций.

1.2. Причины возникновения ролевой виктимности на различных возрастных этапах

Из предыдущего параграфа, нам известны основные паттерны ролевого поведения виктима, а именно: бесконечные жалобы, обиды и претензии, не удовлетворяющиеся потребности в любви, внимании, поддержке и защите, отрицание ответственности и её избегание. Все эти особенности личности, как и многое в психологии человека берет свое начало в детстве.

В раннем детстве потребностей у ребенка не так много, вспоминая теорию А. Маслоу [25], это потребности базового уровня, которые включают в себя желания ребенка есть, пить, спать, а также потребность в безопасности, которая появляется по мере удовлетворения базовых потребностей. Именно в детстве у ребенка формируется базовое доверие к миру, благодаря которому, ребенок ощущает себя в безопасности при контакте с окружающим миром и людьми, живущими в нем. Успешность формирования базового доверия к миру, напрямую зависит от матери, её состояния и отношения к младенцу, что подтверждается теорией привязанности Д. Боулби [7].

Если же в детстве у ребенка не было сформировано этого ощущения безопасности, то тогда у ребенка появляется тревожность и страхи, иногдаходящие до нарушений сна и аппетита. Не редки случаи, в которых ребенок с целью того, чтобы обезопасить себя, приходит к истерикам и проявлениям агрессии. Появляется зависимость от родителей – как от людей способных эту безопасность ему обеспечить. Подобная зависимость находит отражение и во взрослом возрасте – когда повзрослев, этот ребенок ищет других людей, способных обеспечить ему ощущение безопасности. Среди этих людей могут быть как родители, так и друзья или супруги. Иной исход

неудовлетворенности потребности в безопасности, который описывала К. Хорни – невроз [40].

Потребность в любви и поддержке, так же является важной потребностью в жизни, как ребенка, так и взрослого человека. Данная потребность, появляется у человека по мере удовлетворения основных физиологических потребностей и потребности в безопасности. Её суть заключается в том, что человеку нужно принятие и внимание со стороны других людей, его семьи, друзей. Потребность в любви – это потребность в теплых дружеских отношениях, безусловной любви и единении с группой. В соответствии с теорией Л.С. Выготского, о социальной ситуации развития, в младенчестве существует потребность в общении и внимании со стороны взрослого, что может говорить о начале формирования потребности в любви на ранних этапах развития ребенка [9]. В дошкольном возрасте, фокус ребенка с позиции родителя начинает переходить к сверстникам, так как ведущей деятельностью становится ролевая игра. Однако ребенку все ещё важно получать внимание и поддержку от родителей, так как это позитивно сказывается на его дальнейшем развитии. По мнению З. Фрейда, в этом возрасте ребенок может испытывать сильную любовь к одному из родителей, проявляющуюся в желании обладать им полностью и соперничестве с родителем своего пола [20]. В младшем школьном возрасте ведущей деятельностью становится учебная деятельность и значимым для ребенка взрослым становится учитель, в следствии чего дети не только жаждут получить новые знания, но и одобрение со стороны учителя [20]. Родители, тем не менее, хоть и перестают быть значимыми взрослыми, все равно важны для ребенка, так как способны оказать ему внимание и поддержку в связи с новой для ребенка ролью – ученика и стрессом, который из этого следует. По достижению подросткового возраста, ребенок окончательно фокусируется на сверстниках. Его ведущей деятельностью становится интимно-личностное общение со сверстниками, благодаря которому подросток и удовлетворяет потребность в любви и принятии [20]. Именно в этом возрасте наиболее

актуальным становится возникновение любви романтической, а не дружеской как было до этого.

Фрустрация потребности любви происходит у ребенка тогда, когда его постоянно одергивают, навешивают ярлыки, пытаются сделать соответствующим высоким требованиям родителей, порицают за слезы и гнев и постоянно требуют каких-то результатов. Еще с детства подобное поведение родителей приводит к страху неудачи у ребенка, неуверенности в себе и агрессивному поведению. Зачастую, люди, которым в детстве не хватало любви, находясь во взрослом возрасте, начинают прибегать к агрессии или же наоборот – играть жертву в надежде на то, что им будут давать любовь из жалости. Подобный сценарий поведения у них закрепился еще в детстве. Например, очень распространен случай, когда родители не давали ребенку любви и тепла, а вместо этого проявляли к нему агрессию из-за чего в будущем уже, будучи взрослым, ребенок признавался, что просто не умеет проявлять любовь, и не знает, как её выражать или принимать.

Тактика игры в жертву для получения любви тоже широко распространена. Ещё будучи детьми, люди с подобной тактикой поведения усвоили – когда они болеют, плачут, страдают, тогда и только тогда они получают внимание и заботу. Нет ничего удивительного, что, становясь старше, они вновь и вновь хватаются за сердце и плачут о своей нелегкой жизни, принимая утешения и поддержку от окружающих. Все это очень напоминает игры, о которых более подробно писал Э. Берн в книге «Игры в которые играют люди» [6].

При неудовлетворенности социальных потребностей, может наблюдаться ухудшение соматического и психического состояний и в некоторых случаях, как утверждает А. Маслоу, возникает дезадаптация. В качестве примера последнего, А. Маслоу приводит подростковые группы, возникающие за счет нереализованной потребности в любви и поддержке, и объединяющиеся в противовес некоему врагу [25]. Иногда подобные группы могут быть вполне мирными, иногда маргинальными и склонными к

преступной деятельности, но также, существуют группы, в которые сбиваются виктимы и в таких группах их игры в жертв усиливаются и могут приводить к летальным последствиям.

Потребность в любви имеет две стороны: человек хочет и любить, и быть любимым. Это приводит нас к еще одному примеру неудовлетворенной потребности в любви – вступлению в зависимые отношения. Для таких людей наличие любви является смыслом жизни. О подобном явлении писал В. Франкл, рассматривая любовь одновременно как смысл жизни и как болезненное образование [39].

В. Москаленко, в своей книге «Зависимость. Семейная болезнь», говоря о людях подверженных созависимости, приводит такую фразу: «созависимые полностью зависят от внешних оценок, от взаимоотношений с другими, хотя они слабо представляют, как другие должны к ним относиться. Из-за низкой самооценки созависимые могут постоянно себя критиковать, но не переносят, когда это делают другие, в этом случае они становятся самоуверенными, негодующими, гневными. Созависимые не умеют принимать комплименты и похвалу должным образом, это может даже усиливать у них чувство вины, но в то же время у них может портиться настроение из-за отсутствия такой мощной подпитки, как похвала» [26]. Такие люди не верят, что могут быть любимыми и нужными, по этой причине они пытаются заработать любовь и внимание других и стать незаменимыми. Чаще всего это приводит к полному растворению в личности партнера и всякое «Я» начинает рассматриваться как «МЫ».

Созависимый человек — тот, кто полностью поглощен непреодолимым желанием управлять поведением другого человека и совершенно не заботится об удовлетворении собственных жизненно важных потребностей [44]. Они уверены в том, что лучше всех знают, как все в семье должны себя вести, не позволяют другим проявлять свою индивидуальность и идти событиям своим чередом. Чем сложнее становится ситуация дома, тем большему контролю с их стороны она поддается. Для них важно «казаться, а не быть», то есть они

стараятся производить впечатление на других и заблуждаются, считая, что другие люди видят только то, что им преподносит «контролер». Для усиления контроля они используют угрозы, советы, уговоры, принуждение, давление, убеждение, еще больше тем самым усугубляя беспомощное состояние родных людей («сын еще ничего не понимает в жизни», «муж без меня пропадет», — говорят они). Именно за неудовлетворенность потребности в любви и манипулирование окружающими, роднит созависимого человека с виктимом.

Говоря о зависимых отношениях нельзя не упомянуть модель С. Карпмана [47], ярко визуализирующую подобные отношения и представляя роль виктима наиболее полноценно. В ней виктим, помимо удовлетворения потребностей, имеет цель сбросить с себя ответственность на других людей или даже обстоятельства.

Ответственность, хоть и не является врожденным свойством личности, является очень важным условием для самостоятельности и полноценного взросления. Формирование ответственности идет рука об руку с развитием автономности личности и обеспечением свободы принятия решений относительно самого себя. В соответствии с возрастной периодизацией Э. Эриксона, формирование автономности и ответственности приходится на возраст от 3 до 6 лет. Во время кризиса 3 лет, у ребенка появляется самостоятельность в передвижении, одевании, потреблении пищи, которая в дальнейшем переходит в автономию. Самостоятельность ребенка можно легко подорвать, если родители проявляют гиперопеку, так как в случае постоянной и сильной опеки, у ребенка формируется неуверенность в себе, слабоволие, лень и даже чувство страха. Ребенок, выросший в условиях гиперопеки, с возрастом так и не научается принимать решения самостоятельно и брать на себя ответственность, ведь ему попросту не давали этого делать в раннем детстве [46]. В период 3 лет ребенку очень важно иметь опору на такие константы как «хорошо-плохо», «можно-нельзя», «добро-зло». В том случае, когда слова родителей противоречивы друг другу или сами себе, у ребенка

формируется неуверенность в своих поступках, страх неудачи и даже тревожность.

Поощряя самостоятельность ребенка, признавая его любознательность и воображение, родители способствуют формированию у него инициативности, независимости и ответственности. В случае же когда родители ограничивают свободу выбора, чрезмерно контролируют ребенка и наказывают его за любопытство или попытку проявить самостоятельность, у ребенка формируется чувство вины, пассивность, неумение принимать самостоятельные решения и безответственность.

Так же причиной, формирующей безответственность ребенка, выступает безответственное поведение родителей. Имея пример того, что его родители избегают ответственности, безнаказанно уклоняются от обязанностей и не выполняют свои обещания, ребенок учится на их примере и в дальнейшем поступает точно так же по отношению к своим обязанностям и окружающим людям.

В более зрелом возрасте, человек может отказаться от ответственности из-за чувства страха и негативного опыта, в результате которого, он потерял уверенность в себе и своих силах. Пережив травматичный опыт того, что он возложил на себя ответственность и не справился с ней, он в дальнейшем будет придерживаться наиболее безопасной позиции – позиции бездействия. У такого человека, который боится действовать, сформировались четкие убеждения: мне ничего не нужно, это меня не касается, я за это не отвечаю. Он готов принять любую критику в свой адрес, лишь бы на него не возложили никаких серьезных обязательств [43].

А.А. Реан выделяет два типа ответственности [32]. К первому он относит случаи, когда личность считает себя ответственной за все происходящее в своей жизни. Такая личность убеждена, что только она сама может изменить свою жизнь и только от неё зависят прошлые и будущие успехи и неудачи. Ответственность второго типа, напротив, связана с ситуацией, когда личность убеждена, что в событиях, происходящих в её жизни, виновато окружение,

ситуация или обстоятельства. Такая личность склонна обвинять других людей в своих неудачах, таким образом перекидывая с себя ответственность на других.

Известный персолог гуманистической ориентации В. Франкл уделяет ответственности значительное место в своей концепции и утверждает, что духовность, свобода и ответственность — это три основы, человеческого существования [39]. При этом важно помнить, что нельзя признать человека свободным, не признав его в то же время и ответственным. Человеческая ответственность — это ответственность, происходящая из неповторимости и своеобразия существования каждого индивида. И более того, именно в ответственности перед жизнью заключена сама сущность человеческого существования [39]. Очевидно, с ответственностью связана не только сущность бытия зрелой личности, но также успешность и способы ее самоактуализации.

Таким образом, исходя из анализа возрастных особенностей на разных этапах развития человека, мы можем сделать выводы о причинах формирования ролевого виктимного поведения. В раннем детстве потребностей у ребенка не так много, и среди них есть потребность в безопасности и любви. Потребность в безопасности формируется в раннем детстве и заключается в базовом доверии к миру и людям. Если же в детстве у ребенка не было сформировано этого ощущения безопасности, и он испытывал страх и тревожность, находясь в собственной семье — в дальнейшем, это может привести к тому, что, находясь уже во взрослом возрасте, этот человек будет искать того, кто сможет ему эту безопасность обеспечить. Социальные потребности, такие как потребность, в любви, поддержке и внимании, есть на протяжении всей жизни человека, и проявляются после удовлетворения физиологических базовых потребностей и потребности в безопасности. Зачастую, люди, которым в детстве не хватало любви, находясь во взрослом возрасте, начинают прибегать к агрессии или же наоборот — играть жертву в надежде на то, что им будут давать любовь из

жалости. Подобный сценарий поведения закрепляется ещё в детстве. Кроме того, при неудовлетворенности социальных потребностей, может наблюдаться ухудшение соматического и психического состояний и в некоторых случаях, возникает дезадаптация или склонность к созависимым отношениям с целью удовлетворить потребность в любви любой ценой (которой зачастую является утрата собственного Я). Ответственность, хоть и не является врожденным свойством личности, но это очень важное условие для самостоятельности и полноценного взросления.

1.3. Обоснование программы профилактики ролевого виктимного поведения в групповом консультировании

В психологическом консультировании существует несколько разных подходов к работе над проблемой клиента. Каждый из них работает через специальные техники и методики и сконцентрирован на определенном направлении проблем и способах работы с ними. В число наиболее распространенных подходов к работе с клиентом входят: гештальт-терапия, бихевиоризм, психоанализ, гуманистическая психология, экзистенциальный подход, деятельностный подход. Каждый из представленных подходов имеет свои плюсы и минусы и свою определенную направленность. Так благодаря гештальт-терапии, психолог побуждает клиента к экспериментам и в ходе наблюдения за ними выявляет ключевые феномены, такие как эмоции, спонтанные движения и жесты, изменения в голосе и мимике, с целью формирования у клиента осознанности. Бихевиоризм в психологической практике применяют для формирования новых способов поведения. Использование психоанализа в работе с клиентом помогает выявить и проработать внутренние конфликты, проблемы, идущие из глубин бессознательного и детские психологические травмы. Гуманистическая психология делает упор на развитие индивида и его самореализацию, в рамках данного подхода осуществляется мотивирование клиента и помощь в

принятии самостоятельных решений, оказание поддержки и принятия со стороны психолога. Благодаря экзистенциальному подходу, в рамках совместной работы психолога и клиента происходит прояснение смыслов различных переживаний, страхов и событий, происходящих в жизни человека, что способствует их скорейшему преодолению. В рамках деятельностного подхода, используется различная деятельность, в том числе и групповая с целью формирования внутренних изменений в личности, отношении и поведении клиента.

Среди множества подходов в психологическом консультировании мы остановились на интегративном подходе, суть которого заключается в рациональном использовании методов работы с проблемой заимствованных из других подходов. Благодаря интегративному подходу в психологическом консультировании можно не только проработать проблему комплексно с разных сторон, например, через поведение и эмоции, но и использовать различные техники для наибольшей результативности.

Определив подход, в рамках которого мы планируем строить программу по работе с проблемой ролевого виктимного поведения, мы перешли к выбору наиболее подходящего вида психологической помощи для обозначенной проблемы. Виды психологической помощи могут различаться по форме проведения, количеству участников, их возрасту, психологическому подходу и степени воздействия. Кроме того, каждая программа работы с клиентом уникальна и выстраивается исходя из целей, задач и особенностей консультативного случая. Так, например, психологическая коррекция направлена на те или иные психологические структуры с целью исправления особенностей психического развития, которые по принятой в возрастной психологии системе критериев не соответствуют гипотетической «оптимальной» модели этого развития норме или возрастному ориентиру. В такой вид психологической помощи входит работа над отклонениями в психическом или интеллектуальном развитии, в эмоционально-волевой и мотивационной сфере, в поведении или движении [15].

В нашей работе мы остановились на психологической профилактике, так как посчитали, что данный тип психологического консультирования позволяет предотвратить появление устоявшегося ролевого виктимного поведения на ранних стадиях проявления, что в дальнейшем может предотвратить необходимость коррекционных занятий и длительного процесса психотерапии. Кроме того, мы посчитали, что наиболее результативным будет проведение именно группового консультирования, так как в ходе профилактики участники смогут не только проработать свое ролевое виктимное поведение, но и оказать помощь и поддержку друг другу.

Психологическая профилактика, как следует из словаря практического психолога С.Ю. Головина, означает то же, что и психогигиена, а именно – раздел гигиены, изучающий влияние окружающих условий и обстановки на психическое здоровье людей. Так же разрабатывает меры для сохранения и укрепления здоровья и для предупреждения психических расстройств [10].

Цель психологической профилактики – это своевременное определение и устранение факторов, ведущих к отклонениям в развитии.

К задачам психологической профилактики можно отнести следующие пункты [22]:

- 1) предупреждение развития отклонения путем ранней диагностики;
- 2) устранение действия болезнетворной причины на личность или организм;
- 3) проведение мероприятий, предотвращающих рецидивы.

В ходе проведения психолого-профилактических работ, необходимо помнить о следующих принципах:

- 1) принцип адресности, который гласит, что в работе следует учитывать половые, возрастные и социальные особенности клиента;
- 2) принцип позитивности информации, который подразумевает выдачу информации клиенту в позитивном ключе, дабы уберечь психику клиента от необоснованной тревожности и стресса;

3) принцип сведения негативных последствий к минимуму, в котором подразумевается предвосхищение возможных последствий и с учетом этого, построение наиболее экологичного плана профилактики;

4) принцип комплексности, суть которого заключается в том, что наиболее эффективным в ходе профилактики будет воздействие на различных уровнях: личности, семьи и социального пространства;

5) принцип направленности результата на будущее, смысл которого в том, чтобы результаты профилактики были практически применимы и после того как процесс профилактики будет окончен;

6) принцип максимальной активности, личной заинтересованности и ответственности участников.

В психологической профилактике выделяют три уровня: первичная, вторичная и третичная профилактика.

Первичная профилактика заключается в работе с клиентами, имеющими незначительные эмоциональные, поведенческие или учебные расстройства и осуществляет заботу о психическом здоровье и психических ресурсах. На этом уровне в центре внимания психолога находятся все клиенты, независимо от имеющихся у них проблем.

Вторичная профилактика направлена на так называемую «группу риска», т. е. на тех клиентов, у которых проблемы уже начались. Вторичная профилактика подразумевает раннее выявление трудностей в поведении, социальной или эмоциональной сфере. Основная задача на данном этапе — преодолеть эти трудности до того, как клиенты станут социально или эмоционально неуправляемыми. Вторичная профилактика включает консультацию, обучение стратегиям для преодоления различного рода трудностей и т.д.

При третичной профилактике внимание психолога концентрируется на тех клиентах у которых наблюдаются ярко выраженные эмоциональные, социальные или поведенческие проблемы. Основной задачей является —

коррекция или преодоление серьезных психологических трудностей и проблем [42].

В рамках виктимологии, так же существует определение профилактики. Как пишет Н.И. Рыжова, виктимологическая профилактика – это система взаимосвязанных, организационно обеспеченных государственных, общественных и индивидуальных мероприятий, направленных на выявление и устранение или нейтрализацию факторов, которые формируют возможность стать жертвой преступления [37].

Виктимологическая профилактика принципиально не отличается от психологической профилактики по уровневой характеристике, и так же подразделяется на первичную и вторичную.

Первичная виктимологическая профилактика направлена на предупреждение возникновения провоцирующего поведения. Вторичная виктимологическая профилактика применяется в тех случаях, когда у клиентов уже есть первичные предпосылки и склонности к виктимному поведению. [4]

Учитывая все вышеперечисленное, разработанная нами программа вторичной виктимологической профилактики подразумевает групповую работу над трудностями клиентов связанными с поведением, социумом и эмоциональной сферой. Работа в рамках программы будет осуществляться через интегративный подход к проблеме ролевого виктимного поведения и будет затрагивать темы ответственности, потребностей и манипулятивного поведения. Во втором параграфе следующей главы мы расскажем о созданной нами программе более подробно и в дальнейшем рассмотрим её результаты.

Выводы по главе I

Благодаря теоретическому анализу научной литературы по теме нашего исследования, нам удалось сделать следующие выводы:

1. Проанализировав такие термины как «виктимность», «жертва» и «виктимное поведение» в литературе, можно прийти к выводу, что виктимность имеет множество толкований: к примеру, как некое устойчивое свойство личности, дезадаптивное поведение, предрасположенность индивида становиться жертвой неблагоприятных условий социализации и дефицит таких качеств как социальная активность, ответственность и самостоятельность. Кроме того, в психологии уделяется внимание такому явлению как виктимная активность, включающую в себя такие её проявления как: агрессия, аутоагрессия, зависимость, нескритичность, провокация и т.д. Роловое виктимное поведение можно классифицировать на аутовиктимное, виктимное и гипервиктимное. Роловое виктимное поведение – это исполнение личностью в межличностном взаимодействии роли жертвы, для которой характерно неэффективное сопротивление нарушению границ своего психологического пространства и уклонение от позиции субъекта жизнедеятельности, обуславливающее её психологическую виктимизацию и ревиктимизацию. Человек с ролевым виктимным поведением не проявляет в межличностном взаимодействии субъектные качества (ответственность, инициативность, самостоятельность и др.), испытывает трудности в демонстрации отношения к другим участникам взаимодействия как к потенциально/реально суверенным личностям, не принимает позицию субъекта жизнедеятельности. Так же человек, демонстрирующий роловое виктимное поведение, имеет неудовлетворенные потребности в безопасности, внимании и любви и стремится удовлетворить их с помощью использования манипуляций.

2. Исходя из анализа возрастных особенностей на разных этапах развития человека, мы можем сделать выводы о причинах формирования ролевого виктимного поведения. Потребность в безопасности формируется в раннем детстве и заключается в базовой доверии к миру и людям. Если же в детстве у ребенка не было сформировано этого ощущения безопасности, и он испытывал страх и тревожность, находясь в собственной семье – в дальнейшем, это может привести к тому, что, находясь уже во взрослом возрасте, этот человек будет искать того, кто сможет ему эту безопасность обеспечить. Социальные потребности, такие как потребность, в любви, поддержке и внимании, есть на протяжении всей жизни человека, и проявляются после удовлетворения физиологических базовых потребностей и потребности в безопасности. Зачастую, люди, которым в детстве не хватало любви, находясь во взрослом возрасте, начинают прибегать к агрессии или же наоборот – играть жертву в надежде на то, что им будут давать любовь из жалости. Подобный сценарий поведения закрепляется ещё в детстве. Кроме того, при неудовлетворенности социальных потребностей, может наблюдаться ухудшение соматического и психического состояний и в некоторых случаях, возникает дезадаптация или склонность к созависимым отношениям с целью удовлетворить потребность в любви любой ценой (которой зачастую является утрата собственного Я).

3. Изучив подходы в работе психолога консультанта и возможные формы проведения программы, мы остановились на групповом психологическом консультировании. Разработанная нами программа вторичной виктимологической профилактики подразумевает групповую работу над трудностями клиентов связанными с поведением, социумом и эмоциональной сферой. Работа в рамках программы осуществляется через интегративный подход к проблеме ролевого виктимного поведения и будет затрагивать темы ответственности, потребностей и манипулятивного поведения.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ РОЛЕВОГО ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ У МОЛОДЕЖИ С ПОМОЩЬЮ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

2.1. Методика организации исследования ролевого виктимного поведения

Цель исследования – составить и апробировать программу групповых консультаций для молодых людей, направленную на профилактику ролевого виктимного поведения.

Объект исследования – ролевое виктимное поведение.

Предмет исследования – процесс группового психологического консультирования с целью профилактики ролевого виктимного поведения у молодых людей.

Гипотеза заключается в предположении о том, что люди склонные к манипуляциям, имеющие неудовлетворенные потребности в безопасности, внимании и любви, а также имеющие склонность к избеганию ответственности – проявляют ролевое виктимное поведение. Групповое психологическое консультирование будет эффективным средством профилактики ролевого виктимного поведения при условии:

- 1) проработки неудовлетворенных социальных потребностей и потребности в безопасности;
- 2) формирования ответственного отношения участников к своей жизни и совершаемым поступкам.

Задачи эмпирического исследования:

1. Выделить критерии для измерения виктимности и подобрать диагностический инструментарий.
2. Провести эмпирическое исследование с целью определения уровня виктимности у молодежи, и описать актуальный уровень виктимности.
3. Проанализировать полученные результаты исследования.

4. Разработать программу профилактики ролевого виктимного поведения.

Таблица 1

Уровневые характеристики проявлений ролевого виктимного поведения

Критерии	Высокий уровень ролевого виктимного поведения	Средний уровень ролевого виктимного поведения	Низкий уровень ролевого виктимного поведения
Поведенческий	Постоянно прибегает к манипуляции. Проявляет виктимное поведение.	Изредка прибегает к манипуляции. Ситуативно проявляет виктимное поведение.	Не прибегает к манипуляции. Не проявляет виктимное поведение.
Мотивационный	Имеет ряд неудовлетворенных потребностей, таких как потребность в безопасности, потребность в любви и внимании. Не в состоянии самостоятельно удовлетворить свои потребности.	Имеет частично удовлетворенные потребности, такие как потребность в безопасности, потребность в любви и внимании. В состоянии самостоятельно удовлетворить лишь часть своих потребностей.	Имеет полностью удовлетворенные потребности в безопасности, любви и внимании. В состоянии самостоятельно удовлетворить свои потребности.
Личностный	Не несет ответственность за себя и свою жизнь. Не склонен принимать решения. Склонен к виктимности.	Частично несет ответственность за себя и свою жизнь. При принятии решений полагается на других. В некоторых ситуациях склонен к виктимности.	Несет ответственность за себя и свою жизнь. Склонен сам принимать решения. Не склонен к виктимности.

На основе выдвинутых критериев и их характеристик, мы подобрали наиболее соответствующие нашим целям методики. По итогу, в список проводимых в ходе исследования методик вошли: методика диагностики манипулятивного отношения (по шкале Банта), методика «Склонность к виктимному поведению» О.О. Андронниковой, методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей (метод парных сравнений В.В.

Скворцова) и методика диагностики ответственности - Тест «экспресс-диагностика ответственности» (ЭДО) В.П. Прядина.

Расскажем о методиках более подробно.

1. Методика диагностики манипулятивного отношения (по шкале Т. Банта).

Методика предназначена для диагностики уровня манипулятивного отношения личности к другим людям. Инструментом диагностики при использовании методики выступает тест-опросник, состоящий из списка суждений и шкала оценки согласия с данными суждениями из пяти пунктов от «практически всегда» до «очень редко».

2. Методика «Склонность к виктимному поведению» О.О. Андронниковой.

Данная методика является стандартизированным тестом-опросником, предназначенным для измерения предрасположенности личности к виктимному поведению. Объектом приложения методики являются социальные и личностные установки. Тест-опросник представляет собой набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на измерение предрасположенности к реализации отдельных форм виктимного поведения. Предназначен, для обследования лиц старшего подросткового и юношеского возраста

Шкалы, приведенные в методике:

1. Социальная желательность ответов
2. Агрессивное поведение
3. Склонность к самоповреждающему саморазрушающему поведению
4. Склонность к гиперсоциальному поведению
5. Склонность к зависимому и беспомощному поведению
6. Склонность к некритичному поведению
7. Реализованная виктимность

3. Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей (метод парных сравнений В.В. Скворцова).

Методика предназначена для диагностики актуальных базовых потребностей: материальных, социальных, потребности в безопасности, в самовыражении (самоактуализации) и принятии. С помощью данной методики можно выявить доминирующие потребности мотиваторы, как для личности, так и для группы.

4. Методика диагностики ответственности В.П. Прядеина. Тест «экспресс-диагностика ответственности» (ЭДО).

Методика направлена на выявление актуального уровня ответственности у лиц старшего подросткового и юношеского возраста. С помощью данной методики можно определить, насколько развита ответственность у испытуемых. По полученным результатам можно выделить уровень развития ответственности: высокий (что говорит о наличии ответственности), средний (обозначает ситуативную ответственность) и низкий (может свидетельствовать о безответственности).

Таблица 2

Методики для выявления критериев

Критерий	Методика
Поведенческий	<ul style="list-style-type: none"> • Диагностика манипулятивного отношения (по шкале Т. Банта) • Методика «Склонность к виктимному поведению» О.О. Андронникова
Мотивационный	<ul style="list-style-type: none"> • Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей (Метод парных сравнений В.В. Скворцова)
Личностный	<ul style="list-style-type: none"> • Методики диагностики ответственности - Тест «экспресс-диагностика ответственности» (ЭДО) В.П. Прядеина

Проведение исследования.

Исследование проводилось дистанционно. Количество испытуемых составило 20 человек. Испытуемым были выданы материалы, содержащие инструкции и опросники, а также бланки для ответов. Далее, испытуемые должны были, прочитав инструкции к методикам, ответить на приведенные

утверждения и свои ответы вписать в соответствующие бланки. После выполнения всех четырех методик, бланки с ответами возвращались к нам для проведения интерпретации. По итогам интерпретации был проведен анализ результатов.

Анализ результатов.

В ходе нашего эксперимента мы получили ряд таблиц, с неинтерпретированными результатами эксперимента.

Анализируя полученные результаты проведенного исследования, мы можем сделать выводы о том, что практически у каждого испытуемого наблюдается проявление хотя бы одного из критериев, свидетельствующих о виктимности.

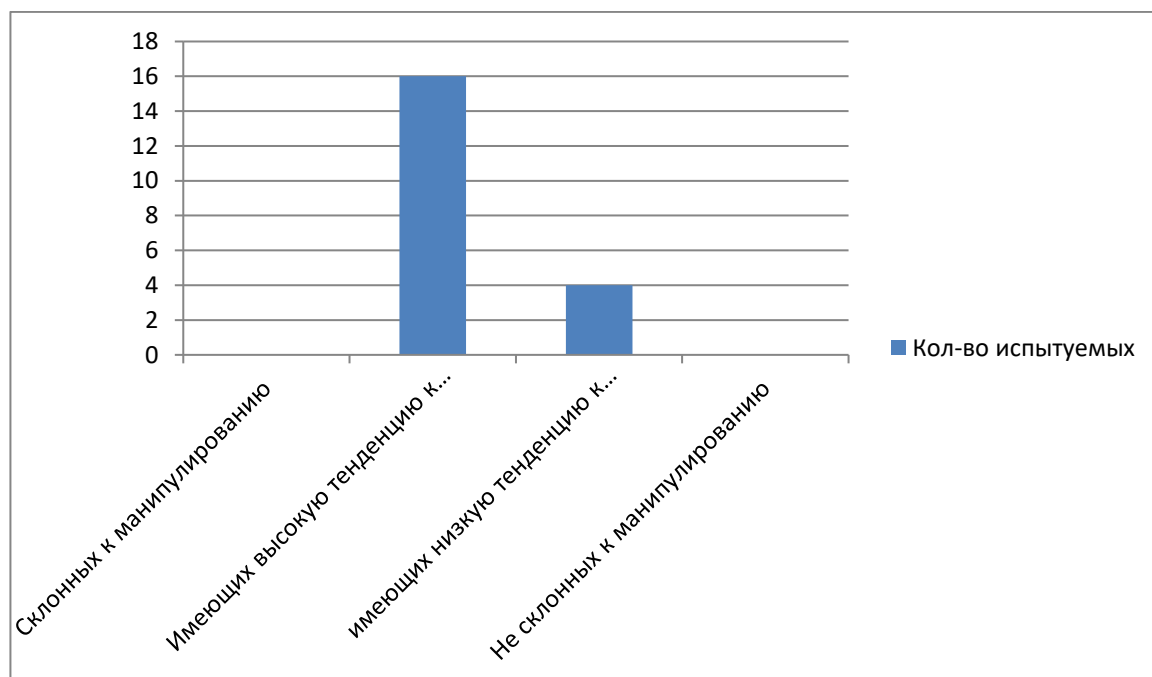


Рисунок 1. Результаты диагностики манипулятивного отношения (по шкале Т. Банга)

По данным, полученным нами по итогам исследования, которые можно увидеть на рисунке 1, мы заметили, что среди испытуемых не было однозначно склонных или не склонных к манипулированию людей. Тем не менее, несмотря на то, что все испытуемые держались средних значений, большая их часть все же имеет тенденцию время от времени использовать манипуляции.

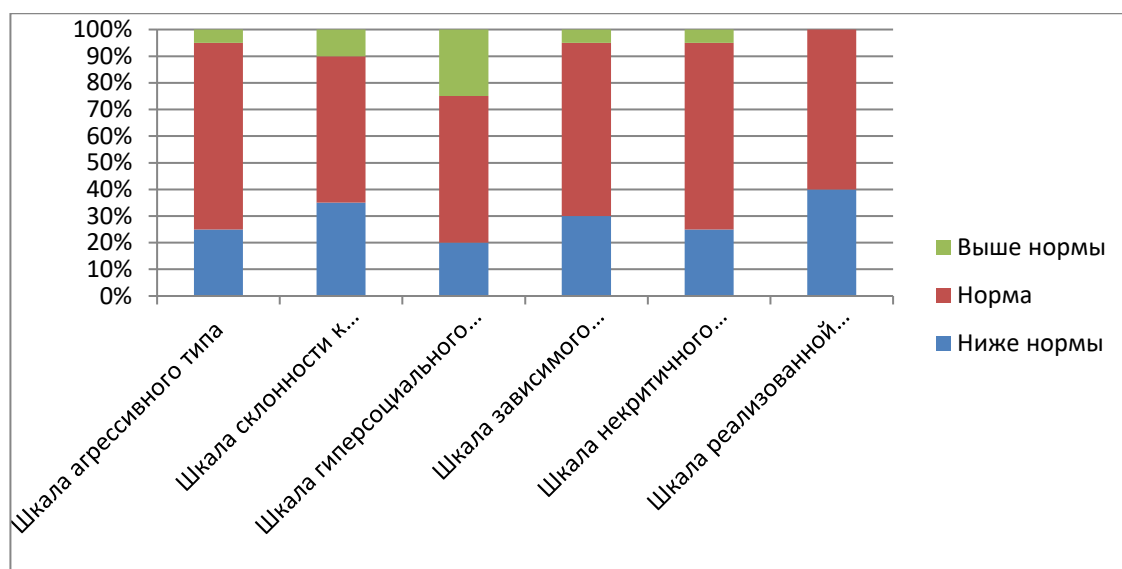


Рисунок 2. Результаты методики «склонности к виктимному поведению О.О. Андронниковой»

По данным, полученным в ходе обработки результатов методики «склонности к виктимному поведению», мы можем увидеть, что в большей степени испытуемые находятся в норме – то есть не проявляют виктимного поведения. Однако в частных случаях, среди испытуемых были замечены и склонные к зависимому поведению, и склонные к саморазрушению, и к гиперсоциальному поведению. Показатели значений «Выше нормы» - говорят о том, что у данных испытуемых имеется виктимный тип поведения.

Однако, в данной методике имеет смысл рассматривать и показатель «Ниже нормы», так как на некоторых шкалах, отмеченный промежуток означает – пассивность, мнительность, тревожность, избыточное беспокойство о безопасности (что является индикатором неудовлетворенности данной потребности) и отрицание или обиду на социум (что так же может быть следствием неудовлетворенной потребности во внимании). Таким образом, результаты данной методики можно рассмотреть в связке с результатами остальных методик и выявить некоторые закономерности.

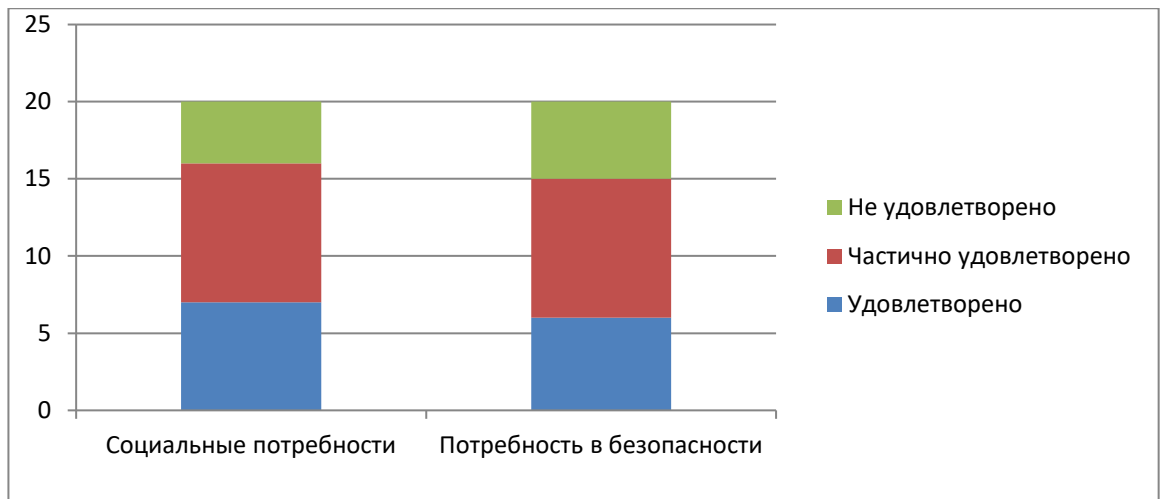


Рисунок 1. Результаты «метода парных сравнений» В.В. Скворцова

Результаты опросника парных сравнений, позволили нам оценить насколько у испытуемых удовлетворены социальные потребности (в которые вошли: потребность в любви, потребность в общении, потребность во внимании) и потребность в безопасности. Как можно видеть на рисунке 3, у подавляющего большинства опрошенных, данные потребности или удовлетворены частично, или не удовлетворены вовсе. Что может приводить к реализации ролевого виктимного поведения, в том числе и с помощью манипуляций.

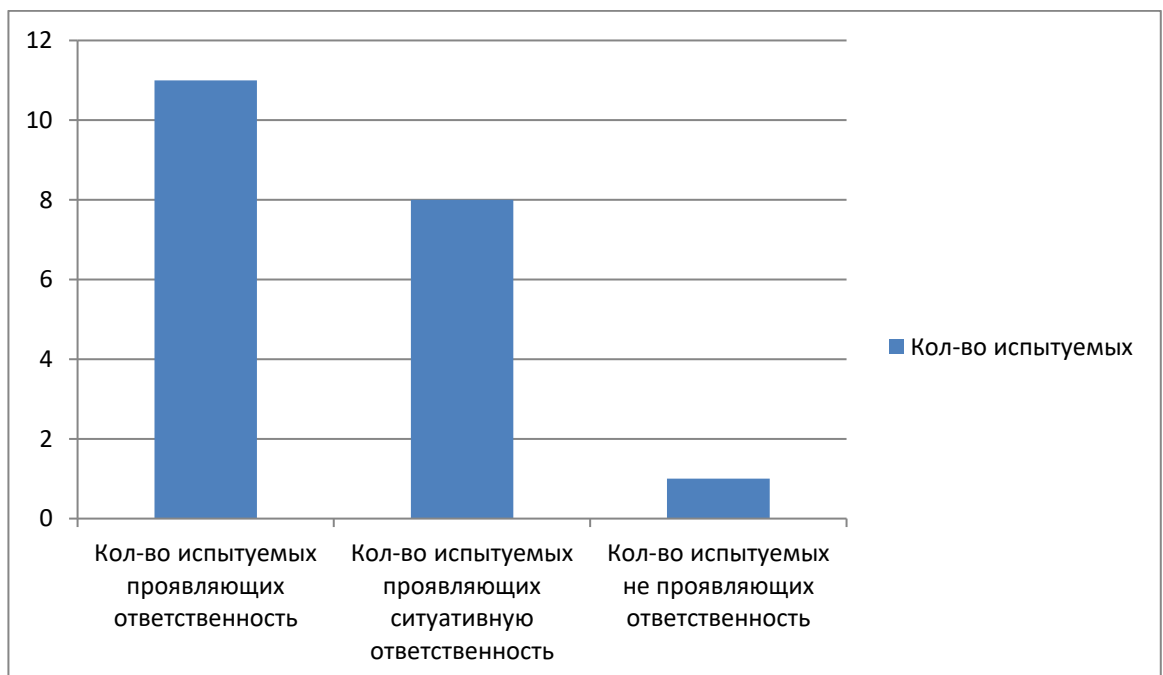


Рисунок 4. Результаты теста «экспресс–диагностика ответственности» В.П.

Прядеина

Как можно заметить на рисунке 4, большинство испытуемых отличаются ответственностью, однако молодых людей, которые проявляют ответственность ситуативно не на много меньше. Ситуативная ответственность понимается нами как «выборочная ответственность», то есть, которая иногда проявляется, а иногда нет.

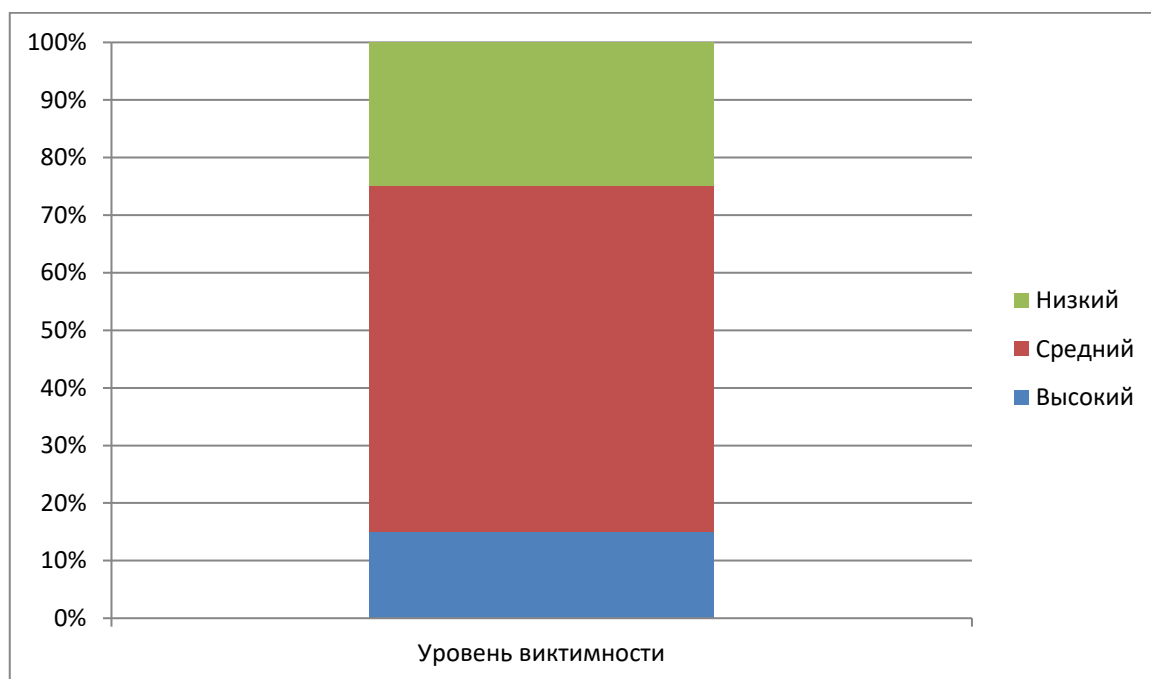


Рисунок 5. Итоговый результат исследования

Проанализировав полученные результаты, мы можем увидеть, что среди двадцати испытуемых двенадцать человек (60%) подходят под критерий среднего уровня ролевого виктимного поведения, три человека (15%) имеют высокий уровень ролевого виктимного поведения и пять человек (25%) имеют низкий параметр ролевого виктимного поведения – по сути, не являются виктимами. То есть больше половины выборки могут изредка прибегать к манипуляции, ситуативно проявлять виктимное поведение; имеют частично удовлетворенные потребности, такие как потребность в безопасности, потребность в любви и внимании, в состоянии самостоятельно удовлетворить лишь часть своих потребностей.; частично несут ответственность за себя и свою жизнь, при принятии решений полагаются на других, в некоторых ситуациях склонны к виктимности.

2.2. Программа профилактики ролевого виктимного поведения

В современном мире быть жертвой очень легко: человек может испытывать на себе буллинг в школе, травлю в интернете, институциональный террор и стресс на работе, абьюзивные и созависимые отношения в семье, тревогу из-за своей безопасности в связи с событиями, транслируемыми в СМИ. Под влиянием подобных событий, формирование виктимного поведения вполне закономерно, ведь живя в таких условиях, очень сложно сохранить свое психологическое здоровье.

В данный момент в психологии все чаще появляется потребность в консультации, терапии и профилактике людей с виктимным поведением, так же, как и жертв преступлений. Причина этого не только в развитии виктимологии, но и в проявлении агрессии по отношению к личности.

Однако по итогам проведенного исследования мы заметили, что не всегда виктимное поведение может выступать маркером для предположения, что личность клиента является виктимной. Исходя из этого, мы можем сделать вывод, что работа исключительно с поведением, не является достаточной. Именно по этой причине, в своей программе мы решили подойти к профилактике в первую очередь со стороны личности, её потребностей и особенностей. Таким образом, наша работа в групповом консультировании опирается на те же критерии, которые мы выделили ранее, а именно: «ответственность», «потребности» и «манипуляции» (манипуляции в этом случае как раз выступают стилем поведения виктимов).

При работе над программой мы учли особенности личности виктима и сконцентрировались на создании условий для принятия клиентами ответственности как за свои действия и эмоции, так и за свои потребности.

Цель программы: профилактика ролевого виктимного поведения у молодых людей.

Задачи:

1. Сформировать безопасную и доверительную атмосферу для комфортной работы группы.

2. Предоставить информацию о понятиях «виктим» и «ролевое виктимное поведение». Так же определить тип виктимного поведения у членов группы.

3. Проработать характерные для виктимных личностей дефициты (в ответственности, потребностях, границах и ресурсах).

4. Формирование отработка навыков нового стиля поведения.

Форма работы: тренинг.

Целевая аудитория: программа группового консультирования предназначена для молодых людей от 18 до 35 лет, в независимости от половой принадлежности.

Общее количество занятий: 6 занятий продолжительностью примерно 60 минут (для небольшой группы) каждое. Количество затраченного времени на занятие может превышать указанное время, в случае если группа будет более 5 человек.

Таблица 3

План программы профилактики ролевого виктимного поведения

Блок	Количество занятий	Цель занятия	Задачи занятия	Методики
Предварительная встреча	Занятие 0	Первичная индивидуальная встреча психолога с каждым из участников.	Выяснение проблемы клиента, определение целесообразности его участия в групповом консультировании. Сбор информации.	«Методика диагностики виктимного поведения – Андронниковой О.О.» Беседа «Метод парных сравнений Скворцова В.В.» «Тест- ЭДО Прядеина В.П.»
Знакомство	Занятие 1	Знакомство участников группы. Определение правил.	Знакомство; раскрепощение; принятие правил группы; создание	«Приветствие», Мини-лекция «Виктим», Упражнение «Меняемся

		Проведение мини-лекции о виктимности.	доверительной атмосферы.	местами», Опросник «Ролевой виктимности» (М.А. Одинцова, Н.П. Радчикова)
Ответственность	Занятие 2	Работа над формированием ответственности.	Осознание необходимости нести за себя ответственность, принятие ответственности.	«Снежный ком», «Принятие ответственности за свои эмоции и чувства»; «Принятие ответственности на себя», «Попробую — сделаю», «Забота», «Я беру ответственность»
Потребности	Занятие 3 Безопасность (+ базовые)	Проработка неудовлетворенности потребности в безопасности.	Проведение диагностики удовлетворенности потребностей. Нахождение внутренних ресурсов и способов удовлетворения данной потребности.	«Здравствуй, уважаемый...», Беседа «Что такое безопасность для меня», «Ладочка», «Безопасное место», «Дерево силы», «Копилка ресурсов».
	Занятие 4 Социальные потребности	Проработка неудовлетворенности потребности в принятии, внимании, любви и дружбе.	Проработка обид, принятие себя и научение любви к себе.	«Я рад тебя видеть потому что...», «Список обид», Техника «5 шагов прощения», Беседа «что такое любовь и любовь к себе», «Медитативное упражнение принятие внутреннего ребенка»

Манипуляции	Занятие 5	Формирование новых способов поведения.	Отработка навыков отстаивания своих границ, формирование адекватных реакций в различных ситуациях, формирование навыка разностороннего анализа ситуации.	«Мой сегодняшний день», «Дневник заботы», «Скажи, нет», «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы», Игра «Шесть шляп мышления»
Завершение	Занятие 6	Подведение итогов групповой консультации.	Проверка усвоения навыков безопасного поведения, прощание с прошлым, рефлексия и подведение итогов. Прощание.	«Что нового?», «Безопасность или риск», Техника «Прощальная открытка» (Баер У.), Упражнение «Подведение итогов».

Описание работы в ходе проведения групповой консультации.

В ходе реализации программы группового консультирования, наиболее результативными для осознания себя, своих границ и потребностей участниками, оказались техники: «забота», «принятие ответственности на себя», «ладошка», «список обид» и игра «шесть шляп мышления». Благодаря этим техникам участники группы смогли пересмотреть свои взгляды на жизнь, желания и ответственность.

По обратной связи от группы мы поняли, что техники «безопасное место», «копилка ресурсов», «древо силы» и «медитативное упражнение на принятие внутреннего ребенка» позволили участникам ощутить в себе силы на изменение связанные с ролевым виктимным поведением. В дальнейшем данные техники будут использованы участниками для поддержания внутренних ресурсов (в том числе и для восполнения дефицитов потребностей).

После проведения таких техник, как: «я беру ответственность», «неуверенные, уверенные и агрессивные ответы» и «я говорю – нет» - у участников начали формироваться новые способы поведения, что позволило им отойти от привычного ролевого виктимного поведения.

2.3. Анализ результатов психологического консультирования

После завершения формирующего эксперимента нами был проведен повторный срез, для которого были выбраны методики: метод парных сравнений В.В. Скворцова, опросник «Ролевой виктимности» (М.А. Одинцова, Н.П. Радчикова) и методика диагностики уровня субъективного контроля Дж. Роттера (адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынской, А.М. Эткинда).

В формирующем эксперименте участвовали 5 человек прошедших программу группового консультирования.

В процессе программы группового консультирования, на раннем этапе было проведено исследование удовлетворенности потребностей у членов группы. Метод парных сравнений В.В. Скворцова, был проведен не только с целью сбора информации для повторного тестирования по окончании программы, но также и для демонстрации участникам консультирования их текущих потребностей. При первом тестировании мы получили результаты, которые можно увидеть на рисунке 6.

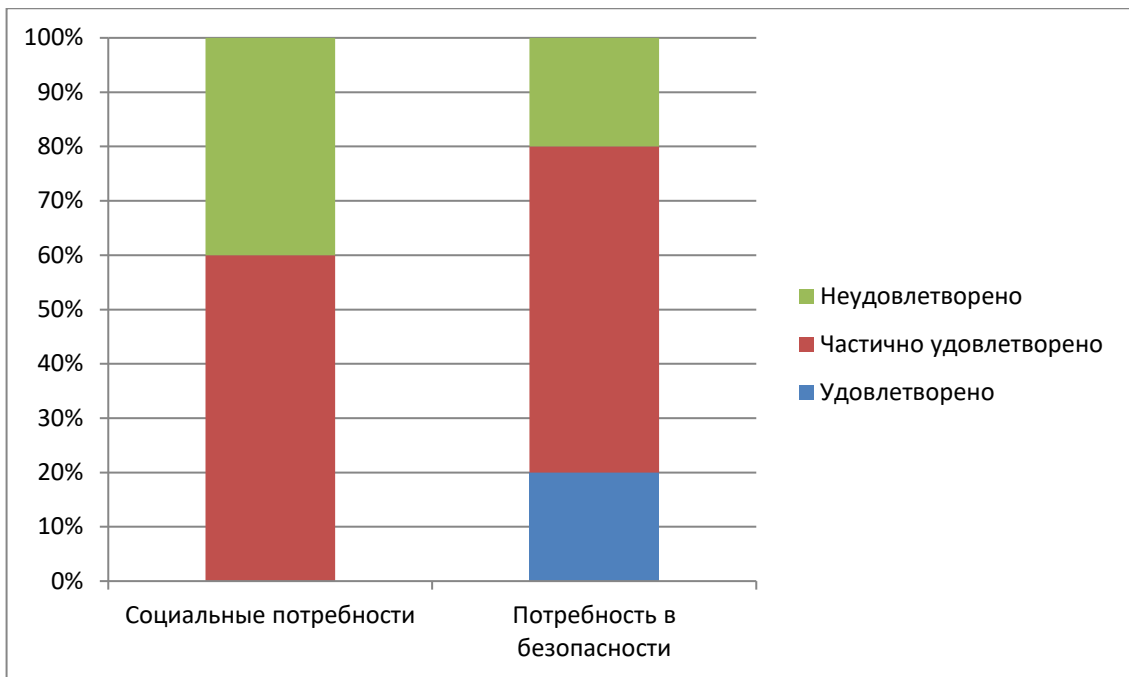


Рисунок 6. Первичные результаты «Метод парных сравнений» В.В. Скворцова

Как можно увидеть на рисунке 6, изначально у 60% участников социальные потребности были удовлетворены частично и соответственно у 40% были неудовлетворены вовсе. Потребность в безопасности была полностью удовлетворена лишь у 20% участников группового консультирования, а у 80% процентов суммарно удовлетворена частично или вовсе не удовлетворена перед началом работы.

При повторном проведении методики, после завершения программы группового консультирования, мы получили результаты, которые обозначены на рисунке 7.

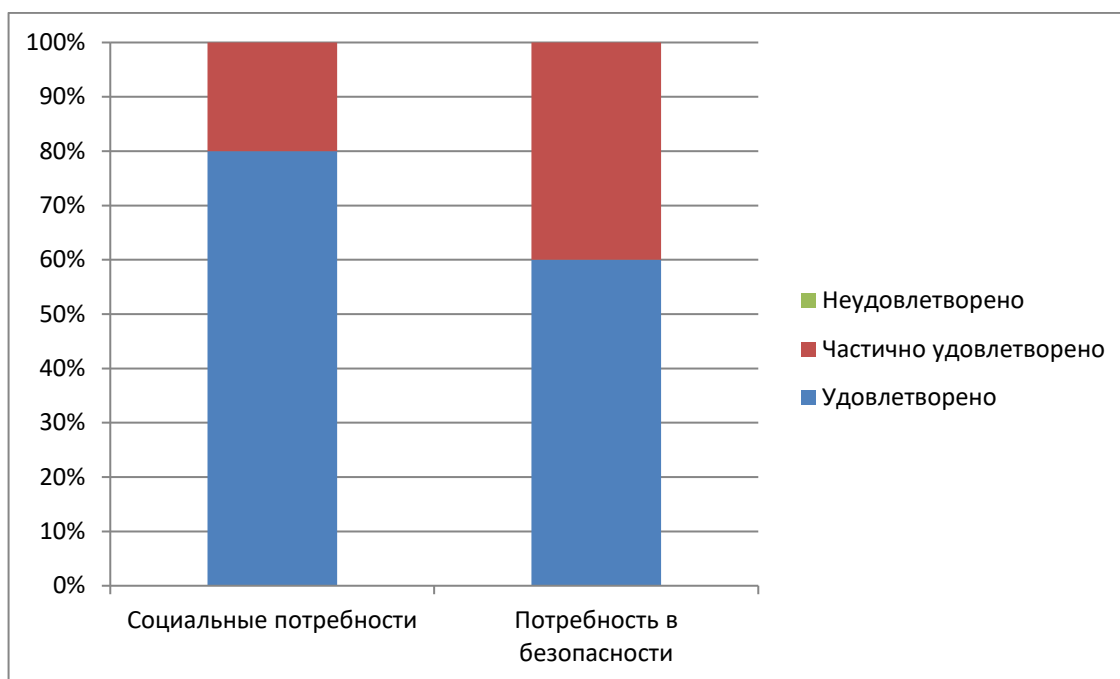


Рисунок 7. Результаты «Метод парных сравнений» В.В. Скворцова после проведения программы консультаций

Как можно заметить по итогам программы удалось довести показатель удовлетворенности социальных потребностей до полного удовлетворения у 80% человек, а потребность в безопасности полностью удовлетворилась у 60% участников консультирования. В то же время, процент частичной удовлетворенности потребностей по итогам программы составил 20% для социальной и 40% для потребности в безопасности соответственно.

С помощью опросника «Ролевой виктимности» (М.А. Одинцова, Н.П. Радчикова) мы планировали увидеть тип ролевой виктимности у участников группового консультирования. Так же, как и предыдущая методика, опросник проводился в процессе реализации программы на раннем этапе, с целью демонстрации участникам консультирования их типа ролевой виктимности.

Первичные результаты опросника ролевой виктимности изображены на рисунке 8.

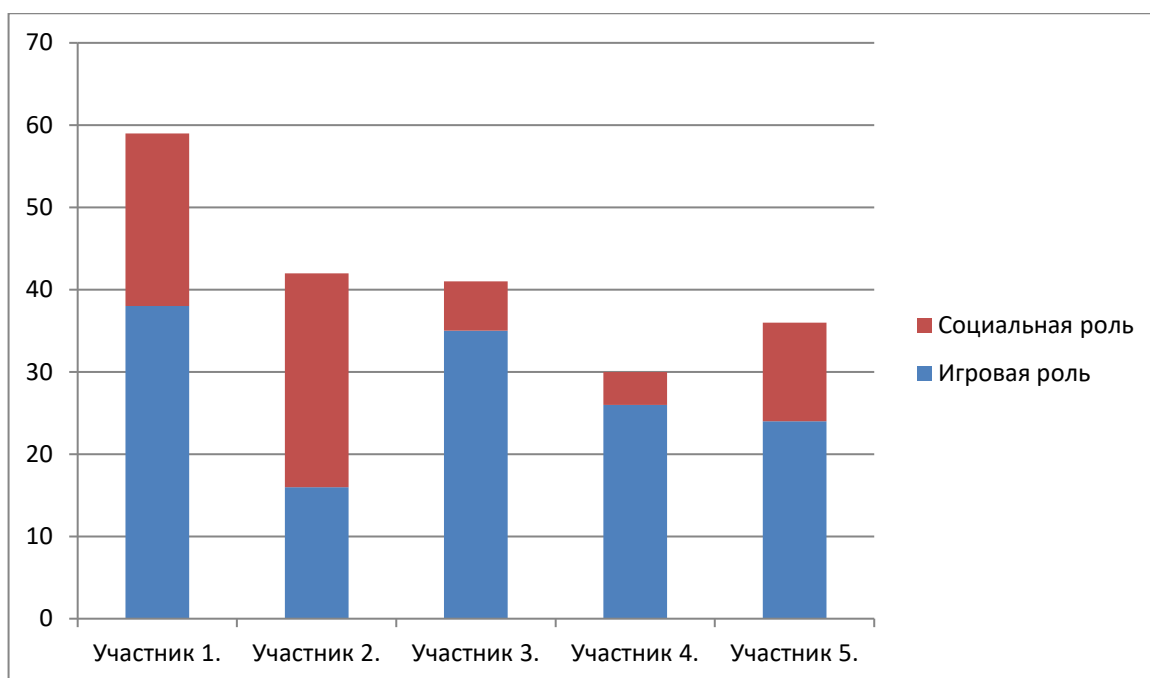


Рисунок 8. Первичные результаты опросника «Ролевой виктимности»

При анализе использовалось как рассмотрение баллов для каждой роли по отдельности, так и их суммарное значение. В зависимости от количества баллов можно было судить об уровне характеристики результата для роли. Уровневых характеристик было 7: очень низкий, низкий, ниже среднего, средний, выше среднего, высокий и очень высокий.

На основе данных опросника было выделено три типа ролевой виктимности у участников группы:

Аутовиктимные — набравшие высокие баллы по шкале опросника игровая роль жертвы (Участники 3, 4 и 5);

Виктимные — высокие показатели по шкале социальная роль жертвы (Участник 2);

Гипервиктимные – высокие показатели по обеим шкалам опросника (Участник 1).

Стоит так же упомянуть об общем балле виктимности, который вычислялся из суммы показателей социальной и игровой ролей. Если сумма баллов социальной и игровой роли равна промежутку от 28 до 55 – это означает, что общий балл виктимности в пределах среднего – выше среднего

уровней. В случае превышении разметки в 55 баллов, речь идет о высоком и очень высоком уровне общей виктимности.

Как можно заметить, на этапе начала группового консультирования, общий уровень виктимности участников был не ниже средней отметки.

По завершении программы группового консультирования было проведено повторное тестирование участников, его результаты можно увидеть на рисунке 9.

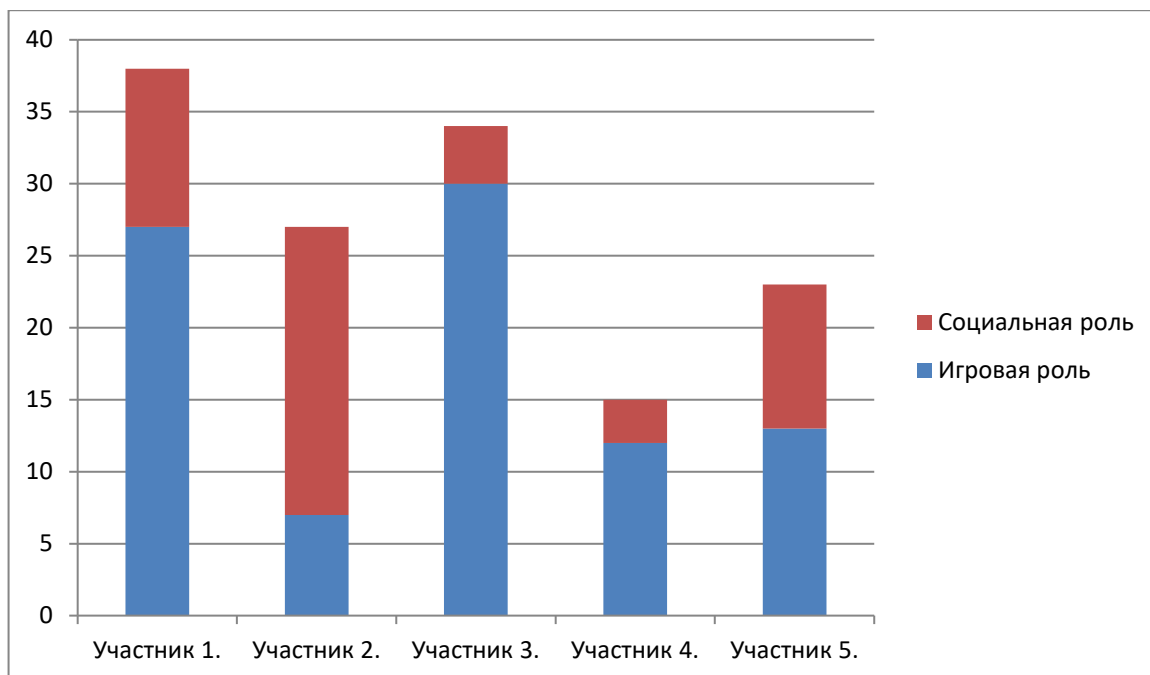


Рисунок 9. Результаты повторного тестирования по опроснику «Ролевой виктимности»

После прохождения программы группового консультирования картина изменилась и теперь общий уровень виктимности у членов группы, был не выше среднего уровня, а в трех случаях из пяти имел низкие значения.

Методика диагностики уровня субъективного контроля Дж. Роттера использовалась нами вместо методики диагностики ответственности В.П. Прядеина, которую мы использовали при проведении исследования ролевого виктимного поведения. Причиной замены методики, стал более расширенный потенциал методики Дж. Роттера, благодаря которому мы смогли не только в общих чертах судить об уровне ответственности, но и проследить в каких

сферах участник группы склонен контролировать себя и брать на себя ответственность.

Перед началом программы группового консультирования все участники прошли диагностику субъективного контроля, и в ходе интерпретации результатов мы получили определенную информацию.

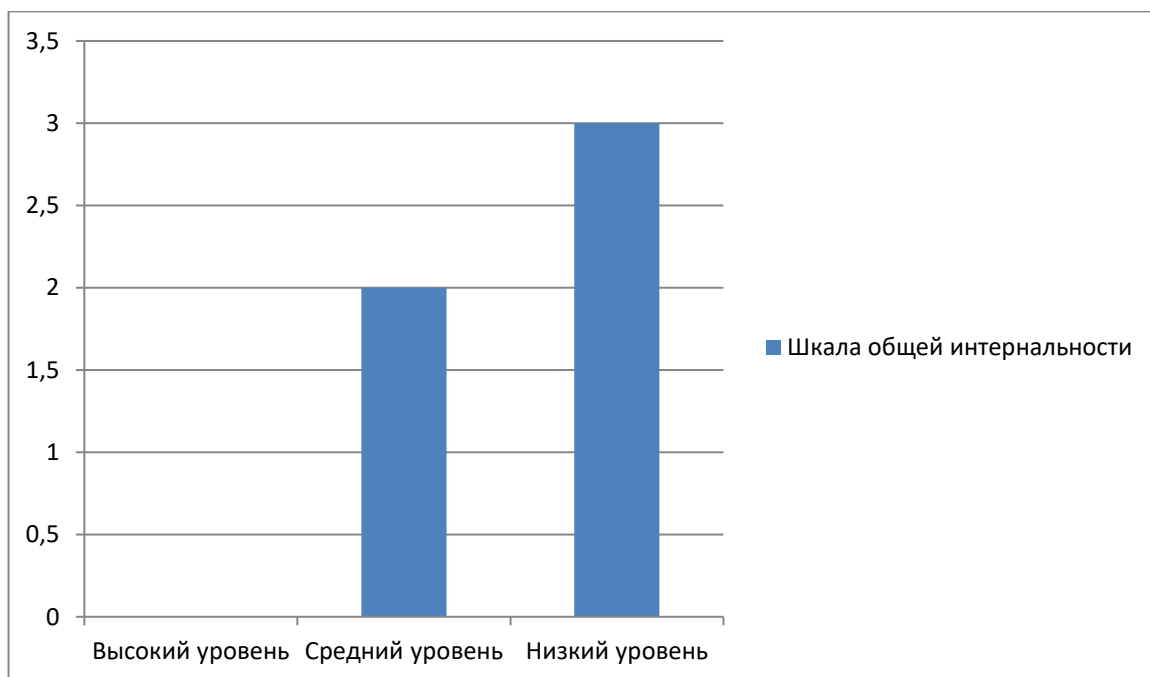


Рисунок 10. Результаты диагностики до прохождения программы

Основной фокус при исследовании был направлен на шкалу общей интернальности, которая позволяет увидеть уровень субъективного контроля над любыми значимыми для человека ситуациями. Иными словами, ощущение человеком ответственности за свою жизнь и события, происходящие в ней. Как можно увидеть на гистограмме, изначально, высоких показателей общей интернальности в группе не было, что свидетельствовало о том, что участники консультирования изначально не стремились нести всю ответственность за себя и свою жизнь. Однако это изменилось после проведения программы группового консультирования.

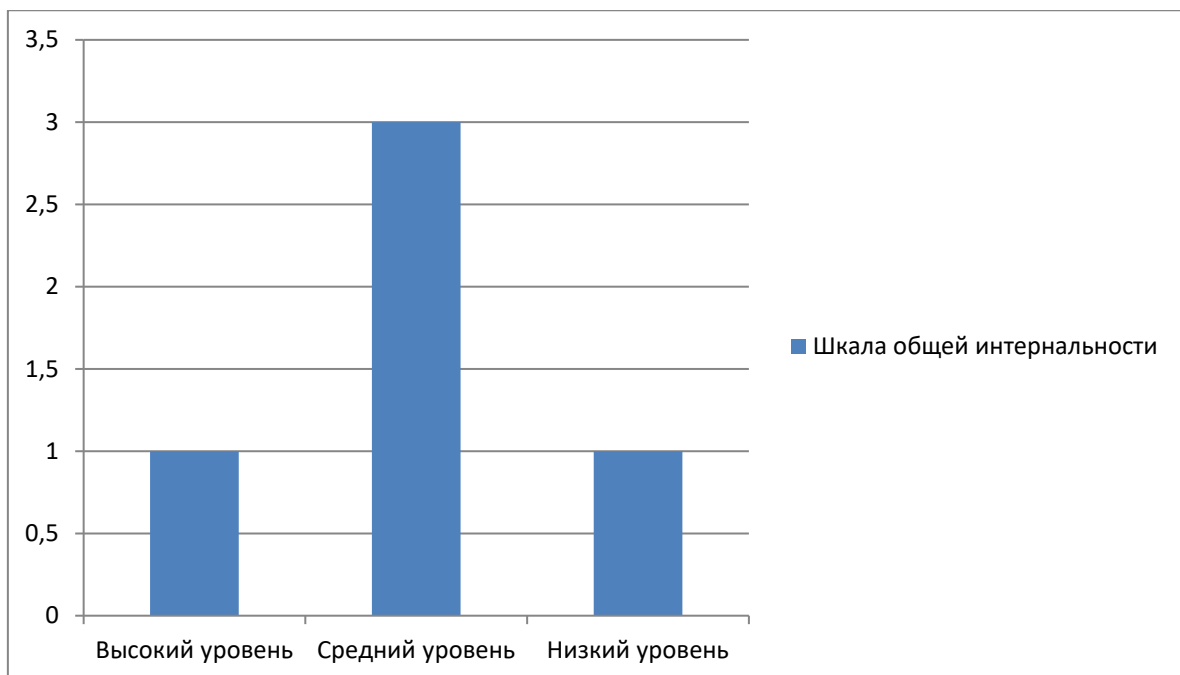


Рисунок 11. Результаты диагностики после прохождения программы

После программы, общая интернальность группы возросла. Это можно заметить по появлению высокого уровня и увеличению численности среднего уровня интернальности. Даже у того участника, интернальность которого осталась на низком уровне, при рассмотрении не интерпретированных стен, можно заметить, что имеется положительная динамика изменений.

По итогам анализа программы профилактики ролевого виктимного поведения, мы можем сказать, что у 40% (2) участников группового консультирования показатель ролевого виктимного поведения снизился до минимального, а у 60% (3) участников до среднего.

В целом, при проведении программы, по обратной связи от участников мы смогли выявить положительную динамику изменений. Так участники к концу программы стали более ответственно подходить к ситуациям выбора, и социального взаимодействия. На начальных этапах реализации программы несколько раз были встречены сопротивления именно в сфере ответственности, однако они подверглись обсуждению в группе и в дальнейшем не появлялись вновь. Так же мы столкнулись с детскими травмами на этапе проработки потребностей, и в качестве рекомендаций предложили некоторым участникам пройти индивидуальное

консультирование по выявленной проблеме, в то же время в ходе групповой консультации имеющим психотравмы была оказана поддержка, что послужило отличным опытом для группы.

Исходя из полученных данных, мы можем заключить, что программа профилактики ролевого виктимного поведения выполнила поставленные задачи и показала свою эффективность при работе с группой.

Выводы по 2 главе

На этапе исследования нами было обнаружено следующее:

1. На основе анализа научной литературы нами были выделены критерии ролевого виктимного поведения: поведенческий, мотивационный, личностный.

На основе выдвинутых критериев и их характеристик, мы подобрали наиболее соответствующие нашим целям методики. По итогу, в список проводимых в ходе исследования методик вошли: методика диагностики манипулятивного отношения (по шкале Т. Банта), методика «Склонность к виктимному поведению» О.О. Андронниковой, методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей (метод парных сравнений В.В. Скворцова) и методика диагностики ответственности - Тест «экспресс-диагностика ответственность» В.П. Прядина.

Проанализировав полученные результаты исследования, мы можем увидеть, что среди двадцати испытуемых двенадцать человек (60%) подходят под критерий среднего уровня ролевого виктимного поведения, три человека (15%) имеют высокий уровень ролевого виктимного поведения и пять человек (25%) имея низкий параметр ролевого виктимного поведения – по сути, не являются виктимами. Участники исследования в большей степени находятся в норме – то есть не проявляют виктимного поведения. Однако в частных случаях, среди испытуемых были замечены и склонные к зависимому поведению, и склонные к саморазрушению, и к гиперсоциальному поведению.

2. После проведенного констатирующего среза нами была составлена программа группового психологического консультирования. В своей программе мы решили подойти к профилактике в первую очередь со стороны личности, её потребностей и особенностей. Таким образом, наша работа в групповом консультировании опирается на те же критерии, которые мы выделили ранее, а именно: «ответственность», «потребности» и «манипуляции» (манипуляции в этом случае как раз выступают стилем

поведения виктимов). При работе над программой мы учли особенности личности виктима и сконцентрировались на создании условий для принятия клиентами ответственности как за свои действия и эмоции, так и за свои потребности. Цель программы: профилактика ролевого виктимного поведения у молодых людей. Также были сформулированы задачи программы. Форма работы: тренинг. Целевая аудитория: программа группового консультирования предназначена для молодых людей от 18 до 35 лет, в независимости от половой принадлежности. Общее количество занятий: 6 занятий продолжительностью примерно 60 минут (для небольшой группы) каждое.

3. По итогам программы удалось довести показатель удовлетворенности социальных потребностей до полного удовлетворения у 80% человек, а потребность в безопасности полностью удовлетворилась у 60% участников консультирования. В то же время, процент частичной удовлетворенности потребностей по итогам программы составил 20% для социальной и 40% для потребности в безопасности соответственно.

На этапе начала группового консультирования, общий уровень ролевого виктимного поведения участников был не ниже средней отметки. После прохождения программы группового консультирования картина изменилась и теперь общий уровень ролевого виктимного поведения у членов группы, находится не выше среднего уровня, а в трех случаях из пяти имеет низкие значения.

После завершения программы, общая интернальность группы возросла. Это можно заметить по появлению высокого уровня и увеличению численности среднего уровня интернальности. Даже у того участника, интернальность которого осталась на низком уровне, при рассмотрении не интерпритированных стен, можно заметить, что имеется положительная динамика изменений.

По итогам анализа программы профилактики ролевого виктимного поведения, мы можем сказать, что у 40% (2) участников группового

консультирования показатель ролевого виктимного поведения снизился до минимального, а у 60% (3) участников до среднего. Исходя из чего, следует, что программа показала свою эффективность при работе с группой.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Виктимность представляет собой свойство личности, из-за которого у человека появляется предрасположенность становиться жертвой в различных социальных ситуациях, формируется дезадаптивное поведение и дефицит таких качеств как социальная активность, ответственность и самостоятельность. Виктимность, как свойство личности, так же предполагает демонстрацию виктимом особого поведения, связанного с принятием определенной роли жертвы. Такое поведение называется ролевым виктимным поведением. Ролевое виктимное поведение, это поведение для которой характерно минимальное сопротивление в случае нарушения личных границ, уклонение от позиции субъекта жизнедеятельности и ответственности, использование манипуляций для удовлетворения своих потребностей. Среди своих потребностей, виктим зачастую испытывает неудовлетворенность в безопасности, внимании и любви. Виктимность и ролевое виктимное поведение рассматривается в различных направлениях психологии и смежных с ней отраслях, как например юридическая психология, виктимология, социальная психология и косвенно упоминания о виктимах можно встретить в философии.

2. Предпосылки к реализации виктимности, закладываются еще в детстве. Среди них можно выделить нарушения базового доверия к миру, которое приводит к страхам и тревожности и может в дальнейшем привести к зависимости от других людей, способных обеспечить безопасность для виктима, фрустрацию потребности в любви со стороны родителей или значимых взрослых. Причиной фиксации на ролевом виктимном поведении, не редко выступает легкость в удовлетворении потребностей и снятие с себя ответственности по средствам «игры в жертву». Играя роль несамостоятельного, слабого и постоянно притесняемого человека, ребенок может с раннего детства, принять подобный тип поведения как рабочую схему

для достижения своих целей. Данные неудовлетворенности могут быть сформированы ещё в детстве, из-за особенностей воспитания в семье.

3. В рамках исследовательской работы были выделены критерии, характеризующие степень для измерения проявлений ролевого виктимного поведения: мотивационный, поведенческий и личностный. В проведенном исследовании нами был использован следующий диагностический комплекс: методика диагностики манипулятивного отношения (по шкале Т. Банта), методика «Склонность к виктимному поведению» О.О. Андронниковой, методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей (Метод парных сравнений В.В. Скворцова) и методика диагностики ответственности - тест «экспресс–диагностика ответственности» В.П. Прядеина.

4. На основании проведенного нами исследования, мы выяснили что, у молодежи на момент проведения исследования преобладает средний уровень ролевой виктимности, что означает ситуативную ответственность в вопросах поведения и собственной жизни, склонность к использованию манипуляции и ряд частично удовлетворенных потребностей, в число которых входят потребность в безопасности и социальные потребности, такие как любовь и внимание.

5. Анализ полученных результатов исследования позволил нам разработать программу профилактики ролевого виктимного поведения. Целью программы была профилактика ролевого виктимного поведения, которая достигалась формированием ответственного поведения, проработкой удовлетворения потребностей и отработкой новых способов поведения. Групповая работа в рамках программы разделена на 5 разделов, три из которых связаны с исследуемыми нами ранее критериями: Знакомство, Ответственность, Потребности, Манипуляция и Завершение. Общее количество занятий: 6 занятий продолжительностью примерно 60 минут (для небольшой группы) каждое. В процессе психологического консультирования мы успешно реализовали предложенную программу группового

консультирования. Анализ процесса консультаций показал положительную динамику в изменении ролевого виктимного поведения участников программы, и вследствие этого подтверждает, что программа выполняет поставленные задачи и может быть использована для профилактики ролевого виктимного поведения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Алишев Б.С. Фундаментальные социальные установки и их соотношение // Ученые записки Казанского государственного университета. В 149 т. Сер. Гуманитарные науки. 2007. С.46-60.
2. Андронникова О.О. Основные характеристики подростков с самоповреждающим поведением // Вестник Томск. гос. ун-та. № 9 (187). 2009. С. 120-126.
3. Андронникова О.О. Психологические факторы возникновения виктимного поведения подростков. Новосиб. гос. пед. ун-т., 2005. 20 с.
4. Баймешова А.Б Биктина Н.Н. О профилактике виктимной личности юношеского возраста. Вестник магистратуры. 2015. № 6-1 (45). С. 109 – 113.
5. Батай Ж. Проклятая часть: Сакральная социология. М.: Ладомир, 2006. 742 с.
6. Берн Э.М.Д. Игры в которые играют люди / Eric Berne, M. D. GAMES PEOPLE PLAY /The Psychology of Human Relationships. 1964. 216 с.
7. Боулби Д. Привязанность. М.: Гардарики, 2003. 477с
8. Варчук, Т.В. Вишневецкий К.В. Виктимология: учебное пособие. 2 изд. М.: ЮНИТИ, 2015. 191 с.
9. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Смысл; Эксмо, 2005. 1136 с.
10. Головин С.Ю. Словарь практического психолога. Мин.: Харвест. 1998. 800 с.
11. Горбачевич К.С. Словарь современного русского литературного языка. В 17т. СПб.: Наука, 2014. 2126 с.
12. Гритчина М.Д. Апробация программы профилактики ролевого виктимного поведения в рамках группового консультирования// Гритчина М.Д., Гордиенко Е.В.// Молодой ученый. — 2021. — № 22 (364). — С. 432-435. [URL:<https://moluch.ru/archive/364/81520/>]

13. Гритчина М.Д. Исследование проявлений виктимности у молодежи / Гритчина М.Д., Гордиенко Е.В. / German international journal №7 vol.2, Artmedia 24, Industriestrasse 8,74589 Satteldorf, Germany. April, 2021. [URL: <https://dizzw.com/en/%e2%84%967-april-2021/>]
14. Доценко Е.Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. М.: ЧеРо Издательство МГУ, 1997. 344 с.
15. Дубровина И.В., Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Вохмянина Т.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / под ред. И. В. Дубровиной. М.: Изд. центр «Академия», 1998. 160 с.
16. Жирар Р. Насилие и священное. М.: Новое литературное обозрение. 2010. 448 с.
17. Ильин В.В., Разумов А.Е. Догматизм теории — дефицит ответственности. Философия и некоторые уроки прошлого. // Коммунист. 1988. № 12. С. 60—72.
18. Ильин Е.П. «Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень» СПб.: Издательский дом "Питер", 2011 г. 224 с.
19. Ильин В.С. Наука будущего: гносеологический анализ // Вестн. Моск. ун-та. Сер.7, Философия. 1985. №5. С 14-19.
20. Карабанова О.А. Возрастная психология. М.: Айрис-пресс, 2005. 238 с.
21. Карпенко Л.А. Краткий психологический словарь / сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1985. 431 с.
22. Колесникова, Г.И. Основы психопрофилактики и психокоррекции. М.: Феникс. 2005. 192 с.
23. Леонтьев Д.А. Потребность. Большая российская энциклопедия: [в 35 т.] / гл. ред. Осипов Ю.С. М.: Большая российская энциклопедия. 2004—2017. 799 с.
24. Малкина-Пых И.Г. Психология поведения жертвы. М.: Эксмо, 2010. 1008 с.

25. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. СПб.: Питер. 2008. 352 с.
26. Москаленко В.Д. Зависимость. Семейная болезнь. М.: Институт консультирования и системных решений. 2014 г. 352 с.
27. Мосс М., Юбер А. Социальные функции священного. Очерк о природе и функциях жертвоприношения. / пер. Утехина Е.В. СПб.: Евразия. 2000 г. 448 с.
28. Мудрик А.В. Человек - объект, субъект и жертва социализации // Известия РАО. 2008. № 8. С. 48-57.
29. Одинцова М.А. Позитивные эффекты отрицательной значимости другого. Социальная психология малых групп: материалы II Всероссийской научно-практической конференции, посвященной памяти профессора А.В.Петровского (г. Москва: 25 – 26 октября 2011 г.) отв. Ред. М.Ю. Кондратьев. М.: МГППУ. 2011. С. 183 – 187.
30. Одинцова М.А. Типы поведения жертвы. Опросник ролевой виктимности. Самара: Бахрах. 2013. 160 с.
31. Петровский А.В. Трехфакторная модель значимого другого. Вопросы психологии. 1991. № 1. С. 7-18.
32. Реан А.А. Психология личности. СПб.: Питер. 2013. 288 с.
33. Ривман Д.В. Криминальная виктимология. СПб.: Питер. 2002. 304 с.
34. Ривман Д.В., Устинов В.С. Виктимология СПб.: Юрид. центр Пресс. 2000. 332 с.
35. Руденский Е.В. Деформация Я-концепции как предмет социально-педагогической виктимологии (опыт экспериментального исследования). Новосибирск: СибПСИ. 2000. 59 с.
36. Руденский Е.В. Социально-психологическая виктимология личности как психотехническая система социальной терапии виктимной личности. Сибирский педагогический журнал. 2013. № 3. С. 162-166.
37. Рыжова Н.И., Громова О.Н. Виктимологическая профилактика и защита как основа профессиональной виктимологической подготовки. Мир науки, культуры, образования. 2015. № 1 (50). С. 8 – 13

38. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъективности: учеб. пособие для вузов. М.: Школа-Пресс. 1995. 384 с.
39. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Гозмана Л.Я. и Леонтьева Д.А. М.: Прогресс, 1990. 368с:
40. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. М.: Прогресс, 1994. 478 с.
41. Христенко В.Е. Психология поведения жертвы: учебное пособие Ростов н/Д.: Феникс. 2004. 416 с.
42. Шанина Г.Е. Психогигиена и психопрофилактика. М.: Логос. 2013. 184 с.
43. Шишкоедов П.Н. «Общая психология». М.: Эксмо. 2009. 284 с.
44. Шорохова, О.А. Созависимость. Жизненные ловушки зависимости и созависимости. СПб.: Речь. 2002. С. 6-16
45. Шостром Э. Анти-Карнеги, или Человек-манипулятор / Пер. с англ. А. Малышевой. Мн.: Полифакт. 1992. 128 с.
46. Эриксон Э.Г. Детство и общество / пер. и науч. ред. А. А. Алексеев. СПб.: Летний сад, 2000. 416 с.
47. Яценко Т.Е., Лушкевич Т.И. Ориентация виктимных подростков на образ «значимого Другого» как условие их девиктимизации. Адукацыя і выхаванне. 2016. № 10. С. 26-32.
48. Karpman S.B. Fairy tales and script drama analysis, Transactional analysis bulletin, 1968, V.7, № 26, P.39-43

Приложения

Диагностика манипулятивного отношения (по шкале Банта)

Инструкция:

Внимательно прочитайте (прослушайте) суждения опросника. Варианты ответов по всем суждениям даны на специальном бланке. Если вы считаете, что суждение верно и соответствует вашему представлению о себе и других людях, то в бланке ответов напротив номера суждения отметьте степень вашего согласия с ним, используя предложенную шкалу: 5 – практически всегда; 4 – часто; 3 – иногда; 2 – случайно; 1 – очень редко.

Текст опросника:

1. Большинство людей ответят грубостью на грубость.
2. Большинство людей не верят во что-либо новое до тех пор, пока не испытают это на себе.
3. Тот, кто полностью доверяет другим людям, часто находится в затруднительном положении.
4. Большинство людей работают в полную силу только в том случае, если их заставляют это делать.
5. Даже самые отвратительные преступники имеют хоть капелючку приличия.
6. Каждый нормальный человек будет бороться за то, что важно для него, даже если это будет стоить ему рабочего места (не задумываясь о последствиях).
7. Большинство людей не задумываются о том, что для них плохо, а что хорошо.
8. Некоторые самые блестящие люди обладают самыми отвратительными пороками.
9. Большинство людей намного легче забывают смерть своих родителей, чем потерю собственности.
10. Многие люди любят похвалиться, когда для этого нет достаточных оснований.

11. Большинству людей нравится преодолевать сложные ситуации.
12. Большинство людей отличаются храбростью.
13. Природа так создала человека, что он способен достичь меньше того, чем ему хотелось бы.
14. Самая большая разница между преступниками и другими людьми заключается в том, что преступники были настолько глупы, что дали себя поймать.
15. Наилучший способ поладить с людьми – говорить им то, что они хотели бы услышать.
16. Более безопасно помнить о том, что люди имеют пороки, которые проявляются в самых неожиданных ситуациях.
17. По природе своей люди добры.
18. Неверно считать, что в мире каждую минуту рождаются подлецы.
19. Для человеческой природы характерно поступать только с выгодой для себя.
20. Большинство людей удовлетворяются тем, что похоже на правду, но не является таковой.

Методика «Склонность к виктимному поведению» О.О. Андронниковой

Инструкция для испытуемого: Вам предлагается ряд утверждений, каждое касается особенностей Вашего характера, Вашей личности, Вашего поведения, отдельных поступков, отношения к людям, взглядов на жизнь и т. п. Если Вы считаете, что утверждение верно по отношению к Вам, то дайте ответ «Да», в противном случае — «Нет». Свой ответ зафиксируйте в имеющемся у Вас ответном листе, поставив крестик в клеточку, соответствующую номеру утверждения в вопроснике и виду Вашего ответа. Ответы необходимо дать на все вопросы.

Не существует «верных» и «неверных» ответов, так как каждый прав по отношению к своим собственным взглядам. Постарайтесь отвечать точно и правдиво.

Не нужно долго размышлять над каждым вопросом, старайтесь как можно быстрее решить, какой из двух ответов, пусть весьма относительно, но все-таки ближе к истине. Вас не должно смущать, что некоторые из вопросов кажутся слишком личными, поскольку исследование не предусматривает анализа каждого вопроса и ответа, а опирается лишь на количество ответов одного и другого вида. Кроме того, Вы должны знать, что результаты индивидуально-психологических исследований, как и медицинских, не подлежат широкому обсуждению.

Текст опросника:

1. Я считаю, что в моей жизни неприятных событий происходит больше, чем у других.
2. Если я попадаю в неприятное положение, то мне лучше всего не сопротивляться и держать язык за зубами.
3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.
4. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.

5. Даже если бы за опасную работу хорошо заплатили, я не взялся бы за ее выполнение.
6. Если меня обидели, то я обязательно должен отплатить за это.
7. Если бы другие люди не мешали мне, я добился бы гораздо большего.
8. У меня никогда не было неприятностей из-за моего поведения, связанного с половой жизнью.
9. Временами мне хочется ломать вещи, бить посуду.
10. У меня бывали такие периоды, тянувшиеся дни, недели или даже месяцы, когда я не мог ни за что взяться, так как не мог включиться в работу.
11. Я не всегда говорю правду.
12. В более раннем возрасте меня выгоняли из школы за плохое поведение.
13. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.
14. Временами я так настаиваю на своем, что окружающие теряют терпение.
15. Другие мне кажутся счастливее меня.
16. Думаю, что многие люди преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.
17. Думаю, мне понравилась бы работа, связанная с защитой слабых и обездоленных.
18. Меня трудно переубедить.
19. Мне приходится так много заботиться о близких людях, что на заботу о себе времени зачастую не хватает.
20. Я навряд ли добьюсь в своей жизни чего-то действительно стоящего.
21. Мне регулярно делают больно окружающие меня люди.
22. Я не сержусь, когда надо мной посмеиваются.
23. Я считаю, что большинство людей способно солгать, если это в их интересах.

24. Я редко совершаю поступки, о которых потом сожалею (больше и чаще, чем другие).

25. Я очень редко ссорюсь с членами моей семьи.

26. Я не могу отбросить некоторые условности даже ради получения удовольствия.

27. Большую часть времени у меня такое чувство, как будто я сделал что-то плохое или злое.

28. Большую часть времени я чувствую себя счастливым.

29. Некоторые люди так любят командовать, что мне хочется все сделать наоборот, даже если я знаю, что они правы.

30. Если кто-то нарушает правила, я возмущаюсь.

31. Я никогда не шел на опасное дело ради сильных впечатлений.

32. Я получаю больше удовольствия от игры или скачек, если не держу пари.

33. В школе меня никогда не вызывали к директору за озорство.

34. Мои манеры за столом в гостях лучше, чем у себя дома.

35. Я считаю, что большинство людей ради выгоды скорее поступят нечестно, чем упустят случай.

36. Мое поведение в значительной мере определяется правилами и привычками окружающих меня людей.

37. Я предпочитаю решение конфликтов без применения силы.

38. Я бываю возмущен и раздражен, когда приходится признать, что меня умело провели.

39. Мне безразлично, что обо мне говорят другие.

40. Если бы в наше время проводились бои гладиаторов, то я бы непременно в них поучаствовал.

41. Я умею отказывать людям, которые просят меня об одолжении.

42. Мне трудно поддерживать разговор с людьми, с которыми я только что познакомился.

43. Я не могу прекратить ситуацию, даже если чувствую себя неловко и напряженно.

44. Терпеть боль всем назло бывает даже приятно.

45. Человек должен иметь право выпить столько, сколько захочет.

46. Если я в детстве нехорошо вел себя, то меня наказывали.

47. Я мог бы выполнять работу, связанную с уходом за больными или умирающими.

48. Я всегда сразу замечаю, если ситуация становится опасной.

49. Я наметил себе жизненную программу, основанную на чувстве долга и ответственности, и стараюсь ее выполнять.

50. Иногда я не уступаю людям не потому, что дело действительно важное, а просто из принципа.

51. Верно утверждение, что если детей не бить, то толку из них не получится.

52. Мои родители никогда не наказывали меня физически.

53. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.

54. Меня чаще, чем других, обзывали в школе.

55. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.

56. Когда я попадаю в неприятную ситуацию, то надеюсь только на свои силы.

57. Я уверен, что того, кто совершает злые поступки, в будущем ожидает кара.

58. Я могу дружелюбно относиться к людям, поступки которых я не одобряю.

59. Я готов простить грубость моему партнеру, если у меня есть надежда, что это не повторится.

60. Безопаснее никому не доверять.

61. Бывает, что я провожу вечер в компании малознакомых мне людей.

62. Я регулярно попадаю в неприятные ситуации.
63. Иногда у меня такое настроение, что я готов первым начать драку.
64. Я иногда нарушаю закон или установленные правила.
65. Я не рискнул бы прыгать с парашютом.
66. Большинству людей не нравится поступаться своими интересами ради других.
67. Я легко теряю терпение.
68. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.
69. Меня очень трудно разозлить.
70. Люди часто разочаровывают меня.
71. У меня бывает такое чувство, что трудностей слишком много и нет смысла пытаться их преодолеть.
72. Меня трудно рассердить.
73. Вполне можно обойти закон, если вы этим его по существу не преступаете.
74. Я пью алкогольные напитки умеренно (или совсем не пью).
75. Я часто встречал людей, завидовавших моим идеям только потому, что они пришли в голову не им первым.
76. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам.
77. Мне больше нравится работать с руководителем, дающим строгие четкие указания, чем с руководителем, предоставляющим большую свободу.
78. Если кто-то затевает интересное, пусть и опасное дело, я его поддерживаю.
79. Я редко даю сдачу, когда меня бьют.
80. Если по отношению ко мне кто-то поступает несправедливо, то я желаю ему настоящего наказания.
81. Я верю, что за зло можно отплатить добром, и действую в соответствии с этим.
82. Каждый ребенок знает, что добро должно быть с кулаками.

83. Я предпочитаю не общаться со сверстниками, так как они обижают меня.

84. Я никогда не вступаю в уличный конфликт, чтобы заступиться за того, кого обижают.

85. Вредное воздействие алкоголя и табака на человека сильно преувеличивают.

86. Собака, которая не слушается, заслуживает, чтобы ее ударили.

Метод парных сравнений В.В. Скворцова

Инструкция: Перед вами 15 утверждений, которые вы должны оценить, попарно сравнивая их между собой.

Сначала оцените 1-е утверждение со 2-ым, 3-им и т.д. и результат впишите в 1-ю колонку. Так, если при сравнении первого утверждения со вторым, предпочтительным для себя вы сочтете второе, то в начальную клеточку впишите цифру 2. Если же предпочтительным окажется первое утверждение, то впишите цифру 1. Затем то же самое проделайте со вторым утверждением, сравните его сначала с 3-им, потом с 4-ым и т.д., и вписывайте результат во вторую колонку. Подобным же образом работайте с остальными утверждениями, постепенно заполняя весь бланк.

Во время работы полезно к каждому утверждению вслух проговорить фразу: «Я хочу...»

Текст опросника:

1. Добиться признания и уважения.
2. Иметь теплые отношения с людьми.
3. Обеспечить себе будущее.
4. Зарабатывать на жизнь.
5. Иметь хороших собеседников.
6. Упрочить свое положение.
7. Развивать свои силы и способности.
8. Обеспечить себе материальный комфорт.
9. Повышать уровень мастерства и компетентности.
10. Избегать неприятностей.
11. Стремиться к новому и неизведанному.
12. Обеспечить себе положение влияния.
13. Покупать хорошие вещи.
14. Заниматься делом, требующим полной отдачи.
15. Быть понятым другими.

Методика диагностики ответственности В.П. Прядеина

Инструкция: В бланке для ответов после номеров соответствующих утверждений поставьте:

7 баллов – если Ваш ответ, безусловно, утвердительный, «безусловно да»; 6 баллов – «да»; 5 баллов – «возможно да»; 4 балла – ответ нейтральный (прибегать в исключительных случаях); 3 балла – «возможно нет»; 2 балла – «нет»; 1 балл – «безусловно нет».

Текст опросника:

1. Я тщательно взвешиваю свои возможности, прежде чем принять то или иное решение.
2. Считаю, что за все свои действия и поступки человек должен отвечать.
3. При выполнении коллективных поручений я предпочитаю быть простым исполнителем.
4. После совершения неблагоприятного поступка меня долго мучает совесть.
5. Данные мною обещания я всегда выполняю.
6. Я предпочитаю не браться за слишком серьезные дела.
7. Среди многих моих товарищей я отличаюсь более ответственным отношением к делу.
8. Мне подходят те профессии, которые требуют большой ответственности и самостоятельности принимаемых решений.
9. Важные дела и ответственные поручения лучше выполнять вместе с другими.
10. Я очень серьезно отношусь к общественным поручениям.
11. Я прилагаю все свои усилия, чтобы закончить начатое дело.
12. Бывало, что за мои поступки отвечали другие.

Результаты исследования «Шкала склонности к манипуляции Банта»

Имя Ф.	Баллы	Показатель склонности к манипуляции
Юлия Ш.	65.	Средний показатель тенденция вверх.
Алексей Ж.	70.	Средний показатель тенденция вверх.
Яна П.	70.	Средний показатель тенденция вверх.
Марина Б.	57.	Средний показатель тенденция вниз
Сергей Н.	71.	Средний показатель тенденция вверх.
Юля Ж.	62.	Средний показатель тенденция вверх.
Иван М.	71.	Средний показатель тенденция вверх.
Елена Р.	58.	Средний показатель тенденция вниз
Дарья Б.	63.	Средний показатель тенденция вверх.
Елизавета П.	56.	Средний показатель тенденция вниз
Анастасия М.	65.	Средний показатель тенденция вверх.
Валерия Т.	61.	Средний показатель тенденция вверх
Яна Пр.	69.	Средний показатель тенденция вверх
Владимир К.	61.	Средний показатель тенденция вверх
Мария А.	65.	Средний показатель тенденция вверх.
Денис Л.	49.	Средний показатель тенденция вниз
Александра К.	68.	Средний показатель тенденция вверх
Ольга Г.	69.	Средний показатель тенденция вверх.
Андрей Д.	67.	Средний показатель тенденция вверх.
Тарас Д.	70.	Средний показатель тенденция вверх.

Результаты исследования «Методика диагностики виктимного поведения»

Андронниковой О.О

Имя Ф.	Шкала социально желательности	Шкала склонности к агрессивному поведению	Шкала склонности к самоповреждающему поведению	Шкала склонности к гиперсоциальному поведению	Шкала склонности к зависимому поведению	Шкала склонности к некритичному поведению	Шкала реализованной виктимности
Юлия Ш.	Норма	Норма	Выше нормы	Норма	Норма	Норма	Норма
Алексей Ж.	Норма	Норма	Норма	Выше нормы	Ниже нормы	Норма	Ниже нормы
Яна П.	Норма	Норма	Ниже нормы	Выше нормы	Норма	Норма	Норма
Марина Б.	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма
Сергей Н.	Норма	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы	Норма	Ниже нормы
Юля Ж.	Норма	Норма	Норма	Выше нормы	Норма	Ниже нормы.	Норма
Иван М.	Норма	Норма	Ниже нормы	Ниже нормы	Норма	Норма	Ниже нормы.
Елена Р.	Выше нормы	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма
Дарья Б.	Норма	Норма	Ниже нормы	Норма	Норма	Норма	Ниже нормы
Елизавета П.	Выше нормы	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма
Анастасия М.	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма
Валерия Т.	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы	Норма	Норма	Ниже нормы	Ниже нормы
Яна Пр.	Норма	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы	Норма	Ниже нормы	Ниже нормы
Владимир К.	Норма	Ниже нормы	Норма	Норма	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы
Мария А.	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма
Денис Л.	Норма	Норма	Ниже нормы	Выше нормы	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы
Александра К.	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы	Ниже нормы	Норма	Ниже нормы
Ольга Г.	Норма	Ниже нормы	Выше нормы	Норма	Выше нормы	Выше нормы	Норма
Андрей Д.	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма	Норма
Тарас Д.	Ниже нормы	Выше нормы	Норма	Выше нормы	Норма	Норма	Норма

Результаты исследования «Метод парных сравнений» В.В. Скворцова

Имя Ф.	Потребность в безопасности	Социальные потребности	Материальные потребности	Потребность в принятии	Потребность в самореализации
Юлия Ш.	Удовлетворена частично	Не удовлетворены	Удовлетворена	Удовлетворена	Доминирующая неудовлетворенная потребность
Алексей Ж.	Удовлетворена	Не удовлетворены, доминирующие	Удовлетворена	Удовлетворена	Удовлетворена частично
Яна П.	Не удовлетворена, доминирующая	Удовлетворена	Удовлетворены	Удовлетворены	Не удовлетворена
Марина Б.	Удовлетворена.	Удовлетворена частично	Удовлетворены	Удовлетворена частично	Неудовлетворена доминирующая
Сергей Н.	Доминирующая Удовлетворена частично	Удовлетворена частично	Удовлетворены частично	Удовлетворена частично	Удовлетворена частично
Юля Ж.	Частично удовлетворена	Доминирующая Удовлетворена частично	Удовлетворены частично	Удовлетворена	Не удовлетворена
Иван М.	Не удовлетворена Доминирующая	Удовлетворена частично	Не удовлетворена	Удовлетворена	Удовлетворена
Елена Р.	Частично удовлетворена	Удовлетворена	Неудовлетворены доминирующие	Удовлетворена	Удовлетворена
Дарья Б.	Удовлетворена частично	Удовлетворены	Удовлетворены частично Доминирующие	Удовлетворена	Удовлетворена частично
Елизавета П.	Удовлетворена	Удовлетворена	Не удовлетворены Доминирующие	Удовлетворена	Удовлетворена частично
Анастасия М.	Удовлетворена	Удовлетворена	Удовлетворены	Удовлетворена	Неудовлетворена

					доминирующая
Валерия Т.	Удовлетворена частично	Удовлетворена частично	Неудовлетворены Доминирующие	Удовлетворена частично	Удовлетворена частично
Яна Пр.	Неудовлетворены доминирующие	Удовлетворена частично	Неудовлетворена	Удовлетворена частично	Удовлетворена
Владимир К.	Удовлетворена	Неудовлетворены	Удовлетворена	Удовлетворена	Неудовлетворена доминирующая
Мария А.	Неудовлетворена доминирующая	Удовлетворены частично	Удовлетворена частично	Удовлетворена	Удовлетворена частично
Денис Л.	Неудовлетворена.	Удовлетворены частично.	Неудовлетворена доминирующая	Удовлетворена	Удовлетворена
Александра К.	Удовлетворена частично	Частично удовлетворены	Неудовлетворена доминирующая	Удовлетворена частично	Удовлетворена
Ольга Г.	Частично удовлетворена	Неудовлетворена доминирующая	Удовлетворена	Удовлетворена частично	Удовлетворена.
Андрей Д.	Удовлетворена частично.	Удовлетворены.	Удовлетворена	Неудовлетворена Доминирующая	Удовлетворена
Тарас Д.	Удовлетворена	Удовлетворена	Удовлетворена частично	Удовлетворена	Неудовлетворена Доминирующая.

Результаты исследования «Диагностика ответственности» В.П. Прядина

Имя Ф.	Баллы	Степень проявления ответственности.
Юлия Ш.	67 баллов	Ответственна.
Алексей Ж.	60 баллов	Ответственный.
Яна П.	59 баллов	Ситуативная ответственность
Марина Б.	79. баллов	Ответственна.
Сергей Н.	64. балла	Ответственный
Юля Ж.	59. баллов	Ситуативная ответственность
Иван М.	54. балла	Ситуативная ответственность
Елена Р.	65. баллов	Ответственна.
Дарья Б.	60. баллов	Ответственна.
Елизавета П.	66. баллов	Ответственна.
Анастасия М.	72. балла	ответственна.
Валерия Т.	56. баллов	Ситуативная ответственность.
Яна Пр.	50. баллов	Ситуативная ответственность.
Владимир К.	70. баллов	Ответственный.
Мария А.	44 балла	Ситуативная ответственность.
Денис Л.	57. баллов	Ситуативная ответственность.
Александра К.	72. балла	Ответственна.
Ольга Г.	36. баллов	Безответственна.
Андрей Д.	54. балла	Ситуативная ответственность.
Тарас Д.	61. Балл	Ответственный.

**Программа профилактики ролевого виктимного поведения в
групповом консультировании**

Занятие 1. Знакомство

Приветствие

Цель: Знакомство группы.

Время: 10 -15 минут

Инструкция:

Каждый из участников группы по очереди называет свое имя, а также коротко рассказывает о себе (возраст, сфера деятельности, семья, увлечения).

Обсуждение правил группы

Ведущий объявляет группе правила, которые будут действовать на их собраниях, а именно: «Не опаздывать», «Говорить только за себя», «Не перебивать», «Отключать телефоны». Участникам предоставляется возможность предложить свои правила.

Мини-лекция «Виктим»

Цель: сформировать единое понятийное поле и обозначить основное направление в дальнейшей работе группы.

1. Приведение определения и характеристик.
2. Пояснение за Драматический треугольник.
3. Описание Типологии Виктимов.

Упражнение «Меняемся местами»

Цель: разгрузка участников.

Время: 15-20 минут.

Инструкция:

Участники сидят в кругу, один стул убирается. Ведущий называет качество, которым могут обладать участники (пример: Поменяйтесь те, у кого голубые глаза/ Поменяйтесь те, кто любит читать книги), участники и ведущий меняются и следующим ведущим становится тот кому не досталось места.

Опросник «Ролевой виктимности» (М.А. Одинцова, Н.П. Радчикова)

Цель: установить уровень ролевой виктимности участников консультирования.

Время: 30 минут

Опросник ролевой виктимности предназначен для выявления предрасположенности индивида продуцировать в жизни тот или иной тип поведения жертвы, выражающийся социальной или игровой ролях. Он является инструментом для анализа латентной виктимности, проявляющейся не только в трудных жизненных ситуациях, но и в повседневной жизни. Опросник состоит из 32 вопросов.

Инструкция: Вам предлагается ответить на вопросы методики, описав себя и свое поведение таким, каково оно есть на самом деле. Первый ответ, который приходит в голову – самый верный. Ваши ответы будут храниться в строгой секретности. Отвечайте на вопросы честно – это поможет Вам больше узнать себя.

После чего производится подсчет баллов по каждому утверждению.

0 баллов – ответы «Нет»,

1 балл – ответы «Скорее нет, чем да»,

2 балла – ответы «Скорее да, чем нет»,

3 балла – ответы «Да»

Прощание

Выдача домашнего задания: «Принятие ответственности за свои эмоции и чувства», «Принятие ответственности на себя»

«Снежный ком»

Цель: запоминание имен группы.

Время: 5-7 минут.

Инструкция:

Первый участник по очереди называет свое имя и прилагательное описывающее его, которое начинается на ту же букву что и его имя. Пример: Лара – ласковая, Алексей- активный, Маша – мечтательная. Каждый следующий участник должен назвать имя и прилагательное всех предыдущих высказавшихся и после этого назвать свои.

Проверка Д/З:

«Принятие ответственности за свои эмоции и чувства»

Цель: Исследование механизма принятия ответственности.

Время: 10 минут.

Процедура. Отмечайте в течение недели все случаи и когда вы обвиняете других в чем-либо, и когда вы восхищаетесь другими.

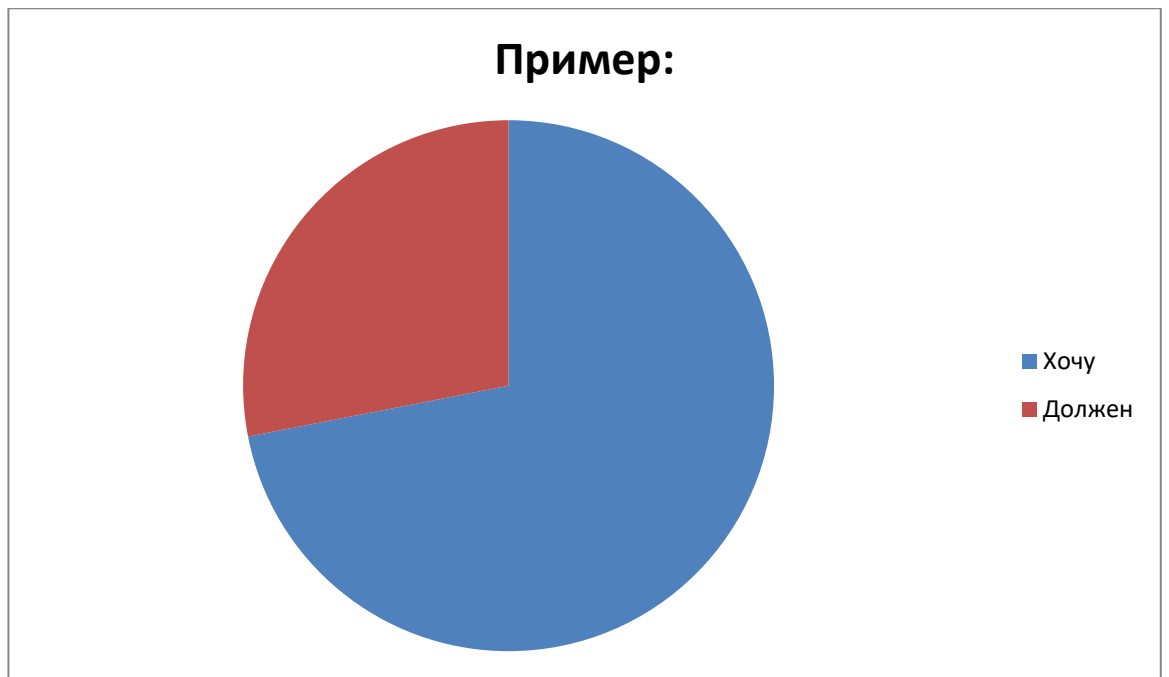
Обсуждение. Что есть общего в этих случаях, какие имеются различия?

«Принятие ответственности на себя»

Цель: Развитие чувства ответственности за свои поступки, проявления себя.

Время: 10 минут.

Процедура. В течение времени до следующего занятия проанализируйте свое общение с коллегами, подчиненными, руководством и наедине с собой. Постарайтесь определить, когда ваше поведение выразилось словами «Я должен...», а когда «Я хочу...». Составьте диаграмму.



Обсуждение. Причиной каждого невротического акта является неспособность индивидуума принять ответственность за свое я. Смысл упражнения заключается в понимании своей авторской позиции и творческой роли в общении с другими людьми и ответственности за собственные действия.

Выдача результатов опросника «ролевой виктимности»

«Попробую — сделаю»

Цель. Мобилизация ответственности.

Время: 20 минут.

Процедура. Группа разбивается на пары. Работая в паре, каждый участник поочередно составляет три предложения, в которых имеется слово «попробую». После того как первый участник произнес свои предложения, его собеседник говорит тоже три предложения со словами «попробую».

Затем участники поочередно произносят те же самые предложения, в которых слова «попробую» заменяются на слова «сделаю».

Обсуждение. Участники обмениваются впечатлениями о своих переживаниях, возникших в ходе выполнения задания.

«Забота»

Цель. Принятие ответственности за свою собственную жизнь.

Время: 5-10 минут.

Процедура. Представьте себе всех тех людей, о которых вы должны заботиться, за жизнь и поведение которых вы чувствуете ответственность. Сосчитайте их и запишите на листок. Когда вы перечислите тех, кто относится к этой категории, остановитесь и задайте себе следующий вопрос»: Включил (-а) ли я себя в этот список?»

Обсуждение. Анализируются полученные результаты, и обсуждается, почему так получилось.

«Я беру ответственность»

Цель. Исследование процесса принятия ответственности.

Время: 20 минут.

Процедура. Группа разбивается на пары. Участники поочередно говорят о том, что они осознают, чувствуют, хотят и т. п. Каждая фраза заканчивается словами «я беру ответственность на себя».

Примеры:

«Я осознаю, что я сейчас делаю... (что-то) и я беру на себя ответственность за это».

«Я сейчас чувствую... (что-то) и я беру на себя ответственность за это».

«Я сейчас хочу (попросить помощи) и я беру ответственность на себя за это».

Что вы чувствуете, произнося эти фразы? Постарайтесь осознать, как можно больше переживаний, происходящих с вами, когда говорит партнер. Отследите свои реакции на то, что говорит собеседник.

Обсуждение. Нести ответственность часто мешают страх наказания, унижения, опасение, что тебя не поймут и не простят.

Домашнее задание: «Анализ проявления ответственности»

Занятие 3. Безопасность

Приветствие «Здравствуй, уважаемый...»

Время: 5 минут.

Инструкция:

Этими словами, с улыбкой и чувством радости, первый участник обращается к соседу справа, называет его по имени, и дополняет приветствие любым движением. А тот приветствует и называет уже своего соседа с правой стороны, и дополняет его своим движением, и так по кругу.

Проверка Д/З.

Беседа «Что такое безопасность для меня»

В ходе беседы все участники по очереди дают определение «безопасности», по итогу формируя общую понятийную сферу для данного слова.

«Ладонка»

Цель: определение личных границ.

Время: 20 минут

Часть-1

1. Посмотрите внимательно на свою ладонь ведущей руки
2. Запомните, как она выглядит
3. Уберите ведущую руку под стол или сожмите ее в кулак
4. Нарисуйте по памяти очертания ведущей руки рукой не ведущей
5. Посмотрите на рисунок. И ответьте на вопросы:

- Как вы думаете, рисунок получился больше или меньше вашей руки?

- Насколько похожи очертания рисунка на реальные очертания вашей руки?

- Соблюдены ли реальные пропорции (соотношения высоты и ширины пальцев)?

Часть-2

1. Приложите вашу реальную ведущую руку к рисунку.
2. Оцените, совпали ли ваши ответы на вопросы с реальностью?

3. Ответьте на новые вопросы:

Обсуждение: Что именно совпало и что не совпало? Как это связано с вашей жизнью? Как часто, на самом деле нарушаются ваши границы? Как этого можно было бы избежать?

Вспомните людей, чьи границы вы нарушали когда-либо. Как можно было поступить иначе, не нарушая чужих границ?

Упражнение «Безопасное место»

Цель: восстановление и усиление чувства безопасности.

Время: 5 минут

Текст:

Примите удобную для вас позу, расслабьтесь. Почувствуйте свое тело, себя в теле, ноги поставьте плотно на пол, дышите ровно и спокойно. Закройте глаза и попробуйте вспомнить место, в котором вам было безопасно, уютно, спокойно. Это может быть реальное место из вашего прошлого или вымышленное место, место из какого-то фильма или книги. Опишите это место: чем оно наполнено (звуками, запахами). Какой (ая) вы в этом месте? Как это состояние отражается в теле здесь и сейчас? В какой позе вы прибываете? Что вы чувствуете? Какие мысли приходят вам в голову? Что вам хочется? Побудьте в этом месте и в этом состоянии столько сколько вам хочется. Запомните это место - оно только ваше, никто не сможет оказаться в нем кроме вас. Вы можете возвращаться в него столько раз сколько вам будет необходимо, чтобы почувствовать себя в безопасности, расслаблено, спокойно и гармонично.

Упражнение «Дерево силы»

Цель: Определение сильных сторон каждого участника и событий, вызывающих чувство уверенности.

Время: 15 минут

Материалы:

- нарисованное дерево

- вырезанные листья

- клей-карандаш

Нарисованное на бумаге дерево с ветками без листьев раздается участникам. Заготовленные листочки (листья деревьев) так же раздаются участникам (или одному участнику, если работа индивидуальная).

На листиках участники пишут ситуации, когда они смогли достичь успеха, победить. Корни будут символизировать сильные стороны и способности участника. Если какое-то качество развито очень сильно, рисуют большой корень. Если способность только намечается, маленький и т.д. На каждом из корней написать название соответствующей сильной стороны.

В конце каждый участник рассказывает о своем дереве, о своих успехах и сильных сторонах.

Обсуждение. Что вы чувствуете, когда вы смотрите на своё дерево? Это дерево, ваша опора, то что может помочь вам в моменты, когда кажется, что у вас ничего не получается и вы не сможете с чем-то справиться. Когда вас будут посещать такие мысли взгляните на это дерево и вспомните о том, чего вы уже достигли. И не забывайте добавлять к этому дереву новые успехи и достижения, не важно насколько они большие – главное, что они ваши.

Упражнение «Копилка ресурсов»

Цель: создание внутренних ресурсов.

Время: 15 минут.

Материалы: цветная бумага, ручки, конверты.

1. Выпишите пять состояний, в которых вам приятно находится. Например, «быть спокойной», «быть уверенной в себе», «иметь интерес к окружающему миру», «иметь мотивацию к действиям».

2. На каждое из перечисленных состояний напишите по одному событию из своей жизни.

3. Опишите эти события детально.

4. Это ваша копилка личностных ресурсов. Когда в жизни наступает сложная ситуация и кажется сил нет, откройте свою копилку, и выберите то состояние, которое вам сейчас хотелось бы испытать. Прочитайте описание к

нему, закройте глаза, и представьте, как можно более детально эту ситуацию снова. Погрузитесь в этот момент и постарайтесь пережить его еще раз.

Домашнее задание: «Список обид».

Занятие 4. Социальные потребности

Приветствие «Я рад тебя видеть потому что...»

Время: 5 минут.

Инструкция:

Каждый из участников по очереди поворачивается к своему соседу и произносит фразу «Я рад тебя видеть потому что...» и завершает её теплыми словами. Желательно не использовать слова, связанные с внешностью в данный момент (потому что мне нравится твоя кофта /потому что ты сегодня хорошо выглядишь). Например: «Я рад тебя видеть потому что ты очень мудрая», «Я рад тебя видеть потому что ты творческая», «Я рад тебя видеть потому что мне нравятся твои рассуждения», «Я рад тебя видеть потому что ты интересная», «Я рад тебя видеть потому что ты всегда очень красивая».

Упражнение «список обид».

Цель: прояснение обид и желаний участников консультирования.

Время: 5 минут.

Составьте два списка. В первом укажите все то, что ваши родители, учителя или другие взрослые люди делали и говорили вам во время вашего взросления и что, на ваш взгляд, не принесло вам никакой пользы и даже в некоторой степени было вредно. Во втором укажите все, что ваши родители, учителя и другие взрослые люди *не говорили или не делали для вас*, и что, как вы теперь полагаете, пошло бы вам на пользу, если бы они это говорили и делали.

Закончив составление списков, изучите их, принимая к сведению следующее. В пунктах первого списка указано все то, за что вы не простили своих родителей. Это то, что сдерживает вас и способствует вашей созависимости. Во втором списке указано все то, что кто-то другой, как вы до сих пор надеетесь, должен сделать для вас. Вам придется взять эти заботы на себя или попросить, чтобы это сделали ваши родители.

Обсуждение. Что вы поняли, когда узнали значение обоих списков? Каким образом можно самостоятельно выполнить то, что вы описали во втором списке?

Техника «5 шагов прощения».

Цель: отпустить обиды на своих близких и взять ответственность за свои эмоции.

Время: 25-30 минут (зависит от кол-ва участников).

Ход упражнения:

Участники стоят в широком кругу, в центре которого стоит пустой стул. На каждом шаге участники по очереди выполняют задание и на шаг приближаются к стулу.

0 шаг – принятие решения – «я хочу простить». Простить — не значит забыть или вытеснить, обесценить (ничего плохого), поменять знак поступка, оправдать. Простить – значит принять человека, его отношение. Например, если он не отдал долг, то в следующий раз подумать над тем, сколько я могу дать.

Прощение – это когда я разделяю ответственность:

- я понимаю, что человек сделал что-то плохо, он человек, и все мы ошибаемся, и он несет ответственность за это
- моя ответственность за ситуацию заключается в том, что я отвечаю за свои чувства, поступки, отношение на случившееся.

1 шаг – обвинение.

Представить себе на пустом стуле вашего обидчика и выскажете ему все, что вам хотелось высказать ему. Можно кричать, топтать ногами, ругаться, но главное высказать всё то, что накипело и болит. Ваша задача в том, чтобы, выразив все негативные чувства избавиться от них и перестать обижаться.

Например: она меня не уважает, не ценит, перечит моему мнению, не работает, сидит без дела, завидует, обсуждает меня с другими коллегами, жалуется начальникам.

2 шаг – ожидания (здесь не должно быть частицы НЕ).

Выскажите этому человеку что бы вы хотели, чтобы он сделал вместо того чтобы причинять вам боль и обиду. Очень важно не использовать при этом частицы не.

Например: я хочу, чтобы она относилась ко мне с уважением, моим идеям, помогала и вносила свои предложения, делала бы мне шаг на встречу, и мы обсуждали бы все, относилась без хитрости, зависти, по доброму.

3 шаг – объяснение (почему человек так ко мне относиться, поступает, здесь не должно быть ПОТОМУ ЧТО Я...)

Вслух объясните причины такого поведения этого человека, так чтобы они не касались непосредственно вас.

Например, для нее работа не имеет большого значения в жизни, ей вообще не хочется работать, ей больше нравится устанавливать хорошие отношения с другими людьми, болтать и т. п., ей не хватает знаний, у неё такой темперамент.

4 шаг – прояснение, выражение чувств

Опишите, что вы чувствуете в те моменты, когда этот человек вас обижает. Можете использовать ассоциации и метафоры.

Например: я чувствую себя ненужной, униженной, оскорбленной, беспомощной, обманутой, использованной. Я чувствую, словно мне воткнули нож в спину. Меня разрывает от злости.

Следующий шаг проговаривание

Должно быть спокойное чтение.

Пример: «Дорогая Люба, я обиделась на тебя за то, что ты

Я бы хотела, чтобы

Я думаю....., потому что.....

Когда ты так делала, я чувствовала...»

5 шаг – разделение ответственности

Вспомните ситуацию, где вы испытывали чувство внутренней полноты, вас переполняла любовь, хотелось петь и дарить всем радость. Или найдите в себе такое место. Нужно большое количество любви, тепла, чтобы их можно было отдать «от полноты, от щедрости». Нашли, почувствовали, хочется поделиться?

И в этом состоянии распределяем ответственность:

«Твоя ответственность....»

Моя ответственность, в том, что я так реагировала.»

После последнего шага участники занимают свои места и происходит обсуждение.

Беседа что такое любовь и любовь к себе.

Цель: прояснить, что участники понимают под словом «любовь», обсудить способы выражения любви к себе и виды любви.

Проработка созависимости.

«Медитативное упражнение принятие внутреннего ребенка»

Цель: проработка безусловной любви к себе.

Время: 10 минут

Сядьте максимально удобно. Закройте глаза. Расслабьтесь. Перенесите фокус своего внимания на дыхание. Дышите спокойно и расслабленно. Вдох, выдох. Представьте себя, идущим, в каком-то приятном умиротворяющем месте. В этом месте очень красиво и безопасно. Может, это луг, очерченный кромкой леса. Может, это берег моря. Может, это безграничное поле, усеянное пшеницей. Не важно, какую картину вы увидите. Эта картина — исключительно ваша — и вы чувствуете в ней себя уверенно и безопасно. Теперь представьте, что издалека к вам бежит ребенок. И вы тоже идете к нему навстречу. Ребенок приближается. И вы узнаете в этом ребенке себя маленьким. Сколько лет этому ребенку? Как он выглядит? Во что одет? В каком он находится состоянии. Как можно глубже погружайтесь в состояние соединения, общения с этим маленьким человеком. Вы можете поговорить с ним, узнать у него чего он хочет. Он может захотеть всего, чего угодно — поиграть с вами в салочки, покататься на качелях, погулять с вами взявшись за руки или просто посидеть у вас на коленях, обнявшись. Дайте ребенку все, что он захочет. Затем скажите маленькому себе: «Ты очень важен для меня. Чтобы не случилось, я всегда буду любить тебя и буду заботиться о тебе. Мы всегда будем вместе, и я никогда тебя не брошу. Я буду уделять тебе внимание и дарить свою любовь.» Обнимите своего внутреннего ребенка.

Пусть медитация длится столько, сколько это нужно. Пока ребенок не напится вашим вниманием, заботой, любовью. А когда ребенок захочет бежать, играть дальше (дети — такие непоседы!), попрощайтесь с ним и очень мягко выходите из медитации.

Обсуждение: Что вы почувствовали, общаясь с ребенком? Чего он захотел от вас? Как он реагировал на вас?

Домашнее задание: Вести дневник своих чувств, куда так же вписывать, что вы сделали для себя за день чтобы проявить заботу и любовь к себе (не менее 3 вещей). Каждое утро начинать с того что делать себе комплименты и не в коем случае не принижать себя и не критиковать.

Занятие 5. Манипуляции

Приветствие «Мой сегодняшний день»

Время: 5 минут.

Инструкция:

Участники по очереди говорят фразу «Мой сегодняшний день похож на...», и заканчивают её ассоциацией, которую обосновывают.

Пример: «Мой сегодняшний день похож на сладкую вату, он дарит мне радость и веселье», «Мой сегодняшний день похож на радугу после дождя, потому что сначала был тяжелым и унылым, а потом стал насыщенным событиями и ярким».

Обсуждение домашнего задания «Дневник заботы»

Время: 10 минут.

Упражнение «Скажи, нет»

Цель: формирование навыков противостояния групповому давлению.

Материалы и оборудование: свободное помещение с мебелью, карточки с ситуациями.

Время: 15 минут

Инструкция: «бывают ситуации, в которых сказать «да» значит сделать хуже себе, а сказать «нет» – сделать хуже другим. Если мы говорим «нет», то чувствуем себя виноватыми и одинокими. Однако, отказ не означает разрыва отношений с человеком. Способность сказать «нет» повышает вашу оценку в глазах других людей. Эта способность так же важна, как и способность сказать «да». А сейчас мы сами разыграем ситуации, в которых необходимо сказать нет.

Примечание: Примеры ситуаций

1. Ситуация: уличный торговец пытается продать тебе ненужную вещь;
2. Ситуация: идешь по улице. К тебе подъезжает машина с незнакомым человеком, который предлагает тебе покататься;
3. Ситуация: друг просит тебя сделать за него семинарское занятие по теме, которую он пропустил

Упражнение «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы»

Цель: формирование адекватных реакций в различных проблемных ситуациях.

Время: 15 минут

Материалы и оборудование: свободное помещение с мебелью, карточки с описанием ситуации.

Инструкция: Каждому члену группы предлагается продемонстрировать в заданной ситуации неуверенный, уверенный и агрессивный типы ответов.

Примеры ситуаций:

1. Ситуация: ваш товарищ устроил вам встречу с незнакомым человеком, не предупредив вас.

2. Ситуация: люди, сидящие сзади вас в кинотеатре, мешают вам громким разговором.

3. Ситуация: ваш сосед отвлекает вас от интересного выступления, задавая глупые, на ваш взгляд, вопросы.

Игра “Шесть шляп мышления”

Цель: Сформировать умение смотреть на ситуацию с разных сторон.

Время: 20 минут.

Ведущий: в процессе игры мы учились навыкам тактичного ведения диалога, использовали свой личный опыт для анализа предмета разговора, анализировали вопрос с различных точек зрения. Чем больше сторон ситуации проанализирует человек, тем более полную информацию он получит. Что в свою очередь, поможет ему найти наиболее удачное решение. Мы сейчас поработаем с методом обучения эффективно мыслить, который называется «шесть шляп». Шесть шляп – это шесть различных способов мышления.

Сейчас мы снова разделимся на команды: шесть подгрупп и распределим шляпы. Затем выберем какое-либо событие жизни и попробуем «примерить» чудесные шляпы.

Тем, кто «оденет» **Белую шляпу** важно умение отделять эмоции от информации. Информацию, полученную с помощью Белой шляпы, полезно записать или представить в виде схемы событий:

Тем, кто «оденет» **Черную шляпу** надо подумать над тем, что самое плохое в этой ситуации, самое неприятное, что самое страшное может произойти.

Тем, кто «оденет» **Красную шляпу** важно умение проживать чувства, побыть в роли «актера». Что чувствовал человек, когда все происходило?

Те, кто «оденут» **Желтую шляпу** увидят мир в «розовом» свете, умеют видеть хорошее во всем. А что хорошего в том, что произошло?

Те, кто «оденет» **Зеленую шляпу** – «писатели», художники, изобретатели.

Можно нарисовать ситуацию, сочинить про нее частушку или небольшой стишок, отразить ее в творческой деятельности. И не забывать о чувстве юмора!

Те, кто «оденет» **Синюю шляпу** – «философы», они умеют находить смысл, извлекать уроки. А это зачем? Чему меня это учит?

После небольшого обсуждения докладчик «от каждой шляпы» представляет точку зрения группы.

Итак, мы с вами развиваем способность объективно оценивать явления окружающего мира, моделировать разнообразные ситуации и составлять прогноз их развития.

Домашнее задание: Применять полученные навыки (говорить нет, рассматривать ситуацию с разных точек зрения) в повседневной жизни, результаты вписывать в дневник.

Занятие 6. Завершение

Приветствие «Что нового?»

Время: 10 минут.

Сидя в кругу в кругу, участники всматриваются один в одного - что изменилось в облике товарища в сравнении с прошлой встречей, в каком он расположении духа, как проявляет себя. После 3 минут сравнений первый

участник бросает мяч одному из партнеров и озвучивает, что нового он в нем увидел. Мяч должен побывать у всех участников.

Проверка домашнего задания.

Упражнение «Безопасность или риск»

Цель: формирование навыков безопасного поведения.

Время: 30 минут

Материалы и оборудование: свободное помещение с мебелью, карточки с примерами ситуаций.

Инструкция: участникам раздаются карточки с различными ситуациями, которые им необходимо разрешить.

Примечание: проблемные ситуации

1. Ситуация: совсем недавно вы познакомились с другом. Вы о нем практически ничего не знаете. Родители на работе. Пригласите ли Вы его в гости к себе домой? Поставите ли в известность об этом родителей?

2. Ситуация: в ночной клуб приезжает известная РОК- группа и Вы хотите пойти на концерт с друзьями. Но родители нарушают Ваши планы. Друзья предлагают уйти, когда родители лягут спать, а утром незаметно вернуться. Как Вы поступите?

3. Ситуация: в привычной компании вам предлагают что-то – для вас нежелательное (например, закурить, выпить спиртное, попробовать наркотик), говоря о том, что все уже это сделали – и вы тоже должны попробовать. Ваши действия?

4. Ситуация: вы опаздываете на день рождения к своей девушке (парню), которая (ый) живет в другом районе. Автобус только что отъехал от остановки, Вы не успели. Ваши действия?

Техника «Прощальная открытка» (Баер У.)

Цель: прощание с прошлыми обидами и виктимным поведением.

Время: 20 минут

«Перед тем, как вы начнете создавать прощальную открытку, закройте ненадолго глаза и обдумайте, с кем или чем бы вы хотели попрощаться. Это

может быть какое-то чувство, ваша привычная манера поведения (например, «вечная жертва») или какое-то другое ваше качество... Это может быть человек, который обидел вас, которого вы покинули, или который покинул вас... Это может быть место работы, место проживания, желание, иллюзия или что-то еще, что сейчас вам представляется важным.

Закройте глаза, позвольте вашему дыханию беспрепятственно течь и попробуйте понять, почувствовать, прощание с чем или с кем для вас сейчас важнее всего...

Пусть ваши мысли приходят и уходят, пусть образы возникают и исчезают, пусть рождаются краски и формы...

Создайте прощальную открытку, используя любые имеющиеся средства...

Вспомните, как вы посылаете открытки друзьям из мест, где путешествуете. Обычно на одной стороне такой открытки находится картинка, а на другой – текст. Так и на прощальных открытках. Когда ваша картинка высохнет, переверните ее и напишите на обратной стороне текст, несколько строк, обращенных к тому, с кем вы хотели бы попрощаться...

Чтобы открытка дошла до адресата, на ней пишут адрес и наклеивают почтовую марку. Но, в данном случае, ваша почтовая открытка может достичь адресата только в вашем воображении. Вы не можете бросить ее в почтовый ящик, но вы можете сделать для своей открытки конверт или упаковать так, как вам хочется... Выберите подходящий упаковочный материал (бумагу, ткань и т.п.) из того, что есть, и придумайте подходящую упаковку для вашей открытки. На ней напишите имя адресата и имя отправителя. Дальше вы можете поступить с ней так, как считаете нужным, например, обсудив ее содержание с человеком, которому доверяете (а лучше со специалистом), уничтожить. Например, провести огненный ритуал. Ритуальное сожжение придает вашей работе завершенность. Когда вы видите, как ваши слова обращаются в пепел и улетают с дымом, происходит что-то важное...

Прощение позволяет завершить историю обид, попроситься и похоронить то время, когда мы чувствовали себя жертвой... Прощение – это надежда на новую, лучшую жизнь. Многие из нас хотели бы начать жизнь «с чистого листа», белого, как свежесвыпавший снег, но, это невозможно. Человек, позволяя возникать чему-то новому в своей жизни, всегда оставляет позади себя что-то старое, то, что «написано» прежде: успехи и неудачи, пережитые обиды и подарки судьбы... Иногда он вынужден «сжигать мосты» в прошлое, но это не значит, что всю оставшуюся жизнь он должен провести на пепелище, посыпая голову пеплом... Когда-то этот пепел был нашими переживаниями. Теперь - это наш жизненный опыт. Пепел полезен земле, осмысленный опыт может стать прекрасным удобрением для роста новых идей, начинаний. Но, на одном пепле невозможно вырастить что-то новое, и если человек хочет двигаться дальше, то, рано или поздно он должен решиться уйти с прежних дорог, найти новый путь и идти... «Ты никогда не узнаешь, куда ведет эта дорога, если будешь стоять на месте...»

Упражнение «Подведение итогов»

Упражнение используется для завершения тренинга, дает возможность вспомнить изученное, задуматься над тем, как полученные знания будут применяться в реальной жизни.

Необходимые материалы: листы бумаги, карандаши, фломастеры.

Время: 15 минут.

Описание. Все участники делятся на мини-группы, каждая мини-группа получает лист бумаги и свое задание.

Первой группе нужно подготовить выступление, суммирующее основные пункты, рассмотренные на тренинге.

Второй группе – комплекс мер, которые могут быть приняты в реальной жизни для того, чтобы максимально использовать полученную информацию.

Третьей – какие препятствия могут возникнуть при применении полученной информации в реальной жизни и как эти препятствия преодолеть.

Группам дается 10 минут, чтобы набросать идеи. Листы можно использовать для того, чтобы сформулировать на них основные пункты, сделать схематические рисунки и т.д.

После этого один представитель от каждой группы презентует всем соображения своей группы.

Обсуждение. Может ли группа добавить что-то к сказанному, с какими идеями участники согласны, а с какими – нет?

Опросник «Ролевой виктимности» (М.А. Одинцова, Н.П. Радчикова)

Инструкция: Вам предлагается ответить на вопросы методики, описав себя и свое поведение таким, каково оно есть на самом деле. Первый ответ, который приходит в голову – самый верный. Ваши ответы будут храниться в строгой секретности. Отвечайте на вопросы честно – это поможет Вам больше узнать себя.

Список вопросов:

1. Считали ли Вы когда-нибудь, что жизнь к Вам несправедлива?
2. Бывало ли у Вас ощущение, что Вами иногда пренебрегают?
3. Неудачи в Вашей жизни – простое стечение обстоятельств?
4. Вам говорили, что одиночество – Ваша судьба?
5. Могли бы Вы скрыть правду, ради получения чего-то очень нужного для Вас (вещи, идеи...)
6. Бывало ли у Вас ощущение, что Вам навязывают работу, которую должны выполнять другие?
7. Чувствовали ли Вы себя когда-нибудь беспомощным?
8. Ваше мнение в коллективе чаще всего игнорировали?
9. Притворялись ли Вы больным или немощным для того, чтобы привлечь внимание окружающих?
10. Казалось ли Вам когда-нибудь, что к Вам относятся как к «мальчику для битья»?
11. Рассказывали ли Вы о своих несчастьях даже не очень хорошо знакомым людям?
12. Когда-нибудь Вас игнорировали значимые для Вас люди?
13. Многие люди используют свои несчастья для того, чтобы добиться денежных или моральных компенсаций?
14. У Вас бывало ощущение, что Вас используют?
15. Хотелось ли Вам иногда, что бы Вас жалели?
16. Вам чаще всего трудно привыкать к новому коллективу?

17. Немного покапризничать, чтобы добиться того, чего хочется – оказывается лучшим способом влияния на других?
18. Говорили ли Вам, что Вы неудачник?
19. Другие люди умеют лучше контролировать события своей жизни, чем Вы сами?
20. Являлись ли Вы когда-нибудь объектом насмешек?
21. Лучший способ добиться желаемого – разжалобить окружение.
22. Переживали ли Вы состояние ненужности?
23. Приходилось ли Вам скрывать истинные мотивы для достижения своих целей?
24. Случалось ли, что окружающие люди были по отношению к Вам враждебно настроены?
25. Вам приходилось довольно часто просить о материальной помощи ближайшее окружение?
26. Вас оставляли без должного внимания родные, друзья и коллеги?
27. Можете ли Вы сказать о себе, что Вы ранимы и обидчивы?
28. Вы страдали от недостаточно уважительного отношения к себе?
29. Играть роль жертвы в зависимости от обстоятельств вполне оправдано?
30. Вам говорили, что у Вас низкая самооценка?
31. Считаете ли Вы, что окружающие люди недостаточно заботятся о Вас?
32. Другие люди казались Вам намного более привлекательными, чем Вы сами?

Методика диагностики уровня субъективного контроля Дж. Роттера (адаптация Е. Ф. Бажина, С. А. Голынской, А. М. Эткинда)

Инструкция: вам будет предложено 44 утверждения, касающихся различных сторон жизни и отношения к ним. Оцените, пожалуйста, степень своего согласия или несогласия с приведенными утверждениями по 6-балльной шкале: -3 -2 -1 +1 +2 +3, от полного несогласия (-3) до полного согласия (+3). Другими словами, поставьте против каждого утверждения балл от единицы до тройки с соответствующим знаком «+» (согласие) или «-» (несогласие).

Опросник

1. Продвижение по службе больше зависит от удачного стечения обстоятельств, чем от способностей и усилий человека.
2. Большинство разводов происходит оттого, что люди не захотели приспособиться друг к другу.
3. Болезнь – дело случая; если уж суждено заболеть, то ничего не поделаешь.
4. Люди оказываются одинокими из-за того, что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим.
5. Осуществление моих желаний часто зависит от везения.
6. Бесплезно прилагать усилия для того, чтобы завоевать симпатии других людей.
7. Внешние обстоятельства, родители и благосостояние влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов.
8. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.
9. Как правило, руководство оказывается более эффективным, когда руководитель полностью контролирует действия подчиненных, а не полагается на их самостоятельность.

10. Мои отметки в школе, в институте часто зависели от случайных обстоятельств (например, настроения преподавателя) больше, чем от моих собственных усилий.

11. Когда я строю планы, то, в общем, верю, что смогу осуществить их.

12. То, что многим людям кажется удачей или везением, на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий.

13. Думаю, что правильный образ жизни может больше помочь здоровью, чем врачи и лекарства.

14. Если люди не подходят друг другу, то, как бы они ни старались, наладить семейную жизнь все равно не смогут.

15. То хорошее, что я делаю, обычно бывает по достоинству оценено другими.

16. Люди вырастают такими, какими их воспитывают родители.

17. Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни.

18. Я не стараюсь планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства.

19. Мои отметки в школе больше всего зависели от моих усилий и уровня подготовленности.

20. В семейных конфликтах я чаще чувствую ответственность за собой, чем за противоположной стороной.

21. Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств.

22. Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определить, что и как делать.

23. Думаю, что мой образ жизни ни в коей мере не является причиной моих болезней.

24. Как правило, именно неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успеха в своих делах.

25. В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.

26. Я часто чувствую, что ничего не могу изменить в сложившихся обстоятельствах.

27. Если я очень захочу, то смогу расположить к себе почти любого.

28. На подрастающее поколение влияет так много обстоятельств, что усилия родителей по его воспитанию часто оказываются бесполезными.

29. То, что со мною случается, это дело моих собственных рук.

30. Трудно бывает понять, почему руководители поступают именно так, а не иначе.

31. Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего, не проявил достаточно усилий.

32. Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, что хочу.

33. В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни, чаще были виновны другие люди, чем я сам.

34. Ребенка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно одевать.

35. В сложных обстоятельствах я предпочитаю подождать, пока проблемы не разрешатся сами собой.

36. Успех является результатом упорной работы и мало зависит от случая или везения.

37. Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни было, зависит счастье моей семьи.

38. Мне всегда было трудно понять, почему я нравлюсь одним людям и не нравлюсь другим.

39. Я всегда предпочитаю принимать решение и действовать самостоятельно, а не надеяться на помощь других людей или на судьбу.

40. К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными, несмотря на все его старания.

41. В семейной жизни бывают такие ситуации, которые невозможно разрешить даже при самом сильном желании.

42. Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только самих себя.

43. Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других людей.

44. Большинство моих неудач произошло от неумения, незнания или лени и мало зависело от везения или невезения.

Результат формирующего эксперимента «Метод парных сравнений»

В.В. Скворцова

Имя Ф.	Этап проведения	Потребность в безопасности	Социальные потребности	Материальные потребности	Потребность в принятии	Потребность в самореализации
Ольга Г.	До эксп.	Удовлетворена частично	Не удовлетворены. Доминирующие	Удовлетворены	Удовлетворена	Не удовлетворена.
	После эксп.	Удовлетворена частично.	Удовлетворены	Удовлетворены	Удовлетворена	Не удовлетворена.
Иван С.	До эксп.	Удовлетворена	Не удовлетворены доминирующие	Удовлетворены частично	Не удовлетворена	Удовлетворена частично
	После эксп.	Удовлетворена	Удовлетворены частично	Удовлетворены частично	Удовлетворена частично	Удовлетворена
Юля Ж.	До эксп.	Частично удовлетворена	Частично удовлетворены, доминирующие	Частично удовлетворены	Удовлетворена	Не удовлетворена
	После эксп.	Удовлетворена.	Удовлетворены.	Частично удовлетворены	Удовлетворена	Не удовлетворена
Александр Д.	До эксп.	Удовлетворена частично.	Удовлетворены частично	Не удовлетворены	Удовлетворена частично	Удовлетворена частично
	После эксп.	Удовлетворена.	Удовлетворены	Не удовлетворены	Удовлетворена частично	Удовлетворена частично
Мария А.	До эксп.	Не удовлетворена доминирующая.	Удовлетворены частично.	Удовлетворены частично	Удовлетворена	Удовлетворена частично
	После эксп.	Удовлетворена частично.	Удовлетворены.	Удовлетворены частично	Удовлетворена	Удовлетворена

Результат формирующего эксперимента «Опросник ролевой
виктимности» (М.А. Одинцова, Н.П. Радчикова)

Имя Ф.	Этапы проведения	Игровая роль жертвы	Социальная роль жертвы	Общая виктимность
Ольга Г.	До эксп.	38 – высокий уровень проявления	21 - Средний уровень проявления	59 высокий уровень проявления
	После эксп.	27 – Средний уровень проявления	11 – Низкий уровень проявления	38 Средний уровень проявления
Иван С.	До эксп.	35 – высокий уровень проявления	6 – Низкий уровень проявления	41 Средний уровень проявления
	После эксп.	30 – Средний уровень проявления	4 - Низкий уровень проявления	34 Средний уровень проявления
Юля Ж.	До эксп.	16 – Средний уровень проявления	26 - Средний уровень проявления	42 Средний уровень проявления
	После эксп.	7 – Низкий уровень проявления	20 – Средний уровень проявления	27 Низкий уровень проявления
Александр Д.	До эксп.	26 – Средний уровень проявления	4- Низкий уровень проявления	30 Средний уровень проявления
	После эксп.	12- Низкий уровень проявления	3- Низкий уровень проявления	15 Низкий уровень проявления
Мария А.	До эксп.	24 – Средний уровень проявления	12- Средний уровень проявления	36 Средний уровень проявления
	После эксп.	13 - Средний уровень проявления	10- Низкий уровень проявления	23 Низкий уровень проявления

Результат формирующего эксперимента «Диагностика субъективного
контроля» Дж. Роттера

Имя Ф.	Этап проведения	Шкала общей интернальности	Шкала интернальности в области достижений	Шкала интернальности в области неудач	Шкала интернальности в семейных отношениях	Шкала интернальности в области производственных отношений	Шкала интернальности в области межличностных отношений	Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни
Ольга Г.	До эксп.	1 -Низкий уровень	2 - Низкий уровень	4- Средний уровень	1- Низкий уровень	1- Низкий уровень	4- Средний уровень	2- Низкий уровень
	После эксп.	3 -Низкий уровень	3 - Низкий уровень	4 - Средний уровень	5 - Средний уровень	3 - Низкий уровень	6 - Средний уровень	5 - Средний уровень
Иван С.	До эксп.	2 -Низкий уровень	4 - Средний уровень	3 - Низкий уровень	3 - Низкий уровень	2 - Низкий уровень	4 - Средний уровень	2 - Низкий уровень
	После эксп.	4 - Средний уровень	4- Средний уровень	4- Средний уровень	3- Низкий уровень	3- Низкий уровень	5- Средний уровень	2- Низкий уровень
Юля Ж.	До эксп.	6- Средний уровень	5 - Средний уровень	6 - Средний уровень	4 - Средний уровень	5 - Средний уровень	8 - Высокий уровень	6 - Средний уровень
	После эксп.	8 - Высокий уровень	7 - Средний уровень	8 - Высокий уровень	7 - Средний уровень	5 - Средний уровень	9 - Высокий уровень	7 Средний уровень
Александр Д.	До эксп.	4 - Средний уровень	5 - Средний уровень	5 - Средний уровень	5 - Средний уровень	3 - Низкий уровень	5 - Средний уровень	6 - Средний уровень
	После эксп.	7 - Средний уровень	8 - Высокий уровень	6 - Средний уровень	6 - Средний уровень	3 - Низкий уровень	8 - Высокий уровень	7 - Средний уровень
Мария А.	До эксп.	1 -Низкий уровень	2 - Низкий уровень	4 - Средний уровень	3 - Низкий уровень	3 - Низкий уровень	1 - Низкий уровень	5 - Средний уровень
	После эксп.	4 - Средний уровень	4 - Средний уровень	5 - Средний уровень	4 - Средний уровень	3 - Низкий уровень	4 - Средний уровень	6 - Средний уровень