

**СЛУЖЕБНАЯ ЗАПИСКА**

08.09.2015 № 4105/51/36.01-08

О профилактике экстремального  
поведения несовершеннолетних

Уважаемые руководители!

Довожу до Вашего сведения информацию о том, что в последнее время в молодёжной среде широкое распространение получили новые виды экстремального досуга несовершеннолетних: зацепинг, руфинг, диггерство.

«Зацеперы» – это ребята, которые цепляется снаружи за выступающие части поездов (поручни, подножки, лестницы...).

Руферы (бейскламберы, бейсджамперы) – это любители передвижения по высотным точкам зданий.

Диггеры интересуют все подземные сооружения (бомбоубежище, шахты, метро, тоннели...).

Данные экстремальные увлечения создают угрозу жизни и здоровью подростков и молодёжи.

Для профилактики экстремального вида увлечений подростков и молодёжи специалисты разработали 3 интерактивных профилактических ресурса: игры «Визитная карточка», «Матрёшка», «Реклама», которые были опубликованы в журналах «Не будь зависим. Скажи НЕТ наркотикам, алкоголю, курению, игромании».

Направляю Вам для работы и информирования руководителей образовательных учреждений, родителей методические рекомендации для решения проблемы экстремального поведения несовершеннолетних и молодёжи.

Приложение: 1. на 3 л. в 1 экз.  
2. на 3 л. в 1 экз.  
3. на 1 л. в 1 экз.

Начальник Управления

Е.Л.Умникова

Н.В.Екенина  
371 15 61



# Экстремальный досуг несовершеннолетних

Зацепинг, ружинг, диггерство – относительно новые экстремальные увлечения современных подростков и молодежи, создающие серьезную угрозу безопасности их здоровья и жизни. В чем корни популярности столь опасных развлечений? Чем и как отвлечь от них молодежь? В этой и последующих статьях мы поговорим обо всем этом, а также о профилактике экстремального досуга.

«Зацеперы» цепляются снаружи за выступающие части поездов (поручни, лестницы, подножки и другие конструктивные элементы вагона или локомотива), устраиваются на сцепках между вагонами или даже забираются на крышу, и таким образом проезжают несколько станций. Зацепинг (трейсёрфинг) – это высокий процент гибели любителей экстрима, это – сбой в движении транспорта, в том числе скоростного, это – стрессе для машиниста, обязанностью которого является осмотр места происшествия.

Ружинг (от англ. Roof – крыша) – пере-

движение по высотным точкам зданий. Несовершеннолетние становятся ружерами (бейскламберами, бейсджамперами и т.п.) по разным причинам: интерес к верхнему обзору, возможность отдохнуть от суеты, чувство свободы и пр. Этот вид экстрима ружеры считают самым романтичным. Бейскламберы (от англ. slamber – карабкаться, цепляться) поднимаются на вышки без страховки, и чем выше они забираются, тем больше получают адреналина. Одни ищут сверху адреналин, другие – избавление от страха высоты, третьи – романтическую панораму. Не меньшая опасность угрожает бейсджамперам. Они прыгают с высоты со специальным парашютом. В 2006 году погиб Брайан Ли Шуберт, один из основателей бейсджампинга (от англ. Jump – прыгать).

Диггерство (от англ. digger – копатель) – исследование искусственных подземных сооружений в познавательных либо развлекательных целях. Очень часто диггерство сопряжено с разного рода опасностями, поэтому оно считается увлечением в основном мужской части несовершеннолетних, однако девушки тоже нередкие гости подземелий. Диггеры интересуют практически все подземные сооружения – бомбоубежища (как заброшенные, так и функционирующие), подвалы, подземные реки и коммуникации, старые шахты, тоннели метро и мостострой.

Проблема «экстремалов» пришла к нам с Запада. И это не только проблема подростковой психики, которая рвется к выплеску эмоций. Это проблема социальная. К сожалению, у нас мало специали-

стов, за исключением полиции, которые занимаются молодежным «экстримом».

Каковы же пути решения проблемы экстремального поведения несовершеннолетних?

### **Эмоциональное развитие**

Эмоциональное развитие несовершеннолетних так же, как и другие психические процессы, подчиняется определенным закономерностям. С точки зрения исследователя Х. Ремшмидта, в несовершеннолетнем возрасте встречается три типа эмоционального реагирования:

1. Эмоциональная неустойчивость – мотивационная ситуация характеризуется, с одной стороны, стремлением к самостоятельности и самоуважению, а с другой – столкновением с регламентацией и ожиданиями окружающих.

2. Нападение или отступление – агрессивное поведение или тенденция избегать столкновения.

3. Идеализм – неумение критично взглянуть на окружающую действительность и вследствие этого видение только какой-то одной, желательной стороны этого мира.

Подросток еще не ушел от игры и продолжает испытывать потребность в игровых видах деятельности. Своеобразным механизмом защиты от самого себя выступает потребность в романтике, приключениях, в ярких и эмоциональных событиях. Это стоит подчеркнуть особо – нормальное развитие подростка без событийно-эмоционального ряда жизнедеятельности практически невозможно.

### **Методические рекомендации для решения проблемы экстремального поведения несовершеннолетних**

При проведении аналитической работы по установлению причин и условий, способствующих развитию зацепинга, ругательства и диггерства, стало ясно, что подростки могут воспитываться в сравнительно благополучных семьях, но не имеют определенного положительного и деятельного досуга.

С подростками работают различные организации. Ими занимаются Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, социально-реабилитационные центры, культурно-досуговые учреждения, но эта работа не в полной мере и не всегда дает положительный результат. Потребность в совершенствовании профилактической деятельности в современных условиях предполагает поиск новых



## **Подросток еще не ушел от игры и продолжает испытывать потребность в игровых видах деятельности**

путей повышения эффективности воздействия на личность подростка, способных обеспечить его личностное развитие.

Одним из условий повышения эффективности профилактической работы является деятельность, в задачи которой входит формирование позитивных индивидуальных интересов личности подростка и позитивное эмоциональное развитие с учетом его потребностей:

- во взрослом человеке, но не в каждом взрослом (построение в профилактическом пространстве особых отношений с подростком – отношений создающего взаимодействия);

- в героях (подросток будет искать кумира для подражания и этим кумиром, чаще всего, становится тот, кому не жалко ярких красок, сильных эмоций и громких дел);

- в коллективе сверстников как естественной среде нормального развития;

- в сотрудничестве с другими людьми;

- в защите прав на яркие и сильные эмоции, на приключения, на романтику, на увлечения и интересы;

- в равных семейных отношениях.

Перед специалистами профилактики стоят три специфических задачи:

- педагогическое просвещение родителей в отношении особенностей подросткового возраста;

- определенное замещение родителей в тех случаях, когда они не хотят или не

могут занять необходимую для развития подростка позицию;

- защита несовершеннолетнего от жестокости и равнодушия мира взрослых.

Такая деятельность предполагает особый арсенал средств и методов профилактического воздействия.

### **Методы профилактики экстремального поведения несовершеннолетних**

1. Проведение профилактических бесед с несовершеннолетними и пропагандистская работа средств массовой информации.

2. Совместная работа с ОУР, ООРИ ЛУ МВД России на транспорте.

3. Организация мониторинга социальных сетей Интернета на предмет выявления групп и объединений неформальной направленности.

4. Создание волонтерских отрядов из участников неформальных объединений.

5. Организация взаимодействия с Московским городским научно-исследовательским институтом скорой помощи имени Н. В. Склифосовского по ведению профилактической работы с подростками группы социального риска.

6. Организация досуга несовершеннолетних, в котором будет делаться акцент на интерактивные занятия, игротренинги, семейные игры и т.д.

В целях активизации профилактической работы в данном направлении необходимо:

- повысить уровень взаимодействия с общественными формированиями, занимающимися проблемами подростков;

- активизировать работу по организации целенаправленных профилактических мероприятий на наиболее криминогенных и травмоопасных участках обслуживания;

- проводить мониторинг в Интернете с целью своевременного выявления и пресечения несанкционированных сборов молодежи на объектах транспорта;

- активизировать работу по общему

нию групп, занимающихся «зацепингом», «руфингом», «диггерством».

Одним из методов предупреждения случаев травматизма подростков в результате увлечения зацепингом, является пресечение административных правонарушений, связанных с безопасностью движения, предусмотренных главой 11 КоАП РФ.

## Основные приемы работы

Выявление мест проведения досуга молодежи, находящихся рядом с железной дорогой, информирование о них сотрудников полиции.

Пресечение фактов нахождения несовершеннолетних на железнодорожных перегонах, так как хождение по железнодорожным путям является основной причиной травматизма (особенно если подростки в наушниках или в капюшоне).

Своевременное пресечение зацепинга при попытке нарушителя забраться на железнодорожный состав при подъезде (или при спрыгивании с состава) на перроне железнодорожной станции.

При выявлении взрослых лиц, занимающихся зацепингом, руфингом, диггерством или вовлекающих несовершеннолетних в эти группы, при выявлении подростков, причисляющих себя к зацеперам, руферам, диггерам, в ходе беседы или тестирования необходимо провести профилактическую работу, направленную на формирование здоровой жизненной позиции и прекращение данного занятия, вовлечь подростка в общественно полезную жизнь по месту жительства и учебы.

## Методика диагностики степени готовности к риску (А.М. Шуберт)

Инструкция: оцените степень своей готовности совершить действия, о которых вас спрашивают. При ответе на каждый из 25 вопросов поставьте соответствующий балл по следующей схеме:

2 балла – полное «да».

1 балл – больше «да», чем «нет».

0 баллов – ни «да», ни «нет».

-1 балл – больше «нет», чем «да».

-2 балла – полное «нет».

### Вопросы

1. Стали бы вы рисковать, передвигаясь по оживленной автотрассе, чтобы быстрее оказать необходимую медицинскую помощь тяжелобольному человеку?

2. Согласились бы вы ради хорошего заработка участвовать в опасной и длительной экспедиции?

3. Стали бы вы на пути убегающего опасного взломщика?

4. Могли бы ехать на подножке товар-

## Нормальное развитие подростка без событийно-эмоционального ряда жизнедеятельности практически невозможно

ного вагона при скорости более 100 км/час?

5. Можете ли вы на другой день после бессонной ночи нормально заниматься?

6. Стали бы вы первым переходить очень холодную реку?

7. Одожили бы вы другу большую сумму денег, не будучи уверенным, что он сможет вам эти деньги вернуть?

8. Вошли бы вы вместе с укротителем в клетку со львами при его заверении, что это безопасно?

9. Могли бы вы под руководством старшего товарища залезть на высоковольтную вышку?

10. Могли бы вы без тренировки управлять парусной лодкой?

11. Рискнули бы вы схватить за уздечку бегущую лошадь?

12. Могли бы вы ехать на велосипеде, чувствуя сильное головокружение?

13. Могли бы вы совершить прыжок с парашютом?

14. Могли бы вы при необходимости проехать без билета от Москвы до Волгограда?

15. Могли бы вы совершить автотурне, если бы за рулем сидел ваш знакомый, который совсем недавно попал в тяжелое дорожное происшествие?

16. Могли бы вы с 10-метровой высоты прыгнуть на тент пожарной команды?

17. Могли бы вы, чтобы избавиться от затяжной болезни с постельным режимом, пойти на опасную для жизни операцию?

18. Могли бы вы спрыгнуть с подножки товарного вагона, движущегося со скоростью 50 км/час?

19. Могли бы вы в виде исключения вместе с семью другими людьми подняться в лифте, рассчитанном только на шесть человек?

20. Могли бы вы за большое денежное вознаграждение перейти с завязанными глазами оживленный уличный перекресток?

21. Взялись бы вы за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо платили?

22. Могли бы вы, чувствуя сильное переутомление (нарушение координации, тошнота, рвота, учащенное дыхание, потеря сознания), пойти на экзамен?

23. Могли бы вы по указанию вашего старшего товарища взяться за высоковольтный провод, если бы он заверил вас, что провод обесточен?

24. Могли бы вы после некоторых предварительных объяснений управлять вертолетом?

25. Могли бы вы, имея билеты, но без денег и продуктов, доехать из Москвы до Хабаровска?

### Ключ

Подсчитайте сумму набранных вами баллов в соответствии с инструкцией.

Положительные ответы свидетельствуют о склонности к риску. Значения теста: от -50 до +50 баллов.

### Результаты

Меньше -30 баллов: вы слишком осторожны;

от -10 до +10 баллов: средние значения;

свыше +20 баллов: вы склонны к риску.

Высокая готовность к риску сопровождается низкой мотивацией на избегание неудач (защиту). Готовность к риску прямо пропорционально связана с числом допущенных ошибок.

Психологические результаты исследования:

- с возрастом готовность к риску падает;

- у более опытных несовершеннолетних готовность к риску ниже, чем у неопытных;

- у девочек готовность к риску реализуется при более определенных условиях, чем у мальчиков;

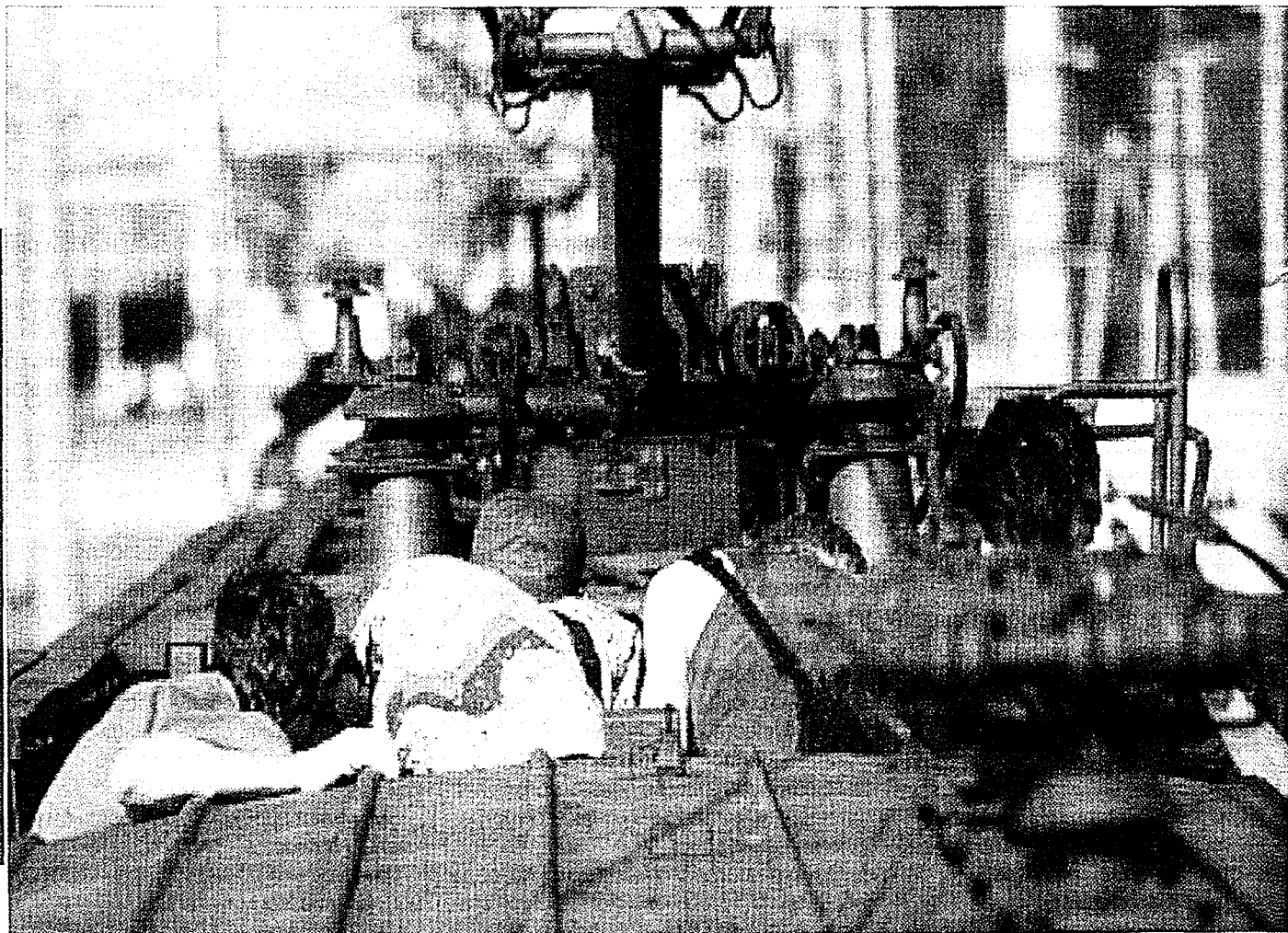
- у старших несовершеннолетних (14-17 лет) способность к риску выше, чем у несовершеннолетних (12-14 лет);

- с ростом отверженности личности несовершеннолетнего, в ситуации внутреннего конфликта растет готовность к риску;

- в условиях группы готовность к риску проявляется сильнее, чем при действиях в одиночку, и зависит от групповых ожиданий.

**Статья подготовлена по материалам методического пособия «Зацеперы, руферы, диггеры – проблема мегаполиса, пути решения»**

*(Продолжение следует)*



ПРОДОЛЖЕНИЕ

# Профилактика экстремального поведения несовершеннолетних

Продолжаем разговор об экстремальных увлечениях современных подростков и молодежи (зацепинге, ружфинг и т.д.), создающих серьезную угрозу безопасности их здоровья и жизни. В этой статье мы поговорим об организации досуга «любителей острых ощущений» – о комплексе интерактивных занятий, игр и игровых тренингов направленных на профилактику молодежного «экстрима».

## ИГРА «ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА»

Цель – профилактика экстремального поведения несовершеннолетних.

Задачи:

- развить способности к выявлению

«Я»-концепции – реальной самоидентификации лидера;

- развить способности подростка соединять идеи из разных областей эмпирического и чувственного опыта;

- развить лидерские качества, подвижность мышления и навыки эффективной коммуникации;

- способствовать формированию умения излагать материал внятно и ярко.

Состав группы: не более 20 участников. Большой размер группы приведет к размыванию внимания и ослаблению концентрации.

Ресурсы: большой лист ватмана каждому участнику; для группы – фломастеры, ножницы, клейкая лента, краски, клей, большое количество печатной продукции (рекламные проспекты, брошюры, иллюстрированные журналы и газеты).

Продолжительность игры: около часа.

«Визитная карточка» – серьезное задание, предоставляющее нам возможность стимулировать самоанализ, самоидентификацию участников тренинга. Это является необходимым предварительным этапом самоактуализации – преобразования из пассива в актив всех тех необходимых представлений, умений, навыков, которыми обладает претендент на лидерство.

Игра отвечает задачам начальной стадии тренинга, так как предполагает знакомство участников группы друг с другом.

### ХОД ИГРЫ

Каждый участник складывает полученный им ватманский лист по вертикали пополам и делает в этом месте разрез (большой настолько, чтобы в образовавшееся отверстие можно было просунуть голову). Если теперь мы наденем на себя лист, то увидим, что превратились в живую рекламную тумбу, у которой есть лицевая и тыльная сторона.

На передней части листа участники тренинга составят индивидуальный коллаж, рассказывающий о личных особенностях игрока. Здесь, на «грудке», нужно подчеркнуть достоинства, но не забыть и о качествах, которые, мягко скажем, не доставляют вам особой радости. На тыльной стороне ватманского листа («спинке») отразим то, к чему вы стремитесь, о чем мечтаете, чего хотели бы достичь. Сам коллаж составляется из текстов, рисунков, фотографий, которые можно вырезать из имеющейся печатной продукции и дополнить при необходимости рисунками и надписями, сделанными от руки.

Когда работа по созданию визитной карточки завершена, все надевают на



себя получившиеся коллажи и начинают ходить по комнате, знакомиться с визитками друг друга, общаться. Приятная негромкая музыка – отличный фон для этого парада индивидуальностей.

Завершение: обсуждение упражнения. Вопросы участникам тренинга:

Как вам кажется, возможно ли эффективно руководить другими, не зная толком, кто ты есть сам?

Кажется ли вам, что в ходе задания вы смогли лучше понять, что вы за человек? Удалось ли вам достаточно полно и внятно создать свою визитную карточку?

Что было легче – говорить о своих достоинствах или отражать на листе свои недостатки?

Нашли ли вы среди партнеров кого-то, похожего на вас? Кто очень отличается от вас?

Чей коллаж запомнился вам больше всего и почему?

Как может подобный вид работы повлиять на развитие лидерских качеств?

Наше восприятие – то зеркало, которое формирует наше впечатление о себе, нашу «Я»-концепцию. Безусловно, окружающие нас люди (семья, друзья, коллеги) корректируют нашу самоидентификацию. Иногда до такой степени, что представление о собственном Я изменяется до неузнаваемости у человека, склонного воспринимать мнение со стороны и доверять другим гораздо больше, чем самому себе.

Некоторые люди имеют очень детально разработанную «Я»-концепцию. Они свободно могут описать собственную внешность, умения, навыки, черты характера. Считается, что чем богаче мое представ-

ление о себе, тем проще я могу справиться с решением различных проблем, тем более спонтанным и уверенным буду в межличностной коммуникации.

### ИГРА «МАТРЕШКА»

Цель – профилактика экстремального поведения несовершеннолетних.

Задачи:

- развить у участников навыки самоанализа;

- способствовать преодолению внутренних барьеров, страхов и неуверенности перед другими людьми;

- способствовать развитию аналитических качеств, помогающих быть лидерами.

Состав группы: игра предполагает камерную ситуацию, а потому предпочтительна группа до 15 человек.

Ресурсы: большая матрешка.

Продолжительность игры: в зависимости от количества участников и уровня самораскрытия.

«Матрешка» – одна из психодраматических техник, способствующая самораскрытию и самопознанию членов группы. Как всегда при использовании психодраматических техник, успех упражнения во многом зависит от тренера. Успех этот сопряжен с созданием доверительной и поддерживающей личность атмосферы. Участники должны быть сосредоточены на высказываниях и эмоциях товарищей, избегать всяческих комментариев, насмешек, реакций, которые могут спугнуть, обидеть.

### ХОД ИГРЫ

Добровольцу, вышедшему на площадку



из числа участников тренинга, дается в руки матрешка и предлагается открывать ее, добираясь до наименьшей куколки. Каждый слой обозначает для нашего героя его сущность, так что под внешней оболочкой – каким видят его окружающие – скрываются более глубокие и тайные уровни.

Игра начинается словами: «Это я (фамилия и имя участника), каким меня видят окружающие...»

Продолжение может быть таким: «Это я – такой, каким меня знают сослуживцы/друзья/семья/любимая, каким я являюсь на самом деле».

Можно направить разговор в определенное русло и просить высказываться лишь о лидерских качествах, потенциале, удачах и просчетах, страхах и ожиданиях.

## ИГРА «РЕКЛАМА»

Цель – профилактика экстремального поведения несовершеннолетних.

Задачи:

- развить активный стиль общения, развить в группе отношения партнерства;
- развить самостоятельность, творческий подход к заданию, лидерские навыки в участниках тренинга;
- развить способность убеждать – навык, необходимый для лидера.

Состав группы: не имеет значения.

Ресурсы: листы ватмана, краски, карандаши, фломастеры, куски цветной ткани, парики и другие элементарные театральные атрибуты.

Продолжительность: 60-90 минут.

Это одно из очень эффективных упражнений для создания атмосферы доверия, сотрудничества, совместного творчества.

## ХОД ИГРЫ

Группа разбивается на пары. Важно проследить за тем, чтобы вместе оказались люди, как можно менее знакомые друг с другом.

Ведущий объясняет задание: «Представьте, что каждый из вас – член закрытого элитарного клуба. Естественно, что вы знакомы со всеми его участниками, доверяете им, вам хорошо вместе. Раз в году двери клуба открываются для всех. В этот день вы можете попытаться вве-

сти в круг членов клуба своих друзей. Для этого вам предстоит подготовиться и дать своему товарищу такую рекомендацию, чтобы ни один из членов клуба не смог проголосовать против приема новичка. Это нелегко, но возможно. Как практически будет проходить прием? Вы разбились на пары. Каждый из участников пары подумает несколько минут и расскажет своему партнеру об одном своем положительном качестве. Качество это может быть любым, но значимым. В свою очередь, рассказавший о себе выслушивает историю своего партнера о том качестве, которое выделяет его среди других людей и позволяет претендовать на прием в клуб. После того как вы поделились друг с другом информацией о своем положительном качестве, вам придется поломать голову над тем, каким образом представить перед членами клуба вашего товарища. Отрекомендовать его вы можете любым максимально эффективным способом. Например:

- интервью, представляющее героя в теле- или радиостудии;
- рисунок, комикс, шарж с последующим театрализованным комментарием;
- инсценировка, представляющая личные качества кандидата;
- комментарий спортивного обозревателя (если ваш герой делает успехи в спорте и именно здесь проявляются его человеческие достоинства, упорство, надежность, сила воли), репортаж с выставки, концерта, конкурса (при условии, что достижения вашего героя проявляются именно в этой сфере деятельности);
- стихотворение, песня.

Жанр рекламного выступления не регламентирован. Все, чем богата ваша фантазия, может оказаться удачным. По-забудьте лишь о том, чтобы избранная форма максимально отражала содержание вашего представления. Еще одна важная деталь: рассказывая о достоинствах человека, не забудьте назвать его имя! Всем понятно задание? Есть вопросы?»

Пары приступают к работе.

Ведущий: «Заканчиваем знакомство с партнером. Уточните последние детали и приступайте к подготовке своей рекламной пятиминутки. Через 20 минут объяв-

ляется общее собрание членов клуба обсуждения кандидатов».

Эти 20 минут ведущий проводит с участниками, переходя от пары к паре, стимулируя работу над рекой. Иногда придется посоветовать, форма будет наиболее актуальна. Рассказа о том или ином качестве преодолеть стеснение в воле пока что мало знакомого человека перед другими малознакомыми людьми. Нередко вмешательство и поддержка потребуются даже на более ранней стадии, когда участники пары рассказывают друг другу о своих достоинствах. Можно услышать от молодого человека «А я не знаю, какие у меня положительные черты!» Выясняется, что для человека проще определить, в чем они слабы, совершенны, чем назвать качествами человека вправду гордиться. Черты характера подменяются достижениями: «Я лучший в классе» или «У меня первое место в городе по пению!» В таких случаях пробуем перевести достижения на другой язык: что помогло добиться такого яркого результата? Упорство? сила воли? стремление довести дело до конца?

Ведущий: «Внимание, объявляется минутная готовность! Просьба собраться в зале клуба на церемонию представления новых участников! Нам предстоит познакомиться с кандидатами. Если рекомендация, представленная вам, уважаемые члены клуба, покажется достаточной и убедительной, прошу своими аплодисментами поддержать решение о приеме в члены клуба. Теперь я приглашаю на сцену первого участника!»

## ЗАВЕРШЕНИЕ

Отмечаем оригинальные идеи выступления, дружественную атмосферу и важность поддержки.

*(Окончание следует)*

Статья подготовлена по материалам методического пособия «За руферы, диггеры – проблема лиса, пути решения»