

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ БЫВШИХ ОСУЖДЕННЫХ К ЖИЗНИ В ЗАКОНОПОСЛУШНОМ ОБЩЕСТВЕ: ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF FORMER CONVICTS TO LIFE IN A LAW-ABIDING SOCIETY: PRACTICAL RECOMMENDATIONS

E. Raspopin

Summary: The aim of the work is to develop practical recommendations for the socio-psychological adaptation of former convicts to life in a law-abiding society. These recommendations are addressed to the relatives and friends of former convicts, the former convicts themselves, as well as specialists who carry out preventive work with these persons. The proposed recommendations deal with issues of behavior in the family and in society, peculiarities of communication with others, personal rights and obligations of a former convict in various life situations, etc. The issues of job search and employment are considered separately.

Keywords: re-socialization, adaptation, psychological assistance, law-abiding society, convicts.

Распопин Евгений Владимирович

кандидат психологических наук, доцент, Уральский
юридический институт МВД России (г. Екатеринбург)
ev73@mail.ru

Аннотация: Целью работы является разработка практических рекомендаций по социально-психологической адаптации бывших осужденных к жизни в законопослушном обществе. Данные рекомендации адресованы родным и близким бывших осужденных, самим бывшим осужденным, а также специалистам, осуществляющим профилактическую работу с этими лицами. Содержательно предложенные рекомендации касаются вопросов поведения в семье и в обществе, особенностей общения с окружающими, личных прав и обязанностей бывшего осужденного в различных жизненных ситуациях и т.д. Отдельно рассматриваются вопросы поиска работы и трудоустройства.

Ключевые слова: ресоциализация, адаптация, психологическая помощь, законопослушное общество, осужденные.

В настоящее время в сфере правоохранительной деятельности остро стоит проблема профилактики рецидивной преступности [2, 3]. Бывшие осужденные после отбывания наказания не всегда находят свое место в законопослушном обществе и нередко вновь совершают преступления. В целом, основные причины их безуспешной ресоциализации могут быть объединены в три основные группы:

1. деструктивное поведение самого бывшего осужденного (алкоголизм, туеядство, слабохарактерность и т.п.);
2. негативное влияние со стороны окружающих (дурное влияние старой компании, стигматизация со стороны общества и т.п.);
3. неблагоприятные социально-экономические условия (отсутствие работы, низкий заработок и т.п.) [4].

Исходя из этого, бывшему осужденному нужно помочь выстроить здоровые, конструктивные отношения с самим собой, с другими людьми и с окружающим миром в целом.

В связи с этим, целью данной работы выступила разработка практических рекомендаций по социально-психологической адаптации бывших осужденных к жизни в законопослушном обществе.

Данные рекомендации адресованы, в первую очередь, родным и близким бывших осужденных, перед которыми остро стоит вопрос о том, как помочь им адаптироваться к жизни в нормальном обществе. Также эти рекомендации адресованы самим бывшим осужденным. Наконец, они могут быть полезны сотрудникам правоохранительных органов, осуществляющим профилактическую работу с такими лицами.

Итак, перейдем к рассмотрению этих рекомендаций

Прежде всего, неоценимую помощь в адаптации могут оказать родные и близкие бывшего осужденного. По сути, они могут выступать в роли коуча, помогая ему в достижении позитивных жизненных целей [5]. Вначале они дают конкретные советы и рекомендации о том, как вести себя в той или иной ситуации, а затем все больше делегируют ответственность за свое поведение самому бывшему осужденному.

Один из возможных способов сделать это – составить с ним своего рода контракт, в котором будут прописаны основные правила его поведения. В таком контракте могут быть установлены, к примеру, следующие требования.

1. Бывший осужденный не афиширует, что он отбывал наказание в местах лишения свободы и, тем более, не кичится и не бравирует этим.
2. Не демонстрирует особенностей поведения, которые выдают в нем человека, вернувшегося из мест лишения свободы. А именно, не использует в речи уголовный сленг и ненормативную лексику, не выставляет напоказ тюремные татуировки, если они у него есть, не сидит демонстративно на корточках в общественных местах и т.п.
3. Полностью отказывается от употребления психоактивных веществ (алкоголя, наркотиков), как дома, так и на улице.
4. Тщательно выбирает круг общения. Избегает общения с людьми, которые ведут неправильный образ жизни (тунеядствуют, злоупотребляют алкоголем, имеют криминальные наклонности и т.п.). Если бывший осужденный хочет общаться с кем-либо из своих товарищей, с которыми познакомился в местах лишения свободы, то это допустимо, если они сами ведут просоциальный образ жизни.
5. В общении с окружающими ведет себя спокойно, вежливо и корректно. Не конфликтует с окружающими, а если окружающие провоцируют его на конфликт, то всячески старается избежать его.
6. Деньги, которые бывший осужденный приносит в семью, должны быть заработаны только честным путем.
7. Бывший осужденный готов меняться и делает в этом направлении конкретные шаги:
 - устраивается на работу (не «ищет» ее, а находит и работает);
 - занимается ведением домашнего хозяйства;
 - участвует в воспитании детей;
 - проводит свободное время со своими близкими;
 - ведет трезвый и здоровый образ жизни;
 - никогда и ни при каких условиях не нарушает закон.
8. Бывший осужденный имеет право:
 - принимать равное участие в решении семейных вопросов;
 - общаться со своими друзьями (в соответствии с п. 4);
 - проводить досуг в соответствии со своими склонностями и интересами (здоровыми и безопасными в общественном плане);
 - иметь личное пространство и время;
 - иметь свое мнение, свободу выбора и т.д. Единственными ограничениями прав и свобод бывшего осужденного являются права и свободы других людей и требования закона.

Вполне возможно, что кто-то из бывших осужденных не сразу и не в полном объеме начнет выполнять

эти требования. Сила привычки, либо негативные черты характера, либо какие-то объективные трудности могут мешать ему, временами отбрасывать его назад. Задача близких – поддержать бывшего осужденного в такие моменты, когда ему кажется, что у него ничего не получается. Объяснить ему, что срывы и неудачи – это временное явление, и это не повод перечеркивать те достижения, которых он, возможно, уже достиг.

Для того чтобы бывший осужденный выполнял правила контракта, близкие могут использовать систему подкреплений (поощрений) и наказаний. Выделяют два вида подкрепления и наказания: позитивное и негативное. В результате получается четыре возможных варианта:

1. позитивное наказание. Оно состоит в предъявлении аверсивного (то есть неприятного) стимула в ответ на неправильное поведение. Например, штраф за совершение административного правонарушения;
2. негативное наказание. Оно представляет собой устранение приятного стимула, следующее за неправильным поведением. Например, лишение премии за плохо выполненную работу;
3. позитивное подкрепление. Это предъявление приятного стимула за правильное поведение, повышающее вероятность его повторения. Например, продвижение по службе за профессиональные достижения;
4. негативное подкрепление. Это подкрепление, состоящее в устранении аверсивного стимула в ответ на правильное поведение. Например, работнику ставят условие, что его не уволят с работы за прогул, если он качественно и в срок выполнит стоящий перед ним объем работ и впредь не будет допускать опозданий.

Таким образом, и подкрепление, и наказание могут выполняться двумя способами, в зависимости от того, что следует за поведением: предъявление или устранение приятного или неприятного стимула. При этом подкрепление усиливает поведение, а наказание – ослабляет его.

Безусловно, наиболее желательным и действенным способом устранения неправильного и формирования правильного поведения является позитивное подкрепление. Все формы контроля, в основе которых лежат аверсивные стимулы, способны вести к негативным эмоциональным и социальным последствиям. Например, к тревоге, негативизму, потере самоуважения и т.д. Кроме этого, аверсивные стимулы часто не только не прерывают неправильное поведение, но способны давать противоположный эффект. Природа человека такова, что он может продолжать вести себя неправильно, если полагает, что сможет избежать наказания. А для этого он придумывает все новые способы, как это сделать. Отсюда – и повторные преступления. Таким образом, поведение, за

которое наказали, нередко вновь проявляется в тех случаях, когда снижается вероятность быть наказанным [6].

Безусловно, невозможно всегда и во всем контролировать бывшего осужденного, в том числе и с помощью системы поощрений и наказаний. Поэтому главное – это постепенно передавать ему ответственность за свое поведение. В какой-то степени здесь происходит то же самое, что и с воспитанием ребенка. Вначале родители помогают ему во всем, и даже решают за него какие-то проблемы, которые он пока не в состоянии решить сам. Но постепенно степень ответственности ребенка повышается, он научается сам решать стоящие перед ним вопросы и становится все больше готов к самостоятельной, взрослой жизни. Иными словами, бывший осужденный, как и любой другой взрослый человек, в конечном итоге должен стать полноценным автором своей жизни, своего благополучия [7].

Также необходимо рассмотреть, как помочь бывшему осужденному в решении проблемы трудоустройства, поскольку поиск работы – одна из наиболее актуальных задач, стоящих перед человеком, освободившимся из мест лишения свободы. Необходимо содержать себя и свою семью, платить за еду, жилье, одежду и т.д., а для этого нужен постоянный и легальный источник дохода. Кроме этого, отсутствие работы, а тем более нежелание работать неизбежно ведет к лени, праздности, излишку ничем не занятого времени, что также негативно сказывается на успешности процесса ресоциализации. Поэтому рассмотрим конкретные советы и рекомендации, которые могут быть полезны бывшим осужденным, а также их близким при поиске работы.

Во-первых, озаботиться поиском будущей работы полезно еще до освобождения. Здесь необходимо решить следующие задачи:

1. Определиться с будущей профессией и сферой деятельности. В одних случаях осужденный уже имел профессию и опыт работы, в других случаях – нет, и он не знает, где и кем хотел бы и мог работать. Но, даже если у человека и была работа, то иногда возвращение в прежнюю сферу деятельности после отбывания наказания оказывается невозможным. Поэтому нужно снова искать новую профессию. Для этого осужденный может обратиться за профконсультацией к психологу исправительного учреждения, чтобы оценить свои профессиональные наклонности и способности к той или иной деятельности. Причем эта задача значительно упрощается, если осужденный освоил какую-либо профессию и получил опыт работы за время отбывания наказания.
2. Заранее изучить рынок труда, узнать, какие профессии являются востребованными, на какой уровень оплаты труда можно рассчитывать. С этой целью

могут быть использованы сайты, специализирующиеся на поиске вакансий, а вести мониторинг этих сайтов могут родственники осужденного.

3. Объективно оценить свои шансы на трудоустройство в той или иной сфере деятельности с учетом своих интересов, способностей и реальных возможностей (например, некоторые профессии, требующие наличие справки об отсутствии судимости, сразу отпадают).
4. Составить конкретный план по трудоустройству, определить, в какой последовательности и в какие конкретные организации можно будет обратиться в поисках работы. В этом плане можно следовать от наиболее предпочитаемых сфер деятельности к наименее предпочитаемым; выбирать вначале основные места потенциального трудоустройства, затем – запасные. При составлении плана важно понимать, что какие-то места работы окажутся недоступны, поэтому не нужно «зацикливаться» на какой-то одной профессии или сфере деятельности, а нужно составить по возможности достаточно широкий список возможных решений. Также важно достаточно четко обозначить временные рамки, отведенные на реализацию каждого пункта. План не должен выглядеть как абстрактная мечта, например: «После выхода отдохну недельку-другую, а потом попробую сходить в такую-то фирму. Если там откажут, попробую обратиться за помощью к друзьям, может, у них для меня что-нибудь найдется». Напротив, план должен быть максимально определенным и четким, например: «Первым делом обращусь в такую-то фирму, отправлю туда резюме и запишусь на собеседование. Одновременно с этим разошлю резюме еще в два места, буду рассматривать их как запасной вариант. На это у меня неделя, максимум две. После этого буду рассматривать следующие варианты трудоустройства». Наконец, можно попробовать заранее разослать свое резюме в несколько организаций с предложением своей кандидатуры. В этом также могут помочь родные и близкие осужденного.
5. После освобождения из мест лишения свободы необходимо методично и последовательно начинать реализацию плана, не откладывая его в «долгий ящик». Здесь важна мотивация и постоянное побуждение к продолжению поиска работы, даже если приходится неоднократно сталкиваться с отказами. Именно здесь очень важна помощь родных и близких, причем не только пассивная поддержка, но и, при необходимости, проявление настойчивости, постоянное побуждение бывшего осужденного к продолжению поиска работы.

Следующий важный момент – сама процедура трудоустройства, включающая в себя рассылку резюме,

прохождение собеседований и т.д. Одна из основных трудностей здесь состоит в том, что при поступлении на работу приходится заполнять анкеты или в устной форме сообщать о себе те или иные сведения, связанные с предыдущей трудовой деятельностью. Для людей, в трудовой биографии которых существуют перерывы, связанные с отбыванием наказания, заполнение таких документов и прохождение собеседований вызывает вполне понятные затруднения.

Безусловно, работодатель вправе знать определенные биографические сведения о своих работниках. В свою очередь, бывшие осужденные нередко опасаются предвзятого, негативного отношения к себе со стороны потенциального работодателя. В этих случаях имеет смысл придерживаться следующих рекомендаций:

1. При ответах на «неудобные» вопросы не следует сообщать о себе заведомо ложные, искаженные сведения, которые могут быть легко проверены. В этом случае кандидат рискует сразу и бесповоротно утратить доверие со стороны потенциального работодателя. Например, если работодатель спрашивает, чем был вызван большой перерыв в работе, то гипотетически на этот вопрос можно дать максимально нейтральный ответ (работал без оформления и т.п.). В какой-то мере это может быть оправдано как ложь во спасение, но в любом случае это остается обманом, и его последствия будут непредсказуемы.
2. Возможно, в некоторых случаях нет явной необходимости сообщать работодателю о факте лишения свободы. Например, если это не является ограничением для приема на работу, и работодатель напрямую не спрашивает об этом, то можно просто промолчать. Но при этом необходимо помнить о предыдущем пункте, который всегда является приоритетным!
3. Если все-таки нужно сообщить работодателю в том, что за спиной есть опыт отбывания наказания в местах лишения свободы, то можно попробовать сгладить эту негативную информацию позитивными сведениями о себе. Например, рассказать о том, что за время отбывания наказания было получено профессиональное образование и опыт работы по специальности, что благодаря труду на производстве осужденный был освобожден условно-досрочно и т.п.
4. Во время прохождения собеседования необходимо отбросить все «тюремные» привычки в поведении и вести себя максимально нормативно и корректно. Это касается речи, поз, жестов и т.д. Ни в коем случае не стоит каким-бы то ни было образом демонстрировать свою принадлежность к криминальной среде и, тем более, бравировать этим. Необходимо помнить о том, что прежняя жизнь осталась в прошлом и нужно учиться вести

себя в соответствии с общепринятыми нормами поведения. Поэтому аккуратный и ухоженный внешний вид, грамотная речь, вежливость и корректность в общении являются немаловажным фактором, который поможет работодателю увидеть в кандидате не бывшего осужденного, а, прежде всего, человека, готового жить и трудиться в законопослушном обществе.

Наконец, для того чтобы подготовиться к предстоящему собеседованию, можно провести поведенческую репетицию этого события. В этом случае бывший осужденный играет роль кандидата, а кто-либо из его родных, близких или друзей – роль потенциального работодателя. Задача кандидата – тренировка в умении презентовать свои профессиональные знания и умения, отвечать на «неудобные» вопросы, вести конструктивный диалог. Задача «работодателя» – смоделировать ситуацию, максимально похожую на реальное собеседование при приеме на работу. Несмотря на кажущуюся «детскость» такой тренировки, она способна дать вполне ощутимые результаты. Дело в том, что предстоящее собеседование может сильно тревожить, беспокоить человека. А наибольшее беспокойство вызывают незнакомые, неизвестные события и вещи. Если же попробовать их «на вкус» пусть даже в искусственно созданной, смоделированной обстановке, то это снижает уровень тревоги, поскольку ситуация перестает быть полностью новой и незнакомой [1].

Также необходимо сказать несколько слов о такой проблеме, как неадекватная самооценка и уровень притязаний бывшего осужденного. В первом случае они могут быть завышены. На практике эта проблема проявляется в том, что некоторые осужденные по выходу из мест лишения свободы стремятся сразу устроиться на высокооплачиваемую работу, занять высокие должности. Иногда это стремление подкрепляется прежними заслугами бывшего осужденного, когда еще до лишения свободы он имел достаточно высокий социальный статус. В результате, столкнувшись с несколькими отказами в приеме на работу, он, вместо того чтобы скорректировать свои притязания, вообще перестает искать работу, говорит, что его нигде не ценят и не понимают по-настоящему и т.д. В результате бывший осужденный буквально «садится на шею» своим родственникам или вновь начинает искать сомнительные способы «заработка».

В других случаях на первый план выступает снижение самооценки, чувство несостоятельности, отсутствие у осужденного веры в себя, что тоже не способствует успешному поиску работы.

Здесь также может понадобиться помощь со стороны близких. В первом случае от них требуется проявить настойчивость и нетерпимость к подобному поведению бывшего осужденного. Во втором случае нужны, с одной

стороны, поддержка и понимание, с другой стороны – настойчивое побуждение к продолжению поиска работы.

Таким образом, поводя итоги работы, можно сказать, что ключевой фигурой, от которой зависит успех адаптации, является, несомненно, сам осужденный. Но так-

же важна помощь со стороны ближайшего социального окружения, прежде всего, его родных и близких. Они способны выполнять важные функции, в числе которых на первый план выступают психологическая поддержка, мотивация и побуждение к деятельности, информационная помощь, а также функция социального контроля.

ЛИТЕРАТУРА

1. Жариков Е.С. Психологические средства стрессоустойчивости. М.: Смысл, 1990. 201 с.
2. Загидуллин Р.А. Профилактика рецидивной преступности // Молодой ученый. 2022. № 50 (445). С. 241–242.
3. Молчанова Т.Ю. Профилактика рецидивной преступности: опыт США // Актуальные вопросы борьбы с преступлениями. 2023. № 1. С. 51–53.
4. Распопин Е.В. Изучение причин, препятствующих успешной ресоциализации лиц, освободившихся из мест лишения свободы // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2020. № 07. С. 90–94.
5. Стар Д. Коучинг. Полное руководство по методам, принципам и навыкам персонального коучинга. М.: Бизнес-Психология, 2011. 359 с.
6. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб.: Питер, 2000. 608 с.
7. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: Класс, 2004. 576 с.

© Распопин Евгений Владимирович (ev73@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Уральский юридический институт МВД России