**Моя жизнь после освобождения: проактивная позиция.**

***Харлампиди Эвклид Харлампиевич***
*психолог ФКУ ИК-19, педагог-психолог ГКОУ ВСОШ 36*
***Хуснутдинова Марина Николаевна***
*к. п н., педагог-психолог ГКОУ ВСОШ 36*
*E-mail: husnutdinova71@mail.ru*

**Аннотация.** В данной работе рассмотрены труды зарубежных, и отечественных исследований по психологической реабилитации и адаптации бывших заключенных. Были предложены рекомендации для осужденных после освобождения, которая включает проактивную позицию, а также представлен проект по реабилитации осужденных с наркозависимостью, который реализуется в казанской исправительной колонии № 19.

**Ключевые слова**: осужденные, проактивная позиция, освобождение, зависимость, личностное развитие.

Освобождение - это начало нового этапа, в котором очень важна проактивная позиция к жизни, важны действия и решения, которые будут определять будущее осужденного.

Сегодня много как зарубежных, так и отечественных исследований по психологической реабилитации и адаптации бывших заключенных. Существуют разные подходы и методы, ниже перечислены основные из них:

- функционалистский;
- институциональный;
- ценностный;

- нарратологический;

- социально–психологический и др.

Изучение вопросов, касающихся проактивной позиции осужденных, посвящены труды таких зарубежных исследователей как Джон Броуди (психологические аспекты восстановления после пребывания в заключении, мотивация и проактивное поведение); Эльдар Бояров (исследования по психологической реабилитации и адаптации бывших заключенных, их социальному включению и личностному развитию); Кэрол Двек (теория установки (growth mindset), которая помогает людям развивать проактивную позицию и преодолевать трудности); Мартин Селигман (позитивная психология, развитие внутренней мотивации и устойчивости, что важно для адаптации после освобождения).

Отечественные исследователи А. В. Иванов, Е. П. Смирнова изучали психологию реабилитации заключенных, рассматривая методы психологической поддержки и адаптации в современных реалиях жизни.

Изучив труды зарубежных и отечественных психологов, а также исследования в области проактивной позиции и личностному развитию, мы разработали проект «Моя жизнь после освобождения: проактивная позиция», которая вкачает: 1) это проведение тренингов, лекций, мастер-классов, мероприятий, индивидуальных, групповых консультаций в школе; 2) работа реабилитационном отряде.

Нами также были разработаны рекомендации, основные из которых указаны ниже:

1. Первым шагом на пути к переменам должно стать принятие ответственности за свою жизнь. Не стоит ждать изменений извне, а нужно стать их инициатором, то есть быть не в реактивной, а

проактивной позиции. Вы не должны пассивно ожидать, а активное участие в формировании своей судьбы.

2. Развивать новые навыки. Все что Вам интересно и полезно: рисование, компьютерная грамотность, изучение английского или китайского и др. В этом контексте начать новые навыки, учиться новым вещам и искать возможности для личного роста.

3. Необходимо избавиться от страха перед будущим и неудачами. Смело смотреть в глаза вызовам и воспринимать их как шанс стать лучше, быть целеустремлёнными и настойчивыми. Это даст вам возможность позитивно относится к жизни.

4. Выбирать людей, которые вдохновляют и поддерживают. Не забывать, что вы и сами можете и должны быть источником вдохновения для других.

5. Устроиться на работу. Не будет времени на ненужные мысли, появятся новые «положительные» знакомые и, конечно, что тоже важно – это материальный доход.

6. Ставить перед собой цели. Для начала поставьте перед собой небольшие цели, которые вы можете достигнуть и отслеживайте свой прогресс. Это поможет оставаться мотивированным и продолжать двигаться вперед.

7. Не контактировать с теми, кто употребляет наркотики, не дружит с законом РФ, ведет аморальный образ жизни. Старайтесь не общаться с теми, кто может привести вновь к нарушению закона и сбить с пути.

8. Физическое и эмоциональное здоровье. Необходимо следить за своим питанием, физической активностью, отказаться от вредных привычек. Желательно пройти врачей, чтобы восстановить организм. Также обратите внимание на свое эмоциональное состояние и уделите время самопознанию.

9. Обращаться к специалистам, если не можете справиться самостоятельно. Психологи смогут помочь адаптироваться к новой жизни.

10. Если у вас сложности с работой, с жильем, то необходимо обращаться в специальные центры, где могут вам помочь вернуться к полноценной социальной жизни.

Такие Центры есть во всех городах. Организации часто создаются на личном энтузиазме людей, как правило, имеющих опыт заключения. Успешный пример работы такого центра есть у нас в Казани. Им руководит Азат Гайнутдинов, член Общественной палаты Татарстана. В конце 90-х Гайнудтинов оказался в казанской ИК-2 на три года и восемь месяцев. Находясь там, он увидел, как люди вновь и вновь возвращались в колонию [4].

В Татарстане отбывают наказание более 12,5 тысячи человек, из них ежегодно освобождаются около четырех тысяч. Но в то же время исправительные учреждения пополняются таким же числом заключенных, из которых более 65% — люди, получающие срок не в первый раз. Главная задача центра — помочь освободившимся вернуться к полноценной социальной жизни [4].

Мы считаем, что очень важно начинать готовить к новой жизни после освобождения в проактивной позиции уже в исправительной колонии. Мы хотим поделиться нашим опытом, который активно ведет Харлампиди Эвклид Харлампиевич, психолог ФКУ ИК-19, педагог-психолог ГКОУ ВСОШ 36.

С марта 2019 года в ФКУ ИК-19 реализуется программа реабилитации осужденных, имеющих зависимость от наркотических средств и психоактивных веществ, на базе реабилитационного отряда. Программа, по которой ведется работа в реабилитационном отряде имеет цель - полный отказ от приёма наркотиков и алкоголя

для возвращения в общество полноценного, здорового человека, и снижение рецидива преступлений, через формирование установки на исправление и законопослушный образ жизни [5].

1. Работа ведется при поддержке таких ведомств как: Уполномоченный по соблюдению прав человека в Республике Татарстан, Прокуратура РТ, Министерство здравоохранения Республики Татарстан, ГАУЗ «Республиканский наркологический диспансер», общественный совет при УФСИН России по Республике Татарстан по проблемам деятельности Уголовно-исполнительной системы, ФКУЗ «Медико-санитарная часть №16» ФСИН России, Республиканский СПИД – центр.

2. Программа, по которой проводится работа в реабилитационном отряде ФКУ ИК-19, разработана и реализуется специалистами в области реабилитации алко-наркозависимых. В реабилитационной программе не используются медицинские препараты, она основана исключительно на психокоррекции.

Реабилитационный отряд является стационарным, осужденные во время всего курса реабилитации проживают в отдельном, изолированном от основной массы осужденных и оборудованном в целях создания необходимых условий, помещении. Также имеется небольшой локальный участок. С целью минимизировать количество контактов с другими осужденными не включенными в процесс реабилитации, питание было организованно в помещении реабилитационного отряда.

Пребывание осуждённого в отряде подчиняется правилам внутреннего распорядка (ПВР) исправительных учреждений, согласно приказа № 295 от 16 декабря 2016г. и распорядку дня, утверждённому начальником учреждения.

Критериями для перевода в реабилитационный отряд являются:

1. Наличие зависимости от наркотических средств и психоактивных веществ, т.е. принятие осужденным своего заболевания.

2. Личное желание осужденного пройти курс реабилитации. Для зачисления в реабилитационный отряд осужденным подается заявление на имя начальника ИУ, его кандидатура рассматривается психологами ИК-19 и специалистами КООРН «Вера», в случае принятия положительного решения, осужденный проверяется оперативным отделом и медицинской частью. При отсутствии противопоказаний для зачисления в отряд, осужденным дается письменное согласие, данного с соблюдением требований, установленных статьей 20 Федерального закона от 21 ноября 2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», на реабилитацию и диспансерное наблюдение.

3. Готовность пройти курс реабилитации, выполнение требований реабилитации и соблюдение правил отряда.

4. Наличие облегченных или обычных условий содержания в ФКУ ИК-19 УФСИН России по Республике Татарстан.

5. Отсутствие противопоказаний таких как:

- Наличие психических нарушений, аффективно-волевых расстройств.
- Наличие высокого уровня агрессии с деструктивными формами поведения.
- Наличие склонности к аутоагрессивным действиям.
- Наличие сопутствующих тяжелых соматических и инфекционных заболеваний, требующих специального обследования и лечения.
- Оперативные данные и режимные требования.

• Ремиссия менее одного месяца (по данным анамнеза осужденного).

Реабилитационные мероприятия (лекции, семинары, тренинги, малые терапевтические группы, индивидуальные консультации) проводятся в течении рабочего дня (с 9:30 до 15:30) пять дней в неделю. В выходные дни самостоятельная, письменная работа над индивидуальными заданиями с последующей их проверкой. В воскресенье проводится работа по постлечебной программе с осужденными закончившими стационарный курс реабилитации.

Продолжительность стационарного курса реабилитации составляет порядка 6-9 месяцев.

После прохождения стационарной реабилитации реализуется пост-лечебная программа в амбулаторном режиме, ее продолжительность ограничивается только остатком срока осужденного.

Осужденные, успешно прошедшие стационарный курс реабилитации, получают свидетельство об окончании курса, которое прилагается к их личному делу. После окончания стационарного курса реабилитации осужденные остаются проживать в отряде, при условии их выхода на работу. Проживание в отряде осужденных прошедших реабилитацию, позволяет поддерживать терапевтическую среду и наладить преемственность (помощь новичкам). При освобождении из ФКУ ИК-19 осужденным, выдается выписной эпикриз, для представления в наркологические учреждения государственной системы здравоохранения Российской Федерации, с последующей возможностью снятия с наркологического учета.

Согласно данным, приведенным главой Минюста Константином Чуйченко на встрече с президентом Владимиром Путиным, рецидив преступлений в России составляет более 40%.

Надо отметить, что рецидив преступлений среди людей, прошедших реабилитацию и освободившихся из ФКУ ИК-19 значительно снизился. Это означает, что пилотный проект по организации реабилитации осужденных, имеющих зависимость от наркотических средств и психоактивных веществ на базе реабилитационного отряда ФКУ ИК-19 можно признать максимально успешной.

Таким образом, проактивная позиция осужденного, включая работу уже в самой исправительной колонии по преодолению зависимости, способствует к подготовке к освобождению и жизни в обществе без рецидивов, способствует снижению уровня повторной преступности, научит навыкам социально одобряемого поведения.

Список литературы

1. Змановская, Е.В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения): Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2003. – 288 с.

2. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 2007. – 511 с.

3. "Меня будто стерли". Есть ли жизнь после тюрьмы - РИА Новости, 03.03.2020 [электронный ресурс]// Режим доступа. – URL // https://ria.ru/20170911/1501987730.html?ysclid=mnnekaesd2162585014/ (Дата обращения: 15.03.2025).

4. Как социализироваться после выхода из тюрьмы? [электронный ресурс] // Режим доступа. – URL // https://www.b17.ru/article/430193/?ysclid=mnnef4uzrc378301370 (Дата обращения: 15.03.2025).

5. Отряд из одиннадцати: В татарстанской колонии стартовал проект реабилитации наркозависимых осужденных// Режим доступа. – URL // https://sntat.ru/news/otryad-iz-odinnadtsati-v-tatarstanskoy-kolonii-startoval-proekt-reabilitatsii-narkozavisimyh-

osuzhdennyh-5646439?ysclid=mnnfam17gr611842222 (Дата обращения: 15.03.2025).