

Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры  
«Центр социальной адаптации для лиц без определенного места  
жительства «Альтернатива»

Программа социокультурной и социально-психологической  
реабилитации лиц без определенного места жительства,  
являющихся получателями социальных услуг в  
полустационарной форме, «Синема»

Автор программы:  
Е.В. Чечель,  
заведующий социально-  
реабилитационным отделением;  
Р.М. Мухамедтинова,  
специалист по социальной работе  
социально-реабилитационного  
отделения

г. Сургут  
2017

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Критерии	Описание
Паспорт	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр социальной адаптации для лиц без определенного места жительства «Альтернатива». (20.03.2018 переименовано в Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский районный центр социальной адаптации для лиц без определенного места жительства») (далее – учреждение)
Территориальная принадлежность	г. Сургут, Сургутский район
Наименование, направленность	Программа социокультурной и социально-психологической реабилитации лиц без определенного места жительства, являющихся получателями социальных услуг в полустационарной форме, «Синема»
Составители	Е.В. Чечель, заведующий социально-реабилитационным отделением; Р.М. Мухамедтинова, специалист по социальной работе социально-реабилитационного отделения
Работники, реализующие программу	Чучуйко Е.Я., Рулик Г.Н., психологи; Тимофеева А.М., Севостьянова К.Е., специалисты по комплексной реабилитации
Должностное лицо, утвердившее программу	Директор О.В. Фуранов
Дата утверждения	19.09.2017
Практическая значимость	Программа позволит применить наиболее эффективные методики по выработке самостоятельности, навыков социальной адаптации и подготовить к будущей независимости граждан данной категории
Цель	Создание условий для успешной интеграции в общество лиц без определенного места жительства посредством использования терапевтической технологии – кинотерапии
Задачи программы	Сформировать фильмотеку; Организовать содержательный досуг получателей социальных услуг в условиях полустационарного обслуживания; Повысить у получателей социальных услуг осознанность поведения и мотивацию к решению возникающих проблем; Стабилизировать эмоционально-волевую сферу у граждан целевой группы; Провести мониторинг и анализ эффективности мероприятий программы
Целевая группа	Граждане без определенного места жительства, в том числе пожилые, инвалиды, ранее судимые и лица, освободившиеся из мест лишения свободы, признанные нуждающимися в социальном обслуживании и находящиеся на социальном обслуживании в учреждении
Сроки реализации	19.09.2017-19.09.2021

Ожидаемый результат	Создание фильмотеки, направленной на социокультурную и социально-психологическую реабилитацию получателей социальных услуг; Повышение качества предоставляемых услуг получателям социальных услуг; Успешная социальная интеграция получателей социальных услуг в социум; Стабилизация эмоционально-волевой сферы целевой группы
---------------------	--

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1. Актуальность

*Фотография - это правда.  
А кино - это правда 24 кадра в секунду.*

*Жан-Люк Годар<sup>1</sup>*

Деятельность учреждения осуществляется посредством предоставления комплекса социальных услуг, направленных на формирование социально-средовой адаптации, социально-бытовой, социокультурной и социально-психологической реабилитации. Учреждение оказывает социальные услуги лицам без определенного места жительства, в том числе лицам, освободившимся из мест лишения свободы; лицам, нуждающимся в постоянном постороннем уходе; пожилым гражданам и инвалидам. У данной социальной группы населения ввиду изменения состояния здоровья, социального статуса и образа жизни, возникают затруднения в социально-бытовой сфере и психологической адаптации к новым условиям. Это невольно отражается на их жизненной позиции, стиле общения, ценностных ориентациях и эмоциональной сфере.

Проведенное анкетирование получателей социальных услуг, проживающих в учреждении, выявило наиболее типичные проблемы, препятствующие формированию позитивной жизненной позиции и продуктивному участию в общественной жизни учреждения: состояние здоровья, обусловленное естественными процессами старения; плохая адаптация к быстро меняющимся социально-экономическим условиям; нарушение системы межличностных коммуникаций; наличие личностных, кризисных ситуаций и др. Вышеперечисленные проблемы изменяют ценностные ориентации лиц без определенного места жительства, что негативно отражается на их восприятии, эмоциональной сфере, выборе действий, а соответственно и жизненной позиции.

Обозначенные проблемы явились мотивом для внедрения в работу наряду с уже имеющимися методами работы инновационного метода групповой терапии - кинотерапии.

Кинотерапия является терапевтическим методом воздействия на психику человека. Просмотр кинофильмов заставляет людей страдать и восхищаться, смеяться и плакать. Без единого слова фильмы открывают перед человеком удивительный мир, где он проживает любую жизнь и испытывает любые чувства, оставаясь при этом защищенным темнотой зрительного зала.

Кинотерапия – это групповой метод терапии, предполагающий просмотр популярных художественных кинофильмов с последующим обсуждением в группе.

<sup>1</sup> Кинотерапия и кинотренинг // <http://kinoterapia.info/theoretics-cinematotherapy/aforizm-kinoterapia/>

Всегда творческий увлекательный процесс самопознания в комфортной атмосфере и с беседой после фильма. Кинотерапия помогает людям лучше понимать себя и окружающих, учит управлять своей жизнью.

В первую очередь кинотерапия интересна тем, что с ее помощью получатель социальных услуг через просмотр фильма может получить для себя какие-то немаловажные ресурсы: найти и в дальнейшем использовать новый способ поведения в той или иной проблемной ситуации; посмотреть на проблему с другой точки зрения; разглядеть в своем положении много положительных моментов, которые ранее он не замечал, и т.п. Взгляд со стороны и получение опыта всегда очень важны и полезны, тем более, когда процесс их приобретения также приятен и интересен, как просмотр кинофильма.

Занятия помогают справляться с психологическими трудностями в повседневной жизни. Просмотр и обсуждение фильма позволяют получателю социальных услуг высказать свою точку зрения, стать услышанным и принятым окружающими, услышать мнение другого человека и попытаться его понять. Все вместе это означает осознать свои проблемы и получить возможность с ними справиться.

Кино, подобно зеркалу, позволяет увидеть в героях и сюжете фильма, самих себя, своих близких, свои поступки. Оно предлагает взглянуть на проблемную ситуацию со стороны, оценить происходящее, сделать выводы и подталкивает к принятию единственно верного решения.

Фильм - это своего рода метафора, в которой можно увидеть отражение определенной жизненной ситуации. Он позволяет со стороны посмотреть на собственные трудности. Чтобы оказывать терапевтическое действие, сюжет фильма должен иметь сходство с ситуацией, в которую попал клиент, и предлагать продуктивный выход из нее.

При разработке программы принят во внимание имеющийся отечественный и зарубежный опыт, научные и методические разработки, опыт деятельности других социальных учреждений.

**2. Целевая группа** – граждане без определенного места жительства, в том числе пожилые, инвалиды, ранее судимые и лица, освободившиеся из мест лишения свободы, признанные нуждающимися в социальном обслуживании и находящиеся на социальном обслуживании в учреждении.

### **3. Цель программы**

Создание условий для успешной интеграции в общество лиц без определенного места жительства посредством использования терапевтической технологии – кинотерапии.

### **4. Задачи программы**

Сформировать фильмотеку.

Организовать содержательный досуг получателей социальных услуг в условиях полустационарного обслуживания.

Повысить у получателей социальных услуг осознанность поведения и мотивацию к решению возникающих проблем.

Стабилизировать эмоционально-волевую сферу у граждан целевой группы.

Провести мониторинг и анализ эффективности мероприятий программы.

## 5. Формы и методы работы:

Направление	Формы работы	Методы работы
Организационные	Беседа, реклама, совещание, консультация	Планирование, информирование, работа с документами, инструктирование
Исследовательские	Диагностика, анкетирование, составление первичной карты, оценка проблем получателя социальных услуг	анкетирование, анализ документации, диагностирование, интервьюирование, беседа, сбор информации, количественная и качественная оценка
Практические	Консультация, тематические встречи, просмотр кинофильмов, поведенческий тренинг, мозговой штурм, коммуникативный тренинг	Индивидуальная и групповая работа, организация досуговых мероприятий, наблюдение, опрос, диагностирование, анкетирование, метод самовыражения, рефлексия, проектирование, дискуссия
Аналитические	Мониторинг, анализ достигнутых результатов, оценка эффективности проведенных мероприятий в отношении получателя социальных услуг, отчет	Анализ результатов деятельности, обобщение, анкетирование

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1. Этапы и сроки реализации программы

**1 этап** - организационный (1 месяц) включает:

определение психоэмоционального состояния получателей социальных услуг;  
создание фильмотеки с учетом результатов психоэмоционального состояния получателей социальных услуг;

формирование группы участников программы;

подготовка оборудования, кинофильмов, помещения для проведения мероприятий программы;

подбор психологических методик для анализа кинофильмов.

**2 этап** - основной (10 месяцев) предполагает реализацию мероприятий по двум основным направлениям деятельности: социокультурной и социально-психологической.

**3 этап** - аналитический (1 месяц): анализ и оценка результатов реализации программы; подведение итогов.

### 2. Направления деятельности

1. Социокультурное направление включает организацию и обеспечение досуга получателей социальных услуг путем содержательного наполнения свободного времени с целью удовлетворения духовных и физических потребностей.

В течение 10 месяцев получателям социальных услуг предлагаются для просмотра фильмы, в зависимости от поставленных задач и вопросов, с периодичностью 2 раза в месяц (приложение 1).

Использование кино в процессе социокультурной реабилитации получателей социальных услуг позволяет снимать напряжение, учиться рефлексии и сопереживанию, развивать интеллектуальную и эмоционально-волевую сферы. Это и знакомство с различными социальными типажам (типами темперамента, особенностями характера, социальными ролями) и обучение взаимодействию с ними, а также тренировка внимания, памяти, наблюдательности, навыков формулирования суждений, умения слушать и слышать, формирование эстетического вкуса и художественно-творческих способностей, развитие интеллекта, творческого воображения, фантазии.

При выборе конкретного фильма должны выполняться следующие условия: фильм должен являться высокохудожественным произведением, иметь строгую и четкую тематическую линию; выбирать лучше такой фильм, который по времени не превышает 120 минут.

2. Социально-психологическое (реабилитационное) направление программы предполагает:

- проведение психологических диагностик, анкетирования, опросов;
- индивидуальное и групповое консультирование;
- работа с образами;
- анализ несоответствий, актуальной ситуации.

При выборе психологических методик для обсуждения фильма после просмотра специалистом выбирается та методика, которая оптимальным образом подходит для решения актуальных задач, стоящих перед группой (приложение 2). Выбранная методика может стать как основным методом анализа просмотренного фильма и поиска ответов на поставленную задачу, так и вспомогательным. Таким образом, происходит настраивание участников целевой группы на работу с чувствами, ставится акцент на эмоциональный способ восприятия. Кроме того, при обсуждении фильма необходимо расставить акценты на ситуации, при которых гражданин сильно сопереживал герою, ощущал себя на его месте.

### 3. План реализации программы

№ п/п	Мероприятия	Сроки реализации	Ответственный
<b>1 этап - организационный</b>			
1.	Разработка опросников для определения психоэмоционального состояния получателей социальных услуг	Одна неделя	Психолог
2.	Опрос получателей социальных услуг, проведение диагностики, анализ результатов	Одна неделя	Психолог
3.	Подбор психологических методик для проведения обсуждения фильма после просмотра, фильмотеки	Одна неделя	Психолог
4.	Подготовка оборудования, кинозала для организации киносеансов	Одна неделя	Специалист по комплексной реабилитации

5.	Формирование мотивации у получателей социальных услуг на участие в программе	1 месяц	Психолог, специалист по комплексной реабилитации
<b>2 этап - основной</b>			
6.	Подбор темы и фильма, составление плана занятия, подготовка дополнительной информации (история создания фильма, о героях, артистах и т.д.).	2 раза в месяц	Психолог, специалист по комплексной реабилитации
7.	Выбор психологических методик для проведения обсуждения фильма после просмотра		Психолог
8.	Организация зрительской аудитории - информирование получателей социальных услуг о дате и месте проведения кинопросмотра, подготовка помещения		Ведущий
9.	Краткий опрос участников мероприятия с целью создания доверительной атмосферы	Перед началом демонстрации фильма	Ведущий
10.	Задание, акцентирующее внимание на теме занятия		Ведущий
11.	Просмотр фильма с обеспечением следующих условий: свободное расположение стульев в помещении, возможность угоститься чаем или кофе, наличие письменных принадлежностей	2 раза в месяц	Ведущий
12.	Обсуждение сюжета, главных и второстепенных героев фильма с применением психологических методик (приложение 2) и вопросов (приложение 3)	После демонстрации фильма	Ведущий
13.	Краткий опрос участников мероприятия и заполнение карточки по результатам опроса (приложение 4)	После обсуждения фильма	Ведущий
14.	Заключительное слово ведущего	После опроса участников	Ведущий
15.	Обсуждение занятия	После проведения киносеанса	Ведущий
<b>3 этап – аналитический</b>			
16.	Мониторинг психоэмоционального состояния участников на выходе из программы	после проведения запланированных занятий	Психолог, специалист по комплексной реабилитации
17.	Проведение сравнительного анализа	по результатам мониторинга	Психолог, специалист по

			комплексной реабилитации
18.	Анализ эффективности реализации программы		Заведующий отделением комплексной реабилитации и абилитации, психолог, специалист по комплексной реабилитации
19.	Подготовка отчетной информации по результатам реализации программы		Заместитель директора, Заведующий отделением комплексной реабилитации и абилитации
20.	Проведение итогового совещания при директоре Учреждения и	После проведения анализа программы	Специалисты, задействованные в реализации программы
21.	Трансляция опыта работы по программе		

## РЕСУРСЫ

### 1. Кадровые ресурсы

Должность	Кол-во штатных единиц	Функциональные обязанности
Заведующий отделением комплексной реабилитации и абилитации	1	Общее руководство программой, оценка качества проведенных мероприятий; Контроль реализации программных мероприятий и анализ результатов эффективности реализации программы
Психолог	2	Проведение первичного опроса получателей социальных услуг, психодиагностических исследований; Осуществление работы в рамках реализации программы; Консультирование по вопросам укрепления психического здоровья и психического комфорта получателей социальных услуг
Специалист комплексной реабилитации	2	Разработка нормативно-правового сопровождения, информационно-методического обеспечения программы; Участие в подготовке и проведении мероприятий в рамках программы; Трансляция и распространение опыта по результатам реализации программы



## 2. Материально-технические ресурсы:

Реализация программы осуществляется на базе учреждения с использованием имеющегося оборудования и помещений (персональный компьютер, мультимедийное оборудование, ноутбук, карта памяти, проектор, экран, демонстрационный зал). Закупка расходных материалов проводится по необходимости.

## 3. Информационные ресурсы:

Интернет-ресурсы.

Информационные стенды учреждения.

Официальный сайт учреждения: [www.ksc-alternativa.com.ru](http://www.ksc-alternativa.com.ru).

## 4. Методические ресурсы:

Психологические методики для проведения сеансов кинотерапии.

Список кинофильмов, рекомендуемых для просмотра в соответствии с решаемой проблемой участников программы.

Диагностический материал по определению психоэмоционального состояния получателей социальных услуг.

Методические рекомендации и разработки, наглядные материалы (презентации, фильмы и т. д.) из сайта: [www.kinoterapia.info.ru](http://www.kinoterapia.info.ru).

## РЕЗУЛЬТАТЫ

### Ожидаемые результаты и критерии оценки эффективности

№ п/п	Задача	Ожидаемый результат	Критерии оценки	
			Количественные	Качественные
1	Сформировать фильмотеку	Создание фильмотеки, направленной на социокультурную и социально-психологическую реабилитацию получателей социальных услуг	Количество кинофильмов, включенных в фильмотеку по тематикам	Доля кинофильмов наиболее востребованных у участников целевой группы
2	Организовать содержательный досуг получателей социальных услуг	Повышение качества предоставляемых услуг получателям социальных услуг	Количество проведенных мероприятий; Количество получателей социальных услуг, принявших участие в программе	Доля участников целевой группы, охваченных программой; Наполняемость группы; Степень востребованности и фильмотеки в качестве инструмента кинотренинга
3	Повысить у получателей социальных услуг	Успешная социальная интеграция получателей	Количество получателей социальных услуг, отмечающих	Доля участников программы, успешно интегрированных

	осознанность поведения и мотивацию к решению возникающих проблем	социальных услуг в социум	позитивные изменения в своем состоянии (по результатам диагностик, проведенных на входе и выходе); Количество лиц целевой группы, успешно интегрированных в социум	в социум, от общего количества участников
4	Стабилизировать эмоционально-волевою сферу у граждан целевой группы	Стабилизация эмоционально-волевой сферы целевой группы	Количество получателей социальных услуг, у которых отмечается положительная динамика в эмоциональной сфере	Доля участников программы, у которых улучшилось и стабилизировалось эмоциональное состояние
5	Провести мониторинг и анализ эффективности мероприятий	Оценка эффективности реализации программы	Количество проведенных запланированных мероприятий; Количество граждан, принявших участие в анкетировании по оценке качества социальных услуг, предоставленных в рамках программы	Доля положительных отзывов по качеству предоставленных социальных услуг; Доля граждан целевой группы удовлетворенных качеством программных мероприятий

### Полученные результаты

№ п/п	Задача	Ожидаемый результат	Результаты	
			Количественные	Качественные
1	Сформировать фильмотеку	Создание фильмотеки, направленной на социокультурную и социально-психологическую реабилитацию получателей социальных услуг	34 кинофильма включены в фильмотеку по тематикам	Доля кинофильмов наиболее востребованных у участников целевой группы - 78%
2	Организовать содержательны	Повышение качества предоставляемых	Количество проведенных	74%; Наполняемость

	й досуг получателей социальных услуг	услуг получателям социальных услуг	мероприятий - 312; Количество уникальных получателей социальных услуг, Принявших участие в программе - 417	группы до 98%; Степень востребованности и фильмотеки в качестве инструмента кинотренинга – 99%
3	Повысить у получателей социальных услуг осознанность поведения и мотивацию к решению возникающих проблем	Успешная социальная интеграция получателей социальных услуг в социум	Количество получателей социальных услуг, отмечающих позитивные изменения в своем состоянии - 321; Количество лиц целевой группы, успешно интегрированных в социум - 247	Доля участников программы, успешно интегрированных в социум, от общего количества участников – 59,2%;
4	Стабилизировать эмоционально-волевою сферу у граждан целевой группы	Стабилизация эмоционально-волевой сферы целевой группы	Количество получателей социальных услуг, у которых отмечается положительная динамика в эмоциональной сфере - 321	Доля участников программы, у которых улучшилось и стабилизировалось эмоциональное состояние – 76,9%
5	Провести мониторинг и анализ эффективности мероприятий	Оценка эффективности реализации программы	Количество проведенных запланированных мероприятий – 312; Количество граждан, принявших участие в анкетировании по оценке качества социальных услуг, предоставленных в рамках программы – 306.	Доля положительных отзывов по качеству предоставленных социальных услуг – 81%; Доля граждан целевой группы удовлетворенных качеством программных мероприятий – 81%

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева, Н.Н. Возможности кино-видеотренинга в формировании и совершенствовании профессиональных навыков психолога-консультанта (из опыта работы) //Вестник Чебоксарского филиала МГОПУ им. М.А.Шолохова. Научно-практический журнал. – Чебоксары, 2006. - № 3.- С.175-180.
2. Андреева, Н.Н. Кино-видеотренинг как метод повышения родительской компетентности //Исцеляющее искусство. Международный журнал арт-терапии. – Москва, 2003. - № 4. - С.66-75.
3. Быстрицкий, О.А. Терапия киноискусством: методы повышения психологической компетенции педагогов //Школьный психолог. – Москва, 2007. - № 3. - С.18-21.
4. Введение в кинотерапию, кинотренинг, киноклуб: Публичная лекция С.В.Березина 12.04.2013. Часть 1. Часть 2. – Режим доступа: <http://foster2020.livejournal.com/27211.html>. – Загл. с экрана.
5. Кинотерапия. – Режим доступа: <http://legendikino.narod.ru/kinoterapiya.html>. – Загл. с экрана.
6. Одинцов, В.В. Популярная кинотерапия / В.В.Одинцов. – Казань: «Астор и Я», 2014. – 64 с.
7. Плескачевская (Мельникова), А.А. Кинотренинг и сфера его применения. // Психологическая газета. – 1998. - № 8. - С.18-19, № 9. – С. 26-27.
8. Кинотерапия и кинотренинг. – Режим доступа: <http://kinoterapia.info/>. – Загл. с экрана.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

### Список кинофильмов, рекомендуемых для просмотра в соответствии с решаемой проблемой участников программы

Проблема	Наименование фильма
Выход из сложных жизненных ситуаций, преодоление	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Жить», реж. Василий Сигарев, 2011.</li> <li>• «Васька», реж. Елена Погребижская, 2015.</li> <li>• «Только представь», реж. Анджей Якимовский, 2012.</li> <li>• «Эта замечательная жизнь», реж. Ф.Капра, 1946.</li> <li>• «Дом из песка и тумана», реж. В.Перельман, 2003.</li> <li>• «В погоне за счастьем», реж. Габриэле Муччино, 2006.</li> <li>• «Заклинатель лошадей», реж. Р.Редфорд, 1998</li> <li>• «Изгой», реж. Роберт Земекис, 2000.</li> <li>• «Империя Солнца», реж. С.Спилберг, 1987</li> <li>• «Последний дюйм», реж. Никита Курихин, Теодор Вульфович, 1958.</li> </ul>
Инвалидность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Класс коррекции», реж. Иван И. Твердовский, 2014.</li> <li>• «За тобой», реж. Татьяна Ивашкина, 2011</li> <li>• «Мирный воин», реж. Виктор Сальва, 2006.</li> <li>• «Знахарь», реж. Jerzy Hoffman, 1982.</li> <li>• «Настоящая любовь», реж. Станислав Мареев, 2008.</li> <li>• «Повесть о настоящем человеке», реж. Александр Столпер, 1948.</li> <li>• «Я хочу, чтобы меня любили», реж. Вадим Арапов, 2012.</li> <li>• «Дверь в дверь», реж. Стивен Шактер, 2002.</li> <li>• «Ключи от дома», реж. Джанни Амелио, 2004.</li> <li>• «Малышка на миллион», реж. Клинт Иствуд, 2004.</li> <li>• «Только представь», реж. Анджей Якимовский, 2012.</li> <li>• «Ты есть», реж. Владимир Макеранец, 1993.</li> </ul>
Оптимизм	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Живет такой парень», реж. В.Шукшин, 1964.</li> <li>• «Плюс один», реж. Оксана Бычкова, 2008.</li> <li>• «Человек-улыбка», реж. Антон Ланшаков, 2013.</li> <li>• «Яков-лжец», реж. Петер Кассовиц, 1999.</li> <li>• «Ангел-хранитель», реж. Ник Касл, 2001.</li> <li>• «Всегда говори - Да!», реж. Пейтон Рид, 2008.</li> <li>• «Второй шанс», реж. Дэн Фогельман, 2014.</li> <li>• «Двухсотлетний человек», реж. Крис Коламбус, 1999.</li> <li>• «Подтверждение», реж. Курт Кенни, 2007.</li> <li>• «Реальная любовь», реж. Р.Кертис, 2003.</li> </ul>
Достижение цели, мотивация	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Васька», реж. Елена Погребижская, 2015.</li> <li>• «Мирный воин», реж. Виктор Сальва, 2006.</li> <li>• «Военный ныряльщик», реж. Дж.Гиллман мл., 2000.</li> <li>• «Человек, который изменил все», реж. Беннетт Миллер, 2011.</li> <li>• «Воин», реж. Г. О Коннор, 2011.</li> <li>• «В погоне за счастьем», реж. Габриэле Муччино, 2006.</li> <li>• «Вспоминая титанов», реж. Боаз Якин, 2000.</li> <li>• «Поцелуй у озера», реж. Майкл Скотт, 2012.</li> <li>• «Игра по чужим правилам», реж. Джеймс Гартнер, 2006.</li> </ul>

Алкоголизм, наркомания, игровая, интернет-зависимости, созависимость	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Морфий», реж. Алексей Балабанов, 2008.</li> <li>• «Большие глаза», реж. Тим Бёртон, 2014.</li> <li>• «Дикая», реж. Жан-Марк Валле, 2014.</li> <li>• «Дни вина и роз», реж. Блейк Эдвардс, 1962.</li> <li>• «Зал самоубийц», реж. Ян Комаса, 2011.</li> <li>• «Игрок», реж. Руперт Уайатт, 2014.</li> <li>• «Крупная ставка», реж. Марк Райделл, 2005.</li> <li>• «Нация прозака», реж. Э.Шёлдбьерг, 2001.</li> <li>• «Реквием по мечте», реж. Д.Аронофски, 2000.</li> <li>• «Элементарно», реж. Джон Полсон, Гай Ферленд, Кристин Мур и др., 2012.</li> <li>• «213 грехов», реж. Даниэль Штамм, 2013.</li> </ul>
Взросление, становление личности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Васька», реж. Елена Погребижская, 2015.</li> <li>• «Великан», реж. Питер Челсом, 1998.</li> <li>• «Второй шанс», реж. Фил Джоану, 2006.</li> <li>• «Заплати другому» (Pay It Forward), реж. Мими Ледер, 2000.</li> <li>• «Металлистка», реж. Рагнар Брагасон, 2013.</li> <li>• «Мирный воин», реж. Виктор Сальва, 2006.</li> <li>• «Норвежский лес», реж. Чан Ань Хунг, 2010.</li> <li>• «Одержимость», реж. Дэмьен Шазелл, 2013.</li> <li>• «Паранойя», реж. Роберт Лукетич, 2013.</li> <li>• «Сильная женщина», реж. Пенни Маршалл, 2001.</li> </ul>
Дружба и взаимопомощь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «А в душе я танцую», реж. Дэмиен О Доннелл, 2004.</li> <li>• «Босиком по мостовой», реж. Тиль Швайгер, 2005.</li> <li>• «Девушка на мосту», реж. Патрис Леконт, 1997.</li> <li>• «Есть мечты - будут и путешествия», реж. Брэд Айзекс, 2007.</li> <li>• «Звездочки на земле», реж. Аамир Кхан, Амол Гуптэ, 2007.</li> <li>• «Каток и скрипка», реж. Андрей Тарковский, 1961.</li> <li>• «Кто, если не мы», реж. Валерий Приёмыхов, 1998.</li> <li>• «На обочине», реж. Александр Пэйн, 2004.</li> <li>• «Несколько хороших парней», реж. Роб Райнер, 1992.</li> <li>• «Три короля», реж. Д.О.Расселл, 1999.</li> <li>• «Чистый лист», реж. Жан Бекер, 2010.</li> </ul>
Мужество	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Агора», реж. А.Аменабар, 2009.</li> <li>• «Бьютифул», реж. Алехандро Гонсалес Иньярриту, 2009.</li> <li>• «Невозможное», реж. Хуан Антонио Байона, 2012.</li> <li>• «Побег из Шоушенка», реж. Фрэнк Дарабонт, 1994.</li> <li>• «Скафандр и бабочка», реж. Джулиан Шнабель, 2007.</li> <li>• «Страсти Христовы», реж. М.Гибсон, 2004.</li> <li>• «Шпионский мост», реж. Стивен Спилберг, 2015.</li> </ul>
Фильмы о старости и пожилых людях	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Старик», реж. Ермек Турсунов, 2012.</li> <li>• «Старики-разбойники», реж. Эльдар Рязанов, 1971.</li> <li>• «Дальше - тишина...», телеверсия спектакля Театра имени Моссовета, реж. Валерий Горбачев, Анатолий Эфрос, 1978.</li> <li>• «И жизнь, и слезы, и любовь», реж. Николай Губенко, 1983.</li> <li>• «Небеса обетованные», реж. Эльдар Рязанов, 1991.</li> <li>• «Небраска», реж. Александр Пэйн, 2013.</li> <li>• «Ода к радости», реж. Сергей Айрапетов, 2011.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Остров» реж. П.Лунгин, 2006.</li> <li>• «Ворошиловский стрелок», реж. Станислав Говорухин, 1999.</li> <li>• «Семь стариков и одна девушка», реж. Евгений Карелов, 1968.</li> <li>• «Бабушка», реж. Пол Вайц, 2015.</li> <li>• «Бульвар», реж. Дито Монтиель, 2014.</li> <li>• «Вверх», реж. Пит Доктор, Боб Питерсон, 2009.</li> <li>• «Вдали от нее», реж. Сара Полли, 2006.</li> </ul>
Фильмы о счастье	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «21 грамм», реж. Алехандро Гонсалес Иньярриту, 2003.</li> <li>• «Вечное сияние чистого разума», реж. Мишель Гондри, 2004.</li> <li>• «В погоне за счастьем», реж. Габриэле Муччино, 2006.</li> <li>• «Дневник памяти», реж. Н.Кассаветис, 2004.</li> <li>• «Ешь, молись, люби», реж. Райан Мерфи, 2010.</li> <li>• «Знаки», реж. Патрик Хьюз, 2008.</li> <li>• «Королевский роман», реж. Николай Арсель, 2012.</li> <li>• «Короткий монтаж», реж. Роберт Олтмен, 1993.</li> <li>• «Любовь приходит тихо», реж. Майкл Лэндон мл., 2003.</li> <li>• «Место в сердце», реж. Роберт Бентон, 1984.</li> <li>• «Окно в лето», реж. Х.Хандлэгтен, 2011.</li> <li>• «Разум и чувства», реж. А.Ли, 1995.</li> <li>• «Судьба человека», реж. С.Бондарчук, 1959.</li> <li>• «Счастье», реж. Тодд Солондз, 1998.</li> <li>• «Тайная жизнь слов», реж. Изабель Койшет, 2005.</li> </ul>

## Психологические методики для проведения сеансов кинотерапии

### 1. Ассоциации к ключевым понятиям фильма

**Инструкция:** участники получают пронумерованным списком 10 ключевых понятий фильма (например, семья, кризис, диссоциация, гнев, дружба и т.п.), которые предлагается запомнить, записав под соответствующими номерами слова-ассоциации, возникшие после просмотра. После чего необходимо восстановить сами понятия и объяснить ассоциации.

### 2. Вопросы и ответы

**Инструкция:** участникам предлагается поразмышлять о том, какие вопросы волнуют каждого героя, и о том, что бы они сами ответили на эти вопросы. Вопросы и ответы можно занести в таблицу.

Вопрос героя	Участник 1	Участник 2	Участник 3	...

### 3. Иллюстрации к ключевым понятиям фильма

**Инструкция:** после просмотра на доске помещаются в разной 5-10 ключевых понятий фильма и иллюстрирующие их кадры. Участникам предлагается подобрать пары и объяснить свой выбор. Участники также могут предложить другие сцены, иллюстрирующие предложенные ведущим понятия.

### 4. Ключевые понятия фильма

**Инструкция:** перед просмотром участникам предлагается записать 5-10 (в зависимости от количества участников группы), на их взгляд, самых важных ключевых понятий фильма (например, семья, кризис, диссоциация, гнев, дружба, предательство и т.п.) и расположить их по степени важности от самого важного к наименее важному – о чем же именно рассказывается в фильме. После чего списки зачитываются и объясняются.

Ведущий на доске составляет итоговую таблицу, в которой отмечаются случаи повтора понятий – выбираются понятия, набравшие наибольшее количество голосов.

### 5. Колесо жизни

«Колесо жизни» (рис.1) - методика комплексной субъективной оценки качества и сбалансированности своей жизни путем начисления баллов от 1 до 10 (плохо – хорошо) по основным сегментам, составляющим жизнедеятельность человека. Согласно теории, чем выше выставленные баллы и сбалансированнее отношения между сегментами, тем более позитивно в целом человек оценивает свою жизнь. По итогам работы достаточно наглядно вырисовывается не только общий баланс-дисбаланс, но и наиболее и наименее успешные сегменты; становится понятным, какая сфера жизни нуждается в пристальном внимании и коррекции.

Предлагаемые сегменты могут быть названы участниками группы, из которых составляется круг для анализа. Например: я - сам, здоровье, семья, работа, достаток, общение, развитие, отдых, хобби, питание, проживание и т.д. – как правило, сегменты оформляются с учетом ведущих приоритетов для участников.



Рис.1



**Инструкция:** оцени каждый сегмент по шкале от 1 до 10 и заштрихуй получившуюся диаграмму. Варианты использования методики на сеансах кинотерапии могут быть различными. На просмотре фильма Габриэле Муччино «В погоне за счастьем» участникам можно предложить задание: оценить состояние жизни Криса два раза - в начале истории и конце фильма и посмотреть: какие произошли изменения и почему; какие показатели улучшились, какие ухудшились и что способствовало положительной динамике баланса?

Можно, допустим, сравнивать состояние жизни двух героев или шкалу «идеального героя» с собственной.

### 6. Кто я в фильме?

**Инструкция:** участники в свободной форме отвечают на вопросы:

На кого из героев фильма ты похож наиболее сильно? Почему?

На кого бы ты хотел быть похожим? Почему?

Задание: составить таблицу.

Качества моего героя	Мои качества	Что можно сделать, чтобы приблизиться к идеалу?

### 7. Любимый/нелюбимый персонаж

**Инструкция:** выбери наиболее понравившийся тебе персонаж. Расскажи его историю по фильму. Что, по-твоему, с ним было до начала фильма? Что случилось после? Какой он? Почему он тебе понравился? Что тебе в нем не нравится? Что между вами общего и что различного?

Выбери наименее понравившийся тебе персонаж. Расскажи его историю по фильму. Что, по-твоему, с ним было до начала фильма? Что случилось после? Какой он? Почему он тебе несимпатичен? Что тебе в нем не нравится? Что между вами общего и что различного?

Участники в свободной форме отвечают на заданные вопросы.

### 8. Мысли и чувства героев фильма

**Инструкция:** участникам группы предлагается до или после просмотра фильма перечислить и обсудить переживаемые героем или всеми героями, участвующими в выбранной ситуации, чувства и мысли – как каждый воспринимает происходящее, что

чувствует, что думает, почему реагирует определенным образом и каковы последствия этих процессов?

После чего можно проиграть в драматизации желательные/нежелательные варианты развития событий и ответить на вопрос «Что могло бы помочь героям предотвратить возникшие проблемы?»

### 9. Позитивные и негативные установки

**Инструкция:** перед просмотром участникам группы предлагается выписать встречающиеся в фильме позитивные и негативные ментальные установки типа «Я - конченный неудачник», «Я - самая обаятельная и привлекательная», «Все блондинки - дурочки», «Успех - это карьера», «Несогласных надо мочить» и т.п., которые определяют поведение и поступки героев, развитие событий в фильме.

Возможные варианты работы/вопросов после окончания просмотра:

1. Как та или иная установка повлияла на жизнь героя и происходящие с ним события?
2. Кто и что повлияло на формирование той или иной установки у героя?
3. Произошла ли на протяжении фильма трансформация установок главных героев, в силу чего и каким образом?
4. На какую установку можно было бы заменить имеющуюся, чтобы события развивались более оптимальным образом?
5. Выберите те установки, с которыми вы согласны, и те, с которыми не согласны, и объясните почему.

### 10. Помоги герою решить проблему

**Инструкция:** участникам группы предлагается определить несколько проблем, стоящих перед главными героями фильма, а затем предложить способы их решения «Как бы я действовал, будь я на месте героя?»

Возможный алгоритм:

Определенные проблемы	Формулировка цели и задач	Способствующие факторы	Мешающие факторы	Пошаговый план	Альтернативные способы

### 11. Решение проблем и достижение целей

Методика поможет:

Констатировать и классифицировать имеющиеся проблемы;

Обозначить необходимые для их преодоления задачи и найти пути решения;

Перевести мыслительные процессы из деструктивных в конструктивные.

Методика работы:

Первый этап – определение проблемы: в чем она состоит? Запишите четко и подробно.

Второй этап – определение задач и расстановка приоритетов: чего и как вы хотите достичь? Каким будет первый шаг в сторону решения задачи?

Третий этап – определение всевозможных способов решения. Составьте список возможных альтернатив решения задачки. Запишите все пришедшие на ум, даже «плохие» и «глупые».

Пути решения	Способствующие факторы	Мешающие факторы

Четвертый этап – выбор работающей альтернативы: выберите из списка самый оптимальный вариант действий (один или несколько).

Пятый этап – решение задачи, планирование. Составьте пошаговый план действий и распишите его по дням в своем ежедневнике, включив в расписание, - что и когда, какие ресурсы понадобятся и т.д.

Шестой этап – исполнение. Записывайте в дневник свое достижение по этапам, переживаемые ощущения, встречаемые трудности, помогающие и облегчающие состояние факторы. Сосредоточьте свое внимание на цели. Вносите в план необходимые изменения. Используйте ранее полученные знания и навыки.

### 12. Что бы я сказал на месте героя?

**Инструкция:** участникам группы предлагается после просмотра фильма с учетом решаемых терапевтических задач изменить/инсценировать ключевые проблемные (конфликтные) диалоги, отредактировав их таким образом, чтобы они не усугубляли проблему, а решали ее: «Что бы я сказал, будь я на месте героя/героини?»

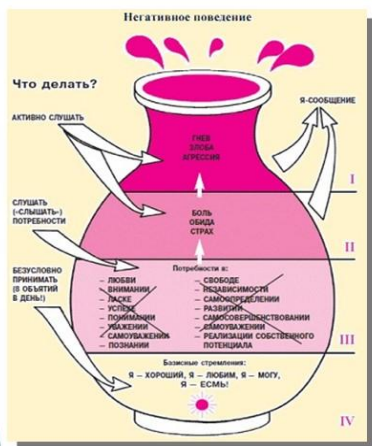
В помощь можно предложить опору на методики «Рука упрека и Рука надежды» (Рис.2) и «Активное слушание» (Рис.3).

Рис.2



Рис.3

### Активное слушание по Ю.Б.Гишпенрейтер



- Отложите дела
- Повернитесь лицом
- Глаза на одном уровне
- Не спешите с вопросами
- Повторите сказанное ребенком по-другому
- Ответ звучит как утверждение
- Держите паузу

- Избегайте автоматических ответов:**
- Приказы, команды
  - Предостережения, предупреждения угрозы
  - Мораль, нравоучения, проповеди
  - Советы, готовые решения
  - Доказательства, нотации, лекции
  - Критика, обвинения, выговоры
  - Похвала
  - Обзывание, высмеивание
  - Догадки, интерпретации
  - Выспрашивание, расследование
  - Сочувствие на словах, уговоры, увещания
  - Отшучивание, уход от разговора

### Что помогает/мешает герою?

**Инструкция:** участники группы делятся на подгруппы, каждой из которой предлагается выбрать карточку с именем одного из героев фильма и составить список того, что помогает (качества характера, навыки, поступки, обстоятельства и т.д.) и что мешает (качества характера, навыки, поступки, обстоятельства и т.д.) ему в достижении его целей. Обсуждение ведется в течение 30 минут, после чего совместно обсуждаются результаты. Для удобства их можно занести в таблицу.

Обсуждение также можно вести всей группой сообща, заполнив таблицу, к примеру, только про какого-то одного из главных героев.

Герой	Цели, задачи	Что помогает?	Что мешает?

### 14. Что такое счастье?

**Инструкция:** Участникам группы предлагается после просмотра фильма (например, одного из рубрики «Счастье») ответить на вопросы «Как в фильме изображено переживание счастья? Каковы атрибуты счастья? Что чувствуют и переживают герои, когда они счастливы?»

Можно заполнить сравнительные таблицы:

Что необходимо для счастья герою фильма?	Что необходимо для счастья мне?
Что чувствует герой фильма, когда он счастлив?	

### 15. Шкала симпатии-антипатии

**Инструкция:** Участникам группы предлагается расположить всех героев по шкале симпатии-антипатии от самого антипатичного к самому симпатичному и обосновать свои выборы. Получившиеся шкалы участники рисуют на доске. После чего участникам предлагается выбрать на своей шкале место для самого себя.



**Самый антипатичный**

**Самый симпатичный**

### Перечень примерных вопросов

для обсуждения с целевой группой после просмотра фильма

1. Понравился ли фильм или нет? Почему? Что конкретно понравилось, что не понравилось, что зацепило ваше внимание?
2. Каковы сюжет фильма, последовательность событий, действующие лица?
3. Каков психологический портрет каждого героя: личностные особенности, нравственные принципы, черты характера, манеры поведения, история жизни и т.д.?
4. Каковы отношения между героями, их история и особенности?
5. Наблюдали ли вы подобные ситуации и отношения в своей жизни?

6. Кто из героев наиболее симпатичен/антипатичен и почему? Кому вы сочувствуете и почему? На кого из героев вы или кто-то из моих знакомых похожи? На кого хотели бы вы походить?
7. Каков стиль общения героев фильма? Как они решают свои проблемы?
8. Что бы вы изменили в ситуации и как бы поступили на месте героя/героев? Что нужно для этого сделать? Что бы вы взяли для себя как образец для подражания? Что считаете правильным или неправильным? Кто, по-вашему, прав, кто не прав, кто виноват и почему?
9. Что бы произошло, поступи тот или иной герой по-другому?
10. Встретилось ли в фильме для вас что-то новое, ранее неизвестное? Совершили ли вы какое-то открытие для себя?
11. Какие эмоции вызвал фильм? Что вас рассмешило, обрадовало, расстроило, вызвало раздражение, рассердило, обидело, испугало, оттолкнуло и т.д.?
12. О чем этот фильм? Какова основная проблема/конфликт и как решает ее режиссер? Какие художественные и технические приемы помогают ему в этом? Что он хочет вам сказать?
13. Почему фильму дано именно такое название? Как название раскрывает смысл фильма?
14. Какие выразительные средства использованы в фильме?
15. Каким образом развивались бы события, если бы режиссер снял вторую серию фильма?
16. Какие психологические, нравственные, философские проблемы затронуты в фильме? Какие из них волнуют вас в настоящий момент или волновали в прошлом?
17. Как этот фильм перекликается с вашей жизнью? Какие уроки вы извлекли для себя и какие выводы сделали?
18. Какие фильмы/произведения освещают сходные проблемы?
19. Как бы отнесся к фильму кто-то из моих знакомых и почему? Кому бы вы порекомендовали посмотреть этот фильм и почему?
20. Какие сцены пересмотрели бы второй раз?

**Карточка  
по результатам устного опроса участников программы «Синема»,  
после просмотра фильма**

Дата « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. Количество присутствующих \_\_\_\_\_

№ п/п	Вопрос	Ответы		
		Да	Нет	Воздержался
1.	Понравился ли вам фильм?			
2.	Нашли ли вы в этом фильме или при его обсуждении что-нибудь полезное для себя?			
3.	Улучшилось ли ваше настроение после просмотра и обсуждения фильма?			

Результат (выводы, рекомендации, замечания) \_\_\_\_\_

Составитель: \_\_\_\_\_