

СОГЛАСОВАНО

Врач психиатр

  
Г.Ф.Касимов.  
« 09 » января 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ СО КК  
«Кропоткинский ПНИ»  
А.В. Сафронов

  
« 09 » января 2024 г.

**Инновационный метод социально-психологического  
обслуживания в ГБУ СО КК «Кропоткинский ПНИ»**

**Тема: « Кинотерапия »**

**2024 год**

**Кинотерапия** - метод психологической коррекции и является одним из направлений арт-терапии, которое предполагает просмотр и обсуждение кинофильма с помощью психолога. В процессе просмотра кинофильма и анализа собственного восприятия участник кинотренинга исследует свои личностные особенности.

**Цель кинотерапии:** самообразование, психокоррекция, структурирование свободного времени.

**Задачи:** научить пожилых людей и инвалидов – участников кинотерапии, анализу и пониманию реальной психологической ситуации с помощью подобранных фильмов.

Способ проведения кинотерапии – групповой. Перед началом работы, формируется группа потенциальных кинозрителей по возможности с более или менее общими интересами и проблемами. Группе пожилых людей и инвалидов предлагаются для просмотра фильмы, которые являются своеобразной иллюстрацией жизни их поколения; фильмы, в которых отражается время их юности, молодости, зрелости; любимые комедии, которые вызывают массу положительных эмоций.

**Первый этап кинотерапии** - подготовительный. Подготовка к проведению занятия заключается в выборе фильма и в составлении программы проведения занятия. Психолог обязательно заранее просматривает фильм и анализирует его, чтобы избежать непредвиденных реакций. Фильм должен являться высокохудожественным произведением, иметь строгую и чёткую тематическую линию. Выбираются фильмы, которые по времени не превышает 120 минут.

**Второй этап** - просмотр фильма. Промежуток между просмотром и обсуждением не превышает 20 минут.

**Заключительный этап кинотерапии** - обсуждение фильма. Высказываются все желающие, сообщая о том, что запомнилось из фильма, что вызвало наибольшее впечатление. Иногда анализ поведения и мотивов поступков персонажей помогают пациенту выразить те мысли, которые трудно было передать словами.

В просмотр кинофильма для пожилых людей и инвалидов менее утомителен и более приемлем чем, например, чтение книг.

**Кинотерапия** - это творческий процесс самопознания, который помогает людям лучше понимать себя и окружающих, учит управлять своей жизнью и эмоциями.

Воздействие одного и того же фильма на разную аудиторию разное. Важен общий итог. Для этого психолог, участвующий в сеансе кинотерапии после просмотра кинофильма обязательно проводит беседу с участниками просмотра и дает необходимые разъяснения.

При этом психолог достигает следующие задачи:

1. Дает эмоциональный толчок группе. В последующем это помогает достичь разрешения как внутренних (внутриличностных), так и внешних (с родственниками, соседями и т.д.) конфликтов участников просмотра.

2. Помогает определить причины, которые способствовали возникновению сложных ситуаций. Знание причин депрессии – первый шаг к выходу из нее. Знание причин ссоры – первый шаг к примирению.

3. Показывает чужой опыт разрешения конфликта. Жизненные уроки пожилых людей не всегда помогают им в преодолении собственных переживаний, на примере героя фильма старики получают опыт преодоления таких ситуаций.

4. Мотивация к решению, к конкретному действию. Нередко глубоко затронувший зрителя сюжет фильма или поступок главного героя дают толчок к действию. Пожилой человек как бы говорит себе: «Если в фильме все получилось, то я у меня тоже получится, если он смог, то и я тоже смогу».

5. Духовный рост.

После полного курса кинотерапии состояние большинства пациентов стабилизируется, у многих происходит положительная динамика, появляются интерес к жизни, позитивные установки на успех. Старики снова становятся жизнерадостными, более духовными, больше и чаще общаются с другими людьми, охотнее идут на контакт с незнакомыми. И, что самое главное, после такой терапии пациенты глубже анализируют свои и чужие поступки, лучше разбираются в людях, их труднее обмануть.

Как проходит сеанс кинотерапии

Проведение кинотерапии требует серьезной подготовки и особого внимания. Ведь фильм, который не затронет сердца пациента, пролетит мимо его сознания – пустая трата времени. А если во время просмотра интересного фильма постоянно будет кто-то мешать, заглядывать в дверь, шуметь в коридоре – мало того, что

впечатления киносеанса могут быть смазанными или вообще завести пациентов «не туда», пожилые люди могут вдобавок серьезно разволноваться или разозлиться, что им мешают.

Кинотерапия никогда не проводится с одним пациентом, на индивидуальном занятии – только в группах. Здесь важен не только сам просмотр, но и последующее обсуждение увиденного. Но численность группы не может превышать несколько человек: психолог должен получить возможность выслушать всех и понаблюдать за реакцией каждого из пациентов.

При формировании группы врач учитывает обязательное требование проведения кинотерапии:

1. Пациенты в группе, формируемой для такой процедуры, должны иметь максимально одинаковый уровень эмпатии, возраст, мотивацию.
2. Второе, не менее важное условие – фильм не должен длиться более двух часов, иначе пациенты устанут, их внимание начнет притупляться.

После окончания фильма все участники группы обсуждают увиденное, делятся своими впечатлениями: что больше всего запомнилось, какой герой вызвал симпатию, поступки какого были неприятны. При обсуждении ролика психолог направляет разговор так, чтобы особое внимание уделялось главному герою, чтобы прозвучал анализ его чувств, реакций, и, обязательно, чтобы прозвучали мысли и выводы самих участников просмотра.

Руководство по проведению киносеанса

Каждый сеанс кинотерапии проходит в три этапа. Это обязательное условие для успешного лечения.

**Этап первый:** выбор фильма для просмотра. Он выбирается заранее, на основании сюжета и исходя из тех проблем, которые в данный момент близки пациентам. В этом случае они легче ассоциируют себя с героями кинофильма, могут поставить себя на их место, сопереживают их проблемам, даже пытаются в ходе сеанса вместе с действующими лицами найти выход. Параллельно с выбором фильма для кинотерапии психолог подбирает помещение, где планируется провести сеанс.

**Этап второй:** просмотр кинофильма. Важно, чтобы во время просмотра ничего не отвлекало стариков от действия, происходящего на экране. Не менее важно, чтобы места для сидения были удобными, комфортными, чтобы пациенты были целиком погружены в перипетии сюжета.

Этап третий и самый важный: обсуждение увиденного. Психолог предлагает участникам сеанса кинотерапии проанализировать и обсудить фильм: рассказать

– одобряют или осуждают они действия главных героев, как бы они поступили на их месте и подвести итоги. С помощью такого анализа пациенты учатся действовать самостоятельно, принимать, порой, нелегкие решения, правильно оценивать свои действия, учатся взаимодействию с другими людьми.

### **Список фильмов для пожилых людей**

1. Бабушка (Grandma), реж. Пол Вайц, 2015;
2. Бульвар (Boulevard), реж. Дито Монтиель, 2014;
3. Вверх (Up), реж. Пит Доктер, Боб Питерсон, 2009;
4. Вдали от нее (Away from Her), реж. Сара Полли, 2006;
5. Век Адалин (The Age of Adaline), реж. Ли Толанд Кригер, 2015;
6. Ворошиловский стрелок, реж. Станислав Говорухин, 1999;
7. Ворчун (Mielensäpahoittaja), реж. Dome Karukoski, 2014;
8. Всё путём (Everybody's Fine), реж. Кирк Джонс, 2009;
9. Второе дыхание (Used People), реж. Бибан Кидрон, 1992;
10. Второй шанс (Danny Collins), реж. Дэн Фогельман, 2014;
11. Вы чье, старичье?, реж. Иосиф Хейфиц, 1988;
12. Гарри и Тонто (Harry and Tonto), реж. Пол Мазурски, 1974;
13. Геронтофилия (Gerontophilia), реж. Брюс Ла Брюс, 2013;
14. Гранд Торино (Gran Torino), реж. Клинт Иствуд, 2008;
15. Дальше — тишина... Телеверсия спектакля Театра имени Моссовета, реж. Валерий Горбачев, Анатолий Эфрос, 1978;
16. Дамы в лиловом (Ladies in Lavender), реж. Чарльз Дэнс, 2004;
17. Девочки из календаря (Calendar Girls), реж. Найджел Коул, 2003;
18. Джинджер и Фред (Ginger e Fred), реж. Федерико Феллини, 1985;
19. Дневник памяти (The Notebook), реж. Н.Кассаветис, 2004;

20. Дом из маленьких кубиков (La Maison en petits cubes), реж. Кунио Като, 2008;
21. Еще один год (Another Year), реж. Майк Ли, 2010;
22. Земляничная поляна (Smultronstället), реж. Ингмар Бергман, 1957;
23. Зимние розы (Des Roses en Hiver), реж. Лоренцо Габриэль, 2014;
24. И жизнь, и слезы, и любовь, реж. Николай Губенко, 1983;
25. Квартет (Quartet), реж. Дастин Хоффман, 2012;
26. Клуб женщин, реж. Владимир Фокин, 1987;
27. Кокон (Cocoon), реж. Рон Ховард, 1985;
28. Красиво уйти (Going in Style), реж. Мартин Брест, 1979;
29. Кус-кус и барабулька (La graine et le mulet), реж. Абделатиф Кешиш, 2007;
30. Летний домик (The Summer House), реж. Уорис Хуссейн, 1993;
31. Лучшие дни впереди (Les beaux jours), реж. Марион Верну, 2013
32. Любовь (Amour), реж. Михаэль Ханеке, 2012;
33. Люди будут съедены (Mennesker bliver spist), реж. Эрик Клаусен, 2015;
34. Миссис Харрис едет в Париж (Mrs. Harris Goes to Paris), реж. Энтони Пуллен Шоу, 1992;
35. Молодость (Youth), реж. Паоло Соррентино, 2015;
36. Морщинки (Arrugas), реж. Игнасио Феррерас, 2011;
37. Моя старушка (My Old Lady), реж. Израэль Хоровиц, 2014;
38. На девятом небе (Wolke 9), реж. Андреас Дрезен, 2008;
39. На золотом пруду (On Golden Pond), реж. Марк Райделл, 1981;
40. Небеса обетованные, реж. Эльдар Рязанов, 1991;
41. Небраска (Nebraska), реж. Александр Пэйн, 2013;

42. Ода к радости, реж. Сергей Айрапетов, 2011;
43. Остров, реж. П. Лунгин, 2006;
44. Отель «Мэриголд»: Лучший из экзотических (The Best Exotic Marigold Hotel), реж. Джон Мэдден, 2011;
45. Отель «Мэриголд»: заселение продолжается (The Second Best Exotic Marigold Hotel), реж. Джон Мэдден, 2015;
46. Отец (Dad), реж. Гари Дэвид Голдберг, 1989;
47. О Шмидте (About Schmidt), реж. Александр Пэйн, 2002;
48. Переписываемая Бетховена (Copying Beethoven), реж. А. Холланд, 2006;
49. Пока не сыграл в ящик (The Bucket List), реж. Роб Райнер, 2007;
50. Последний урок (La dernière leçon), реж. Паскал Пузаду, 2015;
51. Последнее танго в Галифаксе (Last Tango in Halifax), реж. Эрос Лин, Сэмюэл Донован, Джилл Робертсон, 4 сезона, 2012;
52. Последняя из блондинок-красоток (The Last of the Blonde Bombshells), реж. Гиллис МакКиннон, 2000;
53. Послесловие, реж. Марлен Хуциев, 1983;
54. Поэзия (Shi), реж. Ли Чан Дон, 2010;
55. Продлись, продлись, очарование..., реж. Ярополк Лапшин, 1984;
56. Простая история (The Straight Story), реж. Дэвид Линч, 1999;
57. Реальные парни (Stand Up Guys), реж. Фишер Стивенс, 2012;
58. Робот и Фрэнк (Robot & Frank), реж. Джейк Шрейер, 2012;
59. РЭД (RED), реж. Роберт Швентке, 2010;
60. Самый быстрый Индиан (The World's Fastest Indian), реж. Роджер Дональдсон, 2005;
61. Семь стариков и одна девушка, реж. Евгений Карелов, 1968;
62. Смерть господина Лазареску (Moartea domnului Lazarescu), реж. Кристи Пую, 2005;

63. Стажер (The Intern), реж. Нэнси Майерс, 2015;
64. Старик (Shal), реж. Ермек Турсунов, 2012;
65. Старики-разбойники, реж. Эльдар Рязанов, 1971;
66. Старперцы (Last Vegas), реж. Джон Тертелтауб, 2013;
67. Старые ворчуны (Grumpy Old Men), реж. Дональд Питри, 1993;
68. Столетний старик, который вылез в окно и исчез (Hundraåringen som klev ut genom fönstret och försvann), реж. Феликс Хернгрен, 2013;
69. Сюрприз старины Неда (Waking Ned), реж. Кирк Джонс, 1998;
70. Третий акт (The Magic of Belle Isle), реж. Р. Райнер, 2012;
71. Умберто Д. (Umberto D.), реж. Витторио Де Сика, 1952;
72. У них все хорошо (Stanno tutti bene), реж. Джузеппе Торнаторе, 1990;
73. Уступи место завтрашнему дню (Make Way for Tomorrow), реж. Лео МакКери, 1937;
74. Филомена (Philomena), реж. Стивен Фрирз, 2013;
75. Флорида (Floride), реж. Филипп Ле Гюэ, 2015;
76. Цвет сакуры (Kirschblüten — Hanami), реж. Дорис Дёрри, 2007;
77. Человек и его собака (Un homme et son chien), реж. Франсис Юстер, 2008;
78. Шофер мисс Дэйзи (Driving Miss Daisy), реж. Брюс Бересфорд, 1989;
79. Эльза и Фред (Elsa y Fred), реж. Маркос Карневале, 2005;
80. Я увижу тебя в своих снах (I'll See You in My Dreams), реж. Бретт Хейли, 2015.