

Кинотерапия: современный взгляд на возможности применения

Е.И. Захарова, О.А. Карбанова
МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия

Поступила 14 мая 2018/ Принята к публикации: 27 мая 2018

A modern view of how to apply film therapy

Elena I. Zakharova*, Olga A. Karabanova

Lomonosov Moscow State University Moscow, Russia

* Corresponding author E-mail: e-i-z@yandex.ru

Received May 14, 2018 / Accepted for publication: May 27, 2018

Актуальность (контекст) тематики статьи. Развитие психологических практик привело к созданию кинотерапии, зарекомендовавшей себя перспективным методом оценки и трансформации ценностно-смысловой сферы личности. Однако широкому распространению метода кинотерапии препятствует недостаточная изученность механизмов его психологического воздействия. Актуальной задачей является создание проективного метода диагностики ценностно-смысловой сферы личности средствами художественной кинематографии, а также разработка технологий воздействия квази-формирующего и обучающего типа.

Целью статьи является анализ возможностей применения кинотерапии для решения психотерапевтических, диагностических, коррекционных, развивающих задач.

Описание хода исследования. Рассмотрены теоретические основания кинотерапии как вида арт-терапии, выделены сходство и различия с библиотерапией. Обсуждается развитие метода кинотерапии – от задач совладания с эмоциональными нарушениями и восстановлением баланса психодинамических сил до широкого спектра задач оптимизации личностного роста и образования. Проанализированы психологические механизмы воздействия в процессе кинотерапии: проекция, идентификация с героем, рефлексия, катарсис, социальное научение. Выделены базовые приемы личностной трансформации, применяемые в кинотерапии. Определены основные темы для группового и индивидуального обсуждения после просмотра художественного фильма. Приведены результаты пилотажного исследования, доказавшего высокую эффективность метода кинотерапии при подготовке к родительству женщин.

Результаты исследования. На основании анализа психологической практики использования средств художественной кинематографии как метода психологического воздействия можно сказать следующее. Хотя метод кинотерапии успешно зарекомендовал себя в решении психотерапевтических, развивающих, образовательных задач, однако психологические механизмы его воздействия исследованы недостаточно глубоко, а возможности кинотерапии в развитии личностного потенциала человека используются далеко не полно.

Выводы. Перспективы развития данного метода связаны с разработкой проективных методов исследования неосознаваемых имплицитных установок личности, что позволит повысить эффективность диагностической работы, а также с разработкой квази-формирующих техник психологического воздействия на ценностно-смысловую сферу человека на основе активизации его личностного потенциала и учета актуальных задач развития каждой возрастной группы.

Ключевые слова: арт-терапия, кинотерапия, метафора, идентификация, психологический механизм воздействия, ценностно-смысловая сфера, установка материнства.

Background. The development of psychological practices has emerged such promising method for evaluating and transforming the value semantic sphere of the individual as film therapy. However, the wide dissemination of the method is held up by insufficient knowledge of the mechanisms that make up its psychological impact. The urgent task is to elaborate on the projective method for diagnosing the value semantic sphere of the individual by means of artistic cinematography, and also to develop the technologies for quasi-forming and learning technique.

The Objective is to analyze the possibilities of using film therapy for solving psychotherapeutic, diagnostic, correctional, and developmental problems.

Design. The theoretical bases of film therapy as a kind of art therapy are considered, similarities and differences with bibliotherapy are emphasized. The paper discusses the development of film therapy as a method with a wide range of tasks from coping with emotional disturbances and restoring the balance of psychodynamic forces to a wide array of issues including optimizing personal development and education. Psychological impact mechanisms in the process of cinema therapy, i.e. projection, identification with the hero, reflection, catharsis, social learning are analyzed. Basic methods of personal transformation used in film therapy are singled out. Basic topics for group and individual discussion after watching a feature film are identified. The results of a pilot study that proved the high efficiency of the film therapy method in pregnant women are presented.

Research results. Based on the analysis of the psychological practice using artistic cinematography as a method of psychological influence the following tips should be laid emphasis on. Although the method of film therapy has successfully proved itself in solving psychotherapeutic, developmental, and educational problems, the psychological impact mechanisms have not received enough focus, and the possibilities of film therapy in the development of personal potential are far from being fully employed.

Conclusion. Prospects for the development of this method are associated with the development of projective methods for investigating the unconscious implicit attitudes of the individual, which will increase the effectiveness of diagnostic work, and also the development of quasi-forming techniques of psychological impact on the human value sphere enhancing their personal potential and taking into account the actual development challenges of each age group.

Keywords: art therapy, film therapy, metaphor, identification, psychological impact mechanism, value semantic sphere, motherhood suggestion

Арт-терапия как терапия искусством представляет одно из самых многообещающих, перспективных и мало изученных направлений психологической практики. Можно выделить три подхода к интеграции искусства и терапии, по-разному раскрывающие содержание и механизмы воздействия искусства на разрешение проблем, психологическое благополучие и развитие личности. В психоаналитическом подходе в работах пионера арт-терапии М. Наумбург акцент переносится на терапию,

пациента в процесс создания художественных образов, будь то рисунок, сочинение или восприятие произведения искусства любой формы (Kramer, 1958, 1990). По мнению Э. Крамер, необходимо учитывать два процесса, реализуемые в ходе художественной деятельности. Во-первых, сублимацию, позволяющую «переключить» энергию либидо на социально желаемые цели и тем самым восстановить баланс психодинамических сил. Во-вторых, коммуникацию, в которой рисунок, являясь посланием бессоз-

ценностно-смысловой и мотивационной сфере. Не адаптация к социальной среде, не улучшение системы отношений с миром, а рождение новой потребности в творчестве и соответствующая трансформация всех жизненных отношений личности становится результатом арт-терапии (Бурно, 1989; Карабанова, 1977). Таким образом, в русле решения относительно узкой психотерапевтической задачи возникло и окрепло новое направление, позволяющее выйти за пределы клинической практики. Арт-терапия (А. Хилл), первоначально направленная на улучшение эмоционального состояния человека за счет снижения внутреннего напряжения, значительно расширяет радиус возможного воздействия. Объектом арт-терапевтического воздействия становится уже не больной человек (пациент), а личность, стремящаяся не только избавиться от негативных переживаний, но раскрыть и обогатить свой творческий потенциал, ориентированная на саморазвитие и самовыражение в произведениях искусства.

Объектом арт-терапевтического воздействия становится уже не больной человек (пациент), а личность, стремящаяся не только избавиться от негативных переживаний, но раскрыть и обогатить свой творческий потенциал, ориентированная на саморазвитие и самовыражение в произведениях искусства

а арт (искусство) выступает лишь как средство, позволяющее преодолеть сопротивление и придти к осознанию бессознательных процессов. Здесь именно терапия является и целью, и содержанием психопрактики, а искусство лишь дополняет арсенал методических инструментов аналитика (Naumburg, 1958, 1966). В концепции Э. Крамер, которая, как и М. Наумбург, является представительницей психодинамического подхода, напротив, само искусство выступает фокусом внимания, а терапевтический эффект является результатом включения

нательного, принимает на себя функцию коммуникации социальному окружению скрытых, подавленных влечений и конфликтов пациента, способствуя более глубокому пониманию партнерами друг друга и улучшению их межличностных отношений. Третий подход отводит решающую роль в арт-терапии процессам творчества и творческого воображения, полагая, что сам процесс арт-терапии порождает новые потребности человека – в творчестве, поиске форм самовыражения, и приобретает самостоятельное значение и особый приоритет в его

Арт-терапия, как способ психологического воздействия, имеет ряд преимуществ, по сравнению с другими психотерапевтическими методами. Приобщение к искусству вызывает положительные эмоции. Технические навыки (рисование, игра, сочинение и обсуждение сказок, восприятие музыкального произведения) складываются в детские годы, поэтому отличаются доступностью для широкого круга взрослых людей. Возможность обойтись без слов создает возможность самовыражения для людей, испытывающих трудности в вербальном описании своих переживаний. Все это позволяет обходить «цензуру сознания», способствуя выражению скрытых желаний, идей, состояний, поведения, которые в обычной жизни не проявляются.

В конце XX-го века психотерапевт Берни Вудер разрабатывает еще одно направление арт-терапии – кинотерапию, используя новый метод для лечения эмоциональных проблем своих пациентов (депрессивных состояний, фобий, зависимостей, суицидальных намерений). Использование метода кинотерапии было востребовано в первую очередь в русле психоаналитического подхода (Berg, URL: <http://www.uspress.edu/books/>)



Елена Игоревна Захарова –
доктор психологических наук,
доцент кафедры возрастной психологии Московского
государственного университета им. М.В. Ломоносова
E-mail: e-i-z@yandex.ru
<https://istina.msu.ru/profile/zakharova/>



Ольга Александровна Карабанова –
член-корреспондент РАО, доктор психологических
наук, профессор кафедры возрастной психологии
факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова
E-mail: okarabanova@mail.ru
<https://istina.msu.ru/profile/Okarabanova/>

pages/6945.html; Gabbard, 2001; Kluge, URL: <http://www.dspp.com/papers/kluge.htm>). Стремительное развитие кинематографа способствовало обогащению приемов психоанализа. Дана Намди обращает внимание на их взаимопроникновение, позволившее, с одной стороны, популяризировать идеи психоанализа, с другой, способствовало появлению новой тематики художественных произведений (Дмитриева, Одинцова, Намди, 2016). Стимульным материалом для работы становится заранее отобранный по определенной тематике фильм, просмотр которого сопровождается, как правило, групповым обсуждением под руководством психолога. Обсуждение поступков и переживаний персонажей фильма могут помочь клиентам получить более адекватное и полное представление о собственной жизни, соприкоснуться с чувствами и эмоциями, увидеть ситуацию с другой точки зрения. Это позволяет преодолеть страх и тревогу, создает ситуацию эмоциональной безопасности для обсуждения собственных проблем на основе идентификации с героями фильма, чье сходство судьбы с собственной историей осознается либо самими клиентами, либо с помощью терапевта. Герои фильма сталкиваются с теми же проблемами, что и зрители в своей реальной жизни: утратой, неудачей, несправедливостью, изменой, отвержением и изоляцией, низкой самооценкой и др. Использование метафоры как художественного средства позволяет значительно ускорить процессы инсайта – глубокого и целостного постижения сущности проблемной ситуации и возможностей ее разрешения (Sharp, Smith & Cole, URL: <https://doi.org/10.1080/09515070210140221>). Преимущества арт-терапии как дополнительного метода работы связаны с тем, что использование метафорического выражения проблемы позволяет перейти к ее анализу и обсуждению, в то время как прямой директивный подход провоцирует защитные реакции клиента, не позволяя выйти на ее осознание и проработку. Это положение получило убедительное подтверждение в сравнительном исследовании эффекта двух форм интервенции с целью оптимизации деструктивных детско-родительских отношений в групповой работе с пятнадцатилетними

девушками-подростками. Было показано, что просмотр художественных фильмов содействует открытому обсуждению проблем материнско-дочерных отношений и отношений с отсутствующим отцом, в то время как попытка прямого разговора об этих отношениях вызывает сопротивление, отказ и негативные аффективные реакции (Vierman, 2003).

Кинотерапия имеет явное сходство с библиотерапией, которая строится как обсуждение и совместный анализ специальным образом отобранных книг

Преимущества арт-терапии как дополнительного метода работы связаны с тем, что использование метафорического выражения проблемы позволяет перейти к ее анализу и обсуждению, в то время как прямой директивный подход провоцирует защитные реакции клиента, не позволяя выйти на ее осознание и проработку

и историй, что, однако, не исключает их различий. Существенным преимуществом фильмов перед книгами является использование совокупности различных модальностей: музыки, цвета, яркости изображений, динамики развертывания перед глазами зрителя историй, что позволяет говорить о глубинном эмоциональном уровне воздействия. Воссоздание истории на основе визуализации позволяет прочувствовать и осознать психологическую коллизию в определенном заданном создателем фильма ключе, сохраняя, тем не менее, широкие возможности личностного осмысления и интерпретации увиденного.

Воссоздание истории на основе визуализации позволяет прочувствовать и осознать психологическую коллизию в определенном заданном создателем фильма ключе, сохраняя, тем не менее, широкие возможности личностного осмысления и интерпретации увиденного

Анализируя психологические механизмы воздействия на зрителя, исследователи обращаются к процессу идентификации зрителя с героем художественного произведения. Зритель выбирает героя, который ему наиболее близок на данном этапе жизни по типу поведения, по способу решаемой задачи, по сходной жизненной ситуации или стоящей перед ним психологической проблеме. Это обеспечивает ему возможность эмоционального включения (Психологическое консультирование ..., 2017). Результатом такой идентификации становится «заражение»

эмоциональным состоянием героя с последующим глубоким катарсисом. Художественное произведение не только позволяет зрителю преодолеть защитные механизмы и испытать «страсти и желания», подавляемые в повседневной жизни, но в метафорической форме предлагает способ решения проблемной ситуации. Соответственно, существенным условием эффективности терапевтического воздействия является наличие сходства сюжета с актуальной жизненной ситуацией, в которой находится клиент (Прокофье-

ва, URL: <http://kinoterapia.info/theoretic-cinematotherapy/method-of-kinoterapia/>). Кроме того, возможность идентификации с героем достигается особыми приемами возбуждения симпатии, обеспечивая возможность возникновения сопереживания зрителя. Герой не только должен оказаться в опасной ситуации, вызывающей волнение и сопереживание у зрителя, но и быть наделен как особыми способностями, так и узнаваемыми недостатками и слабостями. Эффект узнавания усиливается, если герой фильма действует в знакомой зрителю ситуации (Червинский, URL: <https://kinodramaturg.ru/a-chervinskij-kak-xoroshoprodat-xoroshij-scenarij/>).

Таким образом, проблема воздействия искусства на развитие и психологическое состояние личности разрабатывалась функциональной теорией в рамках «онтологии самого искусства» (Крупник, 1999). Психологической модификацией функциональной теории искусства является направление, опирающееся на объективно-аналитический метод анализа, предложенный в свое время Л.С. Выготским для изучения психологии искусства. Представители этого направления рассматривали художественное произведение как систему художествен-

но-выразительных средств, «сознательно и преднамеренно организованных с таким расчетом, чтобы вызвать эстетическую реакцию» и тем самым воздей-

Данный подход к психотерапевтической работе посредством кинематографии был поддержан и существенно обогащен в онтопсихологии Антонио Ме-

Отношение к герою и его жизненной ситуации определяется, в первую очередь, проекцией собственных ценностных установок, личностных черт и актуальных переживаний. В связи с этим, анализ переживаний, возникших в ходе просмотра кинофильма, способствует осознанию зрителем собственной жизненной ситуации и личностной позиции, открывая это содержание для развития и коррекции

ствовать на реципиента (Выготский, 2010). Однако психология искусства не может рассматриваться в отрыве от личности, на которую оказывается воздействие. По мнению Е.В. Крупника, в процессе знакомства с художественным произведением у субъекта возникает «художественное сознание» как особого рода отношение к произведению искусства. Воздействие искусст-

нетти, который сосредотачивает внимание не только на просмотре фильма, но и на последующем его обсуждении в группе зрителей (Менегетти, 2014а, 2014б). Подчеркивая, что кино является «самым распространенным в современном мире и самым могущественным средством коммуникации», он вызывает зрителя на разговор, направленный на выявление проективного характера пе-

Фильм становится средством выражения бессознательного как отдельного индивида, так и группы участников. Организованное после просмотра фильма обсуждение позволяет каждому зрителю понять, насколько его личное восприятие расходилось с объективным содержанием образа. Следовательно, по мнению автора, с помощью данного метода можно диагностировать и с очевидностью представлять субъекту его бессознательное

ва на личность представляет собой, таким образом, целостный системный акт, в котором воздействие стимула (произведение искусства с его системой выразительных средств) преломляется через художественное сознание личности, что и определяет, в конечном счете, эффект «последствия» художественного произведения на личностную организацию человека (Крупник, 1999). Возникающие под влиянием художественного фильма переживания свидетельствуют о том, что происходящие события приобретают для каждого человека особый личностный смысл. Отношение к герою и его жизненной ситуации определяется, в первую очередь, проекцией собственных ценностных установок, личностных черт и актуальных переживаний. В связи с этим, анализ переживаний, возникших в ходе просмотра кинофильма, способствует осознанию зрителем собственной жизненной ситуации и личностной позиции, открывая это содержание для развития и коррекции.

реживаний, при этом, позволяя ему понять, насколько его личное восприятие расходилось с объективным содержанием образа. По мнению А. Менегетти, «правильно» созданный фильм раскрывает широкое пространство для переживаний, чувств и эмоций. В процессе группового обсуждения человек постигает специфику собственных переживаний, совершая акт самопознания (Менегетти, 2001). С помощью средств художественного произведения режиссер создает яркие, выразительные образы, но они являются лишь материалом для образов, создаваемых воображением самого зрителя. Они, по мнению Менегетти, позволяют проявиться внутреннему миру человека, поскольку «сквозь вереницу сменяющихся образов мы улавливаем проявление интенциональности бессознательного, но не режиссера, а зрителя» (Менегетти, 2014а). Фильм становится средством выражения бессознательного как отдельного индивида, так и группы участников. Организованное после просмотра фильма обсуждение

позволяет каждому зрителю понять, насколько его личное восприятие расходилось с объективным содержанием образа. Следовательно, по мнению автора, с помощью данного метода можно диагностировать и с очевидностью представлять субъекту его бессознательное. Участнику дискуссии открывается скрытое содержание его личности. Полученное знание можно использовать и для лечения человека, и для содействия его дальнейшему личностному росту. В рамках онтопсихологии появляется новое название метода – кинемалогия (от греческого «кинео» – двигаю, двигаюсь и латинского «логос» – наука, познание), в котором акцент смещается на возможности самопознания. Показаниями к использованию данного метода являются эмоциональные нарушения, скрытые неосознаваемые и открытые осознанные неурегулированные внутриличностные и межличностные конфликты, низкий уровень развития самосознания и самооценки, аддикции, в том числе эмоциональная зависимость и зависимость от психоактивных веществ, недостаточный уровень осознания и понимания собственного поведения, конфликтов в межличностных отношениях и их причин, утрата, посттравматическое стрессовое расстройство, депрессии, тревожные расстройства социального генеза, все виды расстройства пищевого поведения.

История использования метода кинотерапии в нашей стране непродолжительна. Несмотря на то, что в Большой медицинской энциклопедии еще в 1949 году впервые появилась статья о кинотерапии, как новом методе лечения с помощью просмотра специально отобранных фильмов, оказывающих психотерапевтический эффект, в России его использование не получило широкого распространения (Пензин, 2003). В настоящее время обращение к данному средству психологического воздействия происходит все чаще. Е.Н. Павлова, анализируя современную практику использования кино в терапевтических целях, описывает несколько вариаций этого метода. Наибольшей популярностью, по ее мнению, пользуется использование кинофильма (или его фрагмента) в качестве иллюстрации обсуждаемого способа поведения. Кинофрагменты используются на когнитивных тренингах для формирования образов

успешного и неуспешного поведения. Яркие художественные образы способствуют закреплению паттернов собственного поведения и помогают точнее распознавать значение поведения других людей (Павлова, <https://kinoterapiya.ru/method>). В качестве вспомогательного приема может быть рекомендован самостоятельный просмотр фильма. В ряде случаев для помощи клиенту может быть составлена программа индивидуального просмотра в течение месяца. Использование кинофильма в качестве отправной точки для последующей дискуссии требует особого мастерства терапевта. На сегодняшний день опыт такого индивидуального творчества недостаточно операционализирован, так как практикующие терапевты редко занимаются анализом и систематизацией своего опыта, как это делал А. Менегетти. Вместе с тем, можно выделить ряд приемов, которые составляют основу психотерапевтической работы. К ним относятся:

- прием децентрации, позволяющий увидеть проблемную ситуацию как открывающую новые возможности и перспективы, изучить различные варианты решения сложной проблемы и выбора поведения;
- прием реконструкции нарушенных межличностных отношений на основе принятия нормы диалога в общении, эмпатии, сострадания к другим и себе, терпимости и принятия других такими, какими они есть, преодоления старых обид и проявления открытости к любви;
- переосмысление жизненных целей и постановка новых целей на основе осознания ригидных, ограничивающих свободу выбора убеждений, определения того, что действительно является важным для клиента, и отказа от ложных установок, формирования умения рассматривать воспринимаемые препятствия как возможности для роста;
- фасилитация самопознания и повышение самооценки, благодаря обретению умения видеть себя в новом свете, принимать себя, открывать в себе новое;
- прием трансформации чувств клиента от тревоги, страхов и депрессии к надежде, радости и вдохновению;
- прием осознания неэффективного ролевого поведения, ориентация на кон-

структивные ролевые модели и обучающие соответствующему поведению;

- переживание утраты и неразрешенного горя на основе кристаллизации позитивного опыта и примирения со смертью и со своим прошлым.

Использование кинематографического воздействия является наиболее адекватной формой работы с молодежной возрастной группой, так как отвечает актуальной задаче развития молодежи – самопознанию и саморазвитию. Активизирующее воздействие кинематографа основано на возможности трансляции молодому человеку социо-культурного опыта и личностных смыслов, создания условий внутреннего диалога

Круг вопросов, которые становятся предметом обсуждения после просмотра фильма, включают следующие темы:

- чувства, эмоции переживания, испытываемые во время просмотра фильма, прежде всего, наиболее интенсивные, вызывающие беспокойство, дискомфорт, кажущиеся несовместимыми с событиями, происходящими в фильме (например, смех во время трагической сцены или злость и грусть в позитивной ситуации);
- наиболее значимые символы;
- идентификация с одним из героев фильма, выяснение, с кем именно и почему;
- черты персонажей фильма, вызвавшие восхищение или зависть;
- кто из героев фильма не понравился и почему;
- сцены, вызвавшие сильные эмоции – что происходило и что было сказано;
- какое воздействие оказал финал фильма;
- кто из героев фильма напомнил о ком-то из прошлого клиента или настоящего;
- что больше всего понравилось в фильме;
- что меньше всего понравилось в фильме;
- сцены, вызвавшие отторжение, нежелание смотреть фильм;
- сцены, наиболее запомнившиеся, которые произвели наиболее сильное впечатление;
- основная мысль фильма, его посыл, миссия;
- что именно в фильме хотелось бы применить в своей собственной жизни.

Особые возможности содержит в себе подход к кинотерапии, при котором используется не готовое художественное произведение, а организуется съемка короткого сюжета, главным героем которого становится сам клиент (В. Эдигер).

Для такой работы психотерапевт должен совмещать профессии психолога и кинематографиста. Воплощая фантазии клиента, психолог способствует «прорыву бессознательного», раскрывая его для последующего рационального анализа.

Мы видим, что, возникнув как психотерапевтический метод, кинотерапия в настоящее время широко используется как метод психологического воздействия в ходе развивающей работы и для решения образовательных задач. В решении задач оптимизации личностного развития используются такие возможности кинематографического воздействия, как активизация самопознания, способствующая формированию идентичности таких личностных качеств, как толерантность и эмпатия. В целом ряде исследований показано, что являясь «самым массовым из искусств», кино оказывает существенное влияние на развитие мировосприятия, формирование системы семейных ценностей, моральное и нравственно-этическое развитие, формирование социальной (социально-ролевой, гражданской, гендерной) и личностной идентичности, и эмоционально-личностное развитие молодого человека (Бочаров, 2008; Макеева С.А., Макеева А.А., 2017).

Использование кинематографического воздействия является наиболее адекватной формой работы с молодежной возрастной группой, так как отвечает актуальной задаче развития молодежи – самопознанию и саморазвитию. Активизирующее воздействие кинематографа основано на возможности трансляции молодому человеку социо-культурного опыта и личностных смыслов, создания условий внутреннего диалога. В исследовании Т.М. Батула показано влияние дискурса кинематографа на идентичность. По мнению автора, кино создает условия для усвоения представлений о культурных и идеологических конструктах, причем транслируемое содержание воспринимается зрителем как естественное и адекватное (Batool,

2010). В условиях специально организованной процедуры кинотренинга, которая предполагает использование киносредств, заранее подобранных с учетом наиболее значимых для участников тренинга личных жизненных проблем, и дальнейшего их обсуждения удастся существенно по-

ственной семьи, их осознанию и поиску путей решения (Ballard, 2012; Kluge, URL: <http://www.dspp.com/papers/kluge.htm>).

Специальной задачей является отбор фильмов, отвечающих содержанию проблем и индивидуально-психологическим, возрастным и личностным, в том числе

В отличие от пассивного восприятия содержания лекции, переживания, вызванные просмотром художественного произведения, и их последующее обсуждение обеспечивают личностную включенность зрителя, что находит отражение в успешном усвоении тех идей и положений, которые заданы контентом произведения

высить уровень эмпатии молодых людей (Ахмедзянова, 2011). В исследовании показано, что эмпатийному реагированию и повышению показателя эмпатии студентов-гуманитариев способствует актуализация основных механизмов когнитивной, эмоциональной и поведенческой эмпатии: интерпретации, децентрации, идентификации, эмоционального заражения. Успешной оказалась и работа, направленная на повышение степени толерантности по отношению к людям с ограниченными возможностями (Кожухарь, Арапов, URL : http://kinoterapia.info/arapov_koguhar/). Анализ результатов использования психологического воздействия с помощью средств художественной кинематографии показал достоверные различия у испытуемых в оценке образа человека с особенностями в развитии, изменения социальной дистанции с данной группой людей, рост толерантного отношения к ним, а также тенденции к динамике эмоционального интеллекта. Раскрыты преимущества кинотерапии как доступного широкому кругу лиц, относительно не затратного и достаточно успешного метода работы.

Убедительно доказана эффективность использования кинотерапии как метода интервенции в работе с проблемными семьями и супружескими парами. В исследовании М. Баллард было продемонстрировано, что семьи, испытывающие трудности в решении задач развития при переходе на новую стадию жизненного цикла семьи, в силу ригидности и ограниченности семейных установок оказываются не готовы к обсуждению этих проблем с психотерапевтом. Просмотр кинофильмов инициирует обсуждение семейных проблем и конфликтов и облегчает переход к анализу проблем соб-

етнокультурным особенностям участников психотерапевтического процесса. Так, например, в исследовании особенностей переживания развода родителей тремя детьми предпубертативного возраста были обнаружены нетипичные и неожиданные реакции в ответ на хорошо зарекомендовавшие себя в предшествующей практике кинотерапии фильмы. Таким образом, и отбор фильмов, и выстраивание сценария психотерапевтической работы требует «тонкой настройки» процедур и временного регламента с учетом адресности применения (Marsick, URL: <https://doi.org/10.1080/15401383.2010.527789>).

В исследовании, проведенном под руководством Н.Л. Карповой, была разработана подробная карта психотерапевтических паттернов, наличие которых в кинофильме делает эффективным воздействие на человека, с точки зрения желаемых для него изменений (Карпова и др., 2011). Используя специально подобранные средства, исследователи осуществляли комплексную коррекцию девиантного поведения подростков. Результаты работы позволяют сделать заключение о том, что использование фильмотерапии при работе с девиантными подростками позволяет достичь таких положительных результатов, как развитие их эмоциональной, когнитивной, мотивационно-потребностной, волевой, коммуникативной сфер, осознание ими внутренних конфликтов и возможных путей их решения.

Не менее широкие возможности предоставляет использование кинематографии в решении образовательных задач. Использование кинематографа в образовательных целях стало возможным

практически с момента его возникновения. Уже с начала прошлого века ставился вопрос об образовательном и воспитательном значении кино. Об этом писали В. Готвальд в работе «Кинематограф – его происхождение, устройство и будущее общественное и научное значение» (1909 г.), Е. Самуйленко в книге «Кинематограф и его просветительская роль» (1912 г.), Е. Майрин в работе «Кинематограф в практической жизни» (1916 г.). В первой половине 1930-х годов советскими психологами Б.М. Тепловым и О.И. Никифоровой очень широко исследовалась роль кинематографии в развитии детей и подростков (цит. по Карпова и др., 2011).

В русле исследований теории социального научения А. Бандуры было доказано, что сюжет кинофильма может выступать для участников группы моделью сложных жизненных ситуаций, а в ряде случаев даже алгоритмом их разрешения. Убедительно показано, что ребенок может копировать поведение понравившегося персонажа при совокупности определенных условий, а именно, когда поведение на экране демонстрируется как обоснованное или вознаграждаемое, когда персонаж харизматичен или привлекателен для ребенка, и если ситуация отражает реальную жизнь, близкую личному опыту ребенка (Bandura, 1977). Взрослый же человек, просматривая художественный фильм, узнает события, определенные жизненные ситуации, которые встречались в его собственной жизни, что открывает для него новые возможности разрешения сложных жизненных ситуаций.

С позиции культурно-исторического подхода становится возможным говорить о том, что не столько само художественное произведение, сколько его обсуждение стимулирует собственную активность участников работы. В отличие от пассивного восприятия содержания лекции, переживания, вызванные просмотром художественного произведения, и их последующее обсуждение обеспечивают личностную включенность зрителя, что находит отражение в успешном усвоении тех идей и положений, которые заданы контентом произведения. Так, использование кинематографического воздействия и его последующее обсуждение при подготовке к родительству

женщин, ожидающих рождения ребенка, показало его высокую эффективность в работе по формированию позиции матери, по сравнению с традиционной лекционной формой работы (Захарова, Долгих, 2018). Просмотр художественного фильма позволяет направить внимание аудитории на обсуждение актуальных проблем предстоящего материнства. Наибольший отклик аудитории встретили такие темы, как специфика материнской позиции, средства воспитания ребенка, изменения мотивационной направленности женщины, связанное с появлением ребенка, возможность возникновения ценностного конфликта. Это свидетельствует об актуальности данных тем для современной женщины. В ходе обсуждения специально подобранных кинофильмов были обнаружены установки женщин по отношению к материнству, не совпадающие с декларируемыми ими установками, выявленными в ходе предварительного опроса. Это свидетельствует о том, что задействованный в кинотерапии механизм психологической проекции позволяет получить более достоверную информацию, по сравнению с получаемой посредством опроса, где сказывается влияние социальной желательности. Важнейшим результатом работы

можно считать осознание участницами исследования (30%) противоречивости установок по отношению к материнству, выявленных и объективированных в ходе группового обсуждения и декларируемых ими в предварительном опросе. Таким образом, преимуществом обуче-

в развитии личностного потенциала человека используются далеко не полно.

Перспективы развития данного метода связаны с разработкой проективных методов исследования неосознаваемых имплицитных установок личности, что позволит повысить эффективность ди-

Хотя метод кинотерапии успешно зарекомендовал себя в решении психотерапевтических, развивающих, образовательных задач, однако психологические механизмы его воздействия исследованы недостаточно глубоко, а возможности кинотерапии в развитии личностного потенциала человека используются далеко не полно

ния с использованием метода кинотерапии является возможность актуализировать латентные установки личности, препятствующие присвоению содержания, заложив основу их последующей трансформации.

На основании анализа психологической практики использования средств художественной кинематографии как метода психологического воздействия можно сделать следующие выводы. Хотя метод кинотерапии успешно зарекомендовал себя в решении психотерапевтических, развивающих, образовательных задач, однако психологические механизмы его воздействия исследованы недостаточно глубоко, а возможности кинотерапии

агностической работы, а также с разработкой квази-формирующих техник психологического воздействия на ценностно-смысловую сферу человека на основе активизации его личностного потенциала и учета актуальных задач развития каждой возрастной группы.

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ (проект № 18-013-01213 «Роль художественной кинематографии в формировании установки на реализацию родительской деятельности и образа эффективного родительства у современной молодежи»)

Литература:

- Ахмедзянова А.Э. Актуализация эмпатии личности средствами кинотренинга: на примере студентов гуманитарного профиля: диссертация ... кандидата психологических наук. – Казань, 2011. – 157 с.
- Березин С.В. Кинотерапия и кинотренинг: практическое пособие для психологов и социальных работников. – Самара, 2003. – 112 с.
- Бочаров А.К. Разработка кинотерапевтического тренинга, направленного на психологическую помощь подросткам в процессе самоопределения // Психологические исследования: сборник науч. трудов. Выпуск 6. – Самара: Универс групп, 2008. – С. 316–322.
- Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. – Москва: Медицина, 1989.
- Выготский Л.С. Психология искусства. – Москва: Лабиринт, 2010. – 352с.
- Дмитриева В.А., Одинцова В.В., Намди Д.М. Психология кино: учебно-методическое пособие. – Санкт-Петербург: СПбГУ, 2016.
- Захарова Е.И., Долгих А.Г. Использование средств художественной кинематографии в подготовке беременных женщин к материнству // XXIV Всероссийский конгресс с международным участием «Амбулаторно-поликлиническая помощь в эпицентре женского здоровья»: сборник тезисов / под ред. Г.Т. Сухих, В.Н. Прилепской. – Москва, 2018. – 124 с.
- Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. – Москва: Роспедагентство, 1977.
- Карабанова О.А. Детско-родительские отношения как фактор профессионального самоопределения личности в подростковом и юношеском возрасте. // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2016. – №3. – С. 54–62.
- Карпова Н.Л., Данина Н.В., Кисельникова А.И., Шувиков А.И. Психологический, педагогический и психотерапевтический аспекты воздействия кино на зрителя // Вопросы психологии. – 2011. – № 4. – С. 87–97.
- Кожухарь Г.С., Арапов В.И. Влияние просмотра кинофильма на отношение старшеклассников к людям с особенностями физического развития [Электронный ресурс] // Кинотерапия и кинотренинг: [сайт]. URL: http://kinoterapia.info/arapov_koguhar/ – (дата обращения 06.05.2018).
- Корбут К.П. Психоанализ о кино и кино о психоанализе [Электронный ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2005. – № 2. : [сайт]. URL: http://psychol.ras.ru/ippp_pfr – (дата обращения 06.05.2018).
- Крупник Е. П. Психологическое воздействие искусства. – Москва: Институт психологии РАН, 1999. – 240 с.
- Макеева С.А., Макеева А.А. Киноискусство как средство арт-терапии при работе с детьми // Молодой ученый. – 2017. – №1.1. – С. 76–78.
- Менегетти А. Онтопсихологическая синемалогия. – Санкт-Петербург: Онтопсихология, 2014. – 563 с.

- Менегетти А. Мир образов. – Санкт-Петербург : Онтопсихология, 2014. – 100 с.
- Менегетти А. Кино, театр, бессознательное. Т. 1. – Москва : Онтопсихология, 2001. – 384 с.
- Пензин С.Н. Кино и эстетическое воспитание: методологические проблемы. – Воронеж, 2003. – 176 с.
- Плескачевская А.А. Кинотренинг и сфера его применения // Психологическая газета. – 1998. – № 8(35) – № 9(36).
- Павлова Е.Н. Описание метода кинотерапии, анализ использования в практике психологического консультирования и коучинга, особенности применения и эффекты [Электронный ресурс] // Кинотерапия и кинотренинг : [сайт]. URL: <https://kinoterapiya.ru/method>. – (дата обращения 06.05.2018).
- Психологическое консультирование: практическое пособие для вузов / Е.П. Кораблина, И.А. Акиндинова, А.А. Баканова, А.М. Родина; под ред. Е.П. Кораблиной. – Москва : Юрайт, 2017. – 323 с.
- Прокофьева Н. Кинотерапия как инструмент личностного развития [Электронный ресурс] // Кинотерапия и кинотренинг : [сайт]. URL: <http://kinoterapia.info/theoretics-cinematherapy/method-of-kinoterapia/> – (дата обращения 06.05.2018).
- Червинский А. Как хорошо продать хороший сценарий [Электронный ресурс] // Кинодраматург : [сайт]. URL: <https://kinodramaturg.ru/a-chervinskij-kak-xoroshoprodat-xoroshij-scenarij/> – (дата обращения 06.05.2018).
- Эльячцеф К., Эйниш Н. Дочки-матери: Третий лишний? – Москва : Ин-т общегум. исслед., 2011. – 448 с.
- Юнтунен О. Как выбрать фильм для проведения сеанса кинотерапии/кинотренинга. [Электронный ресурс] // Кинотерапия и кинотренинг : [сайт]. URL: <http://kinoterapia.info/psychoanalysis-of-film/kak-vybrat-film-dla-kinoterapii/> – (дата обращения 06.05.2018).
- Ballard, M.B. (2012) The Family Life Cycle and Critical Transitions: Utilizing Cinematherapy to Facilitate Understanding and Increase Communication. *Journal of Creativity in Mental Health*. 7(2), 212–219. doi: 10.1080/15401383.2012.685004
- Bandura, A. (1977) Social Learning Theory. Englewood Cliffs, N: Prentice Hall.
- Batool, T.M. (2010) Creation of ideology through the language of cinema: a feminist study of media education. *Procedia – Soc. and Behav. Scien*, 2(2), 4592–4596.
- Bayanova L.F., Chulyukin K.S. (2018). The impact of cultural congruence on the creative thinking of primary school children. *Psychology in Russia: State of the Art*, 11 (1), 61–70. doi: 10.11621/pir.2018.0105
- Berg, B. (1999) Film Theory, Psychoanalysis and Figuration: On Endless Night: Cinema and Psychoanalysis, Parallel Histories.. Retrieved from: <http://www.uspress.edu/books/pages/6945.html>. (accessed May 6, 2018).
- Bierman, J.S. (2003) Group Cinematherapy as a Treatment Modality for Adolescent Girls. *Residential Treatment For Children & Youth*. 21(1), 1–15. doi: 10.1300/J007v21n01_01
- Budyakova T. P. (2017). Psychological and legal aspects of the offensiveness of male and female cartoons and collages. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10(2), 149–164. doi: 10.11621/pir.2017.0210
- Dermer, S.B. et al. (2000) Utilizing Movies in Family Therapy: Applications for Individuals, Couples, and Families. *The American Journal of Family Therapy*, 28(2), 163–180. doi: 10.1080/019261800261734
- Deyneka O.S., Isaeva E.R. (2017). Adaptation resources in subjects with social and psychosomatic disadaptation: a comparative analysis. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10(1), 130–144. doi: 10.11621/pir.2017.0110
- Gabbard, G.O. (2001) Psychoanalysis and Film, an Introduction. *International Journal of Psychoanalysis*. Key Papers Series, London and New York.
- Kluge, D. (1999) Psychoanalysis and Film. Retrieved from: <http://www.dspp.com/papers/kluge.htm>. (accessed May 6, 2018).
- Kramer, E. (1958) Art Therapy in a Childrens Community. Springfield. I11.Thomas.
- Kramer, E. (1990) Positive Endings in Psychotherapy. San-Fancisco, Jossey-Bass.
- Marsick, E. Film Selection in a Cinematherapy Intervention With Preadolescents Experiencing Parental Divorce. *Journal of Creativity in Mental Health*, 5(201), 374–388. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/15401383.2010.527789>. (accessed May 6, 2018). doi: 10.1080/15401383.2010.527789
- Naumburg, M. (1958) Art Therapy: Its Scope and Function. In E.F.Hammer (ed.) *Clinical Application of projective Drawings*. Springfield. I11: Thomas.
- Naumburg, M. (1966) Dinamically Oriented Art Therapy: Its Principles and Practicies. New York: Grune and Stratton.
- Puchkova E.B., Sukhovershina Yu.V., Temnova L.V. (2017). A study of Generation Z's involvement in virtual reality. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10(4), 134–143. doi: 10.11621/pir.2017.0412
- Sharp, C., Smith, J.V. & Cole, A. (2010) Cinematherapy: Metaphorically promoting therapeutic change, 269–276. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/09515070210140221>. (accessed May 6, 2018). doi: 10.1080/09515070210140221
- Velichkovsky B.M. (2017). Cognitive science: The art and its implications. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10 (3), 2–7. doi: 10.11621/pir.2017.0300

References:

- Akhmedzyanova, A.E. (2011) Actualization of personality empathy by means of film-training: based on the humanity students accounts: Ph.D. in Psychology, thesis. Kazan, 157.
- Ballard, M.B. (2012) The Family Life Cycle and Critical Transitions: Utilizing Cinematherapy to Facilitate Understanding and Increase Communication. *Journal of Creativity in Mental Health*. 7(2), 212–219. doi: 10.1080/15401383.2012.685004
- Bandura, A. (1977) Social Learning Theory. Englewood Cliffs, N: Prentice Hall.
- Batool, T.M. (2010) Creation of ideology through the language of cinema: a feminist study of media education. *Procedia – Soc. and Behav. Scien*, 2(2), 4592–4596.
- Bayanova L.F., Chulyukin K.S. (2018). The impact of cultural congruence on the creative thinking of primary school children. *Psychology in Russia: State of the Art*, 11 (1), 61–70. doi: 10.11621/pir.2018.0105
- Berezin, S.V. (2003) Film therapy and film-training: practical guide for psychologists and social workers. Samara, 112.

- Berg, B. (1999) Film Theory, Psychoanalysis and Figuration: On Endless Night: Cinema and Psychoanalysis, Parallel Histories.. Retrieved from: <http://www.uspress.edu/books/pages/6945.html>. (accessed May 6, 2018).
- (2003) Group Cinematherapy as a Treatment Modality for Adolescent Girls. *Residential Treatment For Children & Youth*. 21(1), 1–15. 10.1300/J007v21n01_01
- Bocharov, A.K. (2008) Development of film therapy training aimed at psychological aid to adolescents in self-determination. *[Psikhologicheskije issledovaniya: sbornik nauchnykh trudov]*. Issue 6. Samara, Univers grups, 316–322.
- Budyakova T. P. (2017). Psychological and legal aspects of the offensiveness of male and female cartoons and collages. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10(2), 149–164. doi: 10.11621/pir.2017.0210
- Burno, M.E. (1989) Therapy is creative self-expression. Moscow, Meditsina.
- Dermer, S.B. et al. (2000) Utilizing Movies in Family Therapy: Applications for Individuals, Couples, and Families. *The American Journal of Family Therapy*, 28(2), 163–180. doi: 10.1080/019261800261734
- Deyneka O.S., Isaeva E.R. (2017). Adaptation resources in subjects with social and psychosomatic disadaptation: a comparative analysis. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10(1), 130–144. doi: 10.11621/pir.2017.0110
- Chervinsky, A. How to sell a good script. *[Kinodramaturg]*. Retrieved from: <https://kinodramaturg.ru/a-chervinskij-kak-xoroshoprodat-xoroshij-scenarij/>. (accessed May 6, 2018).
- Dmitrieva, V.A., Odintsova, V.V., & Namdi, D.M. (2016) Psychology of cinema: manual. St. Petersburg, SPbGU.
- Eliacheff, K., & Einish, N. (2011) Mothers-daughters: The third extra? Moscow, Institut Obschegumanitarnykh Issledovaniy, 448.
- Gabbard, G.O. (2001) Psychoanalysis and Film, an Introduction. *International Journal of Psychoanalysis*. Key Papers Series, London and New York.
- Karabanova, O.A. (1977) Play in the correction of the child mental development. Moscow, Rospedagentstvo.
- Karabanova, O.A. (2016) Child-parent relations as a factor of professional self-determination of the person in adolescence and adolescence. *[Vestnik Moskovskogo universiteta]*. Series 14. Psychology, 3, 54–62.
- Karpova, N.L., Danina, N.V. Kiselnikova, A.I. & Shuvikov, A.I. (2011) Psychological, pedagogical and psychotherapeutic aspects of the impact of cinema on the viewer. *[Voprosy psikhologii]*, 4, 87–97.
- Kluge, D. (1999) Psychoanalysis and Film. Retrieved from: <http://www.dspp.com/papers/kluge.htm>. (accessed May 6, 2018).
- Kozhukhar, G.S., & Arapov, V.I. The effect of watching a movie on the attitude of high school students to people with physical development. *[Kinoterapiya i kinotrening]*. Retrieved from: http://kinoterapia.info/arapov_koguhar/. (accessed May 6, 2018).
- Korbut, K.P. (2005) Psychoanalysis about cinema and cinema about psychoanalysis. *[Zhurnal prakticheskoy psikhologii i psichoanaliza]*. Retrieved from: http://psychol.ras.ru/ipp_pfr. (accessed May 6, 2018).
- Kramer, E. (1958) Art Therapy in a Childrens Community. Springfield. I11.Thomas.
- Kramer, E. (1990) Positive Endings in Psychotherapy. San-Fancisco, Jossey-Bass.
- Krupnik, E.P. (1999) Psychological impact of art. Moscow, Institut psikhologii RAN, 240.
- Makeeva, S.A., & Makeeva, A.A. (2017) Cinema as a means of art therapy for working with children. *[Molodoy uchenyy]*, 1(1), 76–78.
- Marsick, E. Film Selection in a Cinematherapy Intervention With Preadolescents Experiencing Parental Divorce. *Journal of Creativity in Mental Health*, 5(201), 374–388. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/15401383.2010.527789>. (accessed May 6, 2018). doi: 10.1080/15401383.2010.527789
- Meneghetti, A. (2014) Ontopsychological cinematology. St. Petersburg, Ontopsikhologiya, 563.
- Meneghetti, A. (2014) The world of images. St. Petersburg, Ontopsikhologiya, 100.
- Meneghetti, A. (2001) Cinema, theater, the unconscious. Vol. 1. Moscow, Ontopsikhologiya, 384.
- Naumburg, M. (1958) Art Therapy: Its Scope and Function. In E.F.Hammer (ed.) *Clinical Application of projective Drawings*. Springfield. I11: Thomas.
- Naumburg, M. (1966) Dinamically Oriented Art Therapy: Its Principles and Practicies. New York: Grune and Stratton.
- Penzin, S.N. (2003) Cinema and aesthetic education: methodological problems. Voronezh, 176.
- Pleskachevskaya, A.A. (1998) Cinema training and the sphere of its application. *[Psikhologicheskaya gazeta]*, 8 (35), 9 (36).
- Pavlova, E.N. Description of the film therapy method, analysis of psychological counseling and coaching, features of application and effects. *[Kinoterapiya i kinotrening]*. Retrieved from: <https://kinoterapiya.ru/method>. (accessed May 6, 2018).
- Korablina, E.P., Akindinova, I.A., Bakanova, A.A. & Rodina, A.M. (2017) Psychological counseling: practical guide for universities. Moscow Yurayt, 323.
- Prokof'eva, N. Film therapy as a tool for personal development. *[Kinoterapiya i kinotrening]*. Retrieved from: <http://kinoterapia.info/theoretics-cinematherapy/method-of-kinoterapia/>. (accessed May 6, 2018).
- Puchkova E.B., Sukhovshina Yu.V., Temnova L.V. (2017). A study of Generation Z's involvement in virtual reality. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10(4), 134–143. doi: 10.11621/pir.2017.0412
- Sharp, C., J.V. & (2010) Cinematherapy: Metaphorically promoting therapeutic change, 269–276. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/09515070210140221>. (accessed May 6, 2018). doi: 10.1080/09515070210140221
- Velichkovsky B.M. (2017). Cognitive science: The art and its implications. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10 (3), 2–7. doi: 10.11621/pir.2017.0300
- Vygotsky, L.S. (2010) Psychology of art. Moscow, Labirint, 352.
- Yuntunen, O. How to choose a film for a cinema / cinema training session *[Kinoterapiya i kinotrening]*. Retrieved form: <http://kinoterapia.info/psychoanalysis-of-film/kak-vybrat-film-dla-kinoterapii/>.(accessed May 6, 2018).
- Zakharova, E.I., & Dolgikh, A.G. (2018) Using the means of artistic cinematography in the preparing pregnant women for motherhood. *[24 Vserossiyskiy kongress s mezhdunarodnym uchastiem «Ambulatorno-poliklinicheskaya pomoshch' v epitsentre zhenskogo zdorov'ya»: sbornik tezisev]*. Moscow, 124.