

КГБУ СО «КЦСОН «Пировский»

**Отделение для граждан пожилого возраста и инвалидов, детей и лиц с
ограниченными возможностями**

ПРОЕКТ ПО КИНОТЕРАПИИ

Педагог – психолог:
О.Н. Васильева

Жизнь современного человека невозможно представить без просмотра фильмов, сериалов, мультфильмов. Роль кино в нашей жизни огромна. С помощью него мы можем узнавать о событиях, которые происходили очень давно. Оно заставляет человека осмысливать жизнь как нечто большее, чем то, как он воспринимал ее до этого. Оно передает наши чувства, привычки, обычаи, погружает человека в мир его иллюзий.

Психологическое воздействие кино на человека многогранно, в связи с чем специалистами социально – реабилитационного отделения КГБУ СО «КЦСОН «Пировский» с декабря 2025года разработана программа по кинотерапии.

Кинотерапия один из наиболее эффективных методов арт-терапии при работе со старшим поколением, позволяющий осознать и принять проблемную ситуацию, установить вероятные причины появления проблемы, выявить внутренние ресурсы для преодоления проблемной ситуации, определить новые перспективы при разрешении трудной ситуации, сформировать мотивацию при принятии осознанного и взвешенного решения в процессе просмотра фильма.

Участники: программа кинотерапии ориентирована на работу со старшим поколением. На данный момент сеансы кинотерапии посещают 13 человек. Мероприятие проходит в формате киносеанс + беседа.

Цели:

- Эмоционально разгрузиться через интенсивные реакции, которые вызывают сюжетные линии и судьбы героев.
- Понять себя и окружающих, через исследование сложностей и различных аспектов человеческой природы в проекции героев.
- Справиться со стрессом и преодолеть психологические травмы, в том числе от потери или утраты, выйти из состояния фрустрации.

Задачи:

- осознание участниками своих мыслей, действий, чувств;
- осознание связи между своими эмоциональными реакциями и своими потребностями;
- развитие способности анализировать ситуации, чтобы управлять своей жизнью;
- расширение собственной картины мира и возможностей реагирования на вызовы действительности.

Этапы:

- 1.Подготовительный - выбор фильма и составление программы проведения занятия.
- 2.Просмотр фильма
- 3.Разбор конкретных ситуаций.
- 4.Групповое обсуждение фильма.

Эффект кинотерапии:

1. Самопознание.
2. Развитие навыков решения проблем.
3. Создание позитивной атмосферы.

Преимущества и особенности кинотерапии:

Во время просмотра фильма, который пользуется популярностью у зрителей и в котором поднимаются вопросы, проблемы, затрагивающие за живое каждого человека.

Сопереживая героям фильма, участники вновь погружаются в события собственной жизни, чувствуют свою сопричастность другим людям и миру.

В доброжелательной обстановке, в кругу заинтересованных собеседников, высказывая свои варианты ответов на личные вопросы.