

Научная статья

УДК 159.923, 159.9.07, 159.99, 159.922.8, 159.922.6

<https://doi.org/10.24888/2073-8439-2024-66-2-35-49>

КИНОФИЛЬМ КАК СРЕДСТВО ОБУЧЕНИЯ И ТЕРАПИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ МОЛОДЕЖИ И СТУДЕНТОВ

Н.Е. Железняк

Российский университет дружбы народов им. П. Лумумбы, Москва, Россия,
kultterapia@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0002-4292-7288>

Резюме. *Статья посвящена использованию кинофильма как психотерапевтического инструмента в коррекции психоэмоциональных состояний студентов и молодежи. Ее основная цель – продемонстрировать ценность и пригодность использования кинофильмов в терапевтическом процессе. Были проанализированы средства воздействия, которые кинофильм может оказывать на зрителя. Сделана попытка анализа понятия «фильмотерапия», и уточнен перечень его компонентов, проанализированы исторические основы возникновения метода. В статье дается обобщающий обзор доступных результатов исследований по применению кинофильмов в терапевтической практике, отраженных в публикациях российских и зарубежных авторов. Проведен концептуальный и дефиниционный анализ данного феномена, представлены наиболее популярные взгляды на него. Рассмотрены психологические механизмы воздействия кинофильмов на зрителя, такие как катарсис, идентификация с героем. Выделены основные этапы фильмотерапевтического процесса. Показано, что психологическая работа с использованием произведений киноискусства может помочь молодым людям справиться с жизненными трудностями, развить новые позитивные личностные качества, повысить толерантность, эмпатию и предложить новые способы осмысления конкретных проблем, а также принести пользу в обучении. Инструментарий фильмотерапевтической работы достаточно широк и может применяться в различных ситуациях. Выделены наиболее неразработанные и дискуссионные стороны психологической работы при помощи кино, такие как отсутствие стандартизированных и достаточно апробированных материалов для работы, что требует дальнейших исследований. Путем анализа доступных материалов было установлено, что кинофильмы являются все более популярным и эффективным методом терапии психоэмоциональных состояний в России и мире. Результаты проведенных к настоящему времени исследований указывают на то, что использование кинообразов в психологической практике, а также на обучающих мероприятиях дает положительные психотерапевтические эффекты.*

Ключевые слова: *психология кино, фильмотерапия, киноискусство, арт-терапия, управление стрессом, психоэмоциональные состояния, психотерапия, систематический обзор, возрастная психология*

Для цитирования

Железняк Н.Е. Кинофильм как средство обучения и терапии психоэмоциональных состояний молодежи и студентов // Психология образования в поликультурном пространстве. 2024. № 2 (66). С. 35–49. <https://doi.org/10.24888/2073-8439-2023-66-2-35-49>

FILM AS A MEANS OF TEACHING AND THERAPY OF PSYCHOEMOTIONAL STATES OF YOUTH AND STUDENTS

Nadezhda E. Zhelezniak

Peoples' Friendship University of Russia named after Patrice Lumumba, Moscow, Russia, fayst71@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0002-4292-7288>

Abstract. *The article is devoted to the use of cinema as a psychotherapeutic tool in the correction of mental and emotional states of students and youth. Its main purpose is to demonstrate the value and suitability of using motion pictures in the therapeutic process. The means of influence that a film can have on the viewer were analyzed. An attempt is made to analyze the concept of "film therapy" and the list of its components is clarified, the theoretical foundations of the method are analyzed, the main approaches are selected, the most expressive trends of modern psychological practice of using films are described. The article provides a general overview of the available research results on the use of films in therapeutic practice, using publications by Russian and foreign authors. A conceptual and definitional analysis of this phenomenon is carried out, and the most popular views on it are presented. The psychological mechanisms of the impact of films on the viewer, such as catharsis, identification with the hero, are considered. The main stages of the film therapy process are highlighted. It is shown that psychological work using works of cinematography can help young people cope with life difficulties, develop new positive personal qualities, increase tolerance, empathy and offer new ways of understanding specific problems, as well as be useful in learning. The tools of film therapy work are quite wide and can be used in various situations. The most undeveloped and controversial aspects of psychological work with the help of cinema are highlighted, such as the lack of standardized and sufficiently tested materials for work, which requires further research. By analyzing the available materials, it was found that films are an increasingly popular and effective method of therapy for psychoemotional conditions in Russia and the world. The results of the research conducted to date indicate that the use of film images in psychological practice, as well as at training events, gives positive psychotherapeutic effects.*

Keywords: *psychology of cinema, film therapy, cinematography, art therapy, stress management, emotional states, psychoemotional states, psychotherapy, systematic review, age psychology*

For citation

Zheleznyak, N. E. (2024). Film as a means of teaching and therapy of psychoemotional states of youth and students. *Psikhologiya obrazovaniya v polikul'turnom prostranstve*, (2), 35–49. (In Russ.) <https://doi.org/10.24888/2073-8439-2024-66-2-35-49>

Введение

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), стресс в настоящее время является наиболее выраженным риском для здоровья в мире (Korczak, Kister, Huber, 2010). В связи с растущими требованиями к мобильности, гибкости и трудоспособности человека в современном обществе предполагается, что подверженность людей психоэмоциональному напряжению в будущем еще больше возрастет. Особенно это касается молодежи. По данным опроса 2022 г. (ВЦИОМ¹), ситуации стресса переживали

¹ Стресс и как с ним бороться? // ВЦИОМ. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/stress-i-kak-s-nim-borotsja> (дата обращения: 25.04.2024).

больше половины россиян – 57 %. Среди молодежи от 18 до 24 лет этот показатель составил 79 %, а в старшей возрастной категории уровень стресса снижается почти в два раза. Таким образом, творческие и инновационные способы психотерапевтического воздействия для снижения стресса и укрепления здоровья необходимы как никогда.

В соответствии с международной классификацией European Consortium for Arts Therapies Education (ЕСАгТЕ) психотерапия искусством включает в себя четыре модальности: драматерапию, двигательную (танцевальную) терапию, арт-терапию, музыкальную терапию (Акимова, Персиянцева, 2021). Фильмотерапию можно рассматривать как часть арт-терапии или культтерапии (более узкая дефиниция, предложенная Н.Е. Железняк, указывающая на использование исключительно готовых произведений искусства в психологической практике). На сегодняшний день определение понятия «фильмотерапия» не стандартизировано и не имеет конкретной методологии. В самом общем смысле это форма психотерапии, основанная на использовании фильмов для достижения целей психологического и эмоционального благополучия.

В России практически отсутствуют работы, посвященные кинофильмам как средству коррекции психоэмоциональных состояний. Этот процесс осложняется необходимостью подходить к фильмотерапии как к сложному, гетерогенному объекту научного анализа.

Цель данного исследования – доказать эффективность использования кинофильмов в обучении, а также как средства психологической работы при нарушениях психоэмоциональных состояний у студентов и молодежи при помощи изучения и систематизации актуальных научных работ по данной тематике.

Предмет исследования – эффективные возможности психотерапии средствами кинофильмов при нарушении психоэмоциональных состояний у молодежи и студентов.

Объектом настоящего исследования является процесс обучения и психотерапевтической деятельности с использованием кинофильмов.

Материалы и методы

Основная часть статьи посвящена использованию кинофильма как психотерапевтического инструмента в коррекции психоэмоциональных состояний студентов и молодежи. Создан обобщающий обзор доступных результатов исследований по применению кинофильмов в терапевтической практике на основе публикаций российских и зарубежных авторов. Был проведен концептуальный и дефиниционный анализ данного феномена, представлены наиболее популярные взгляды на него.

Результаты и заключения

Именно в период молодости и студенчества у человека происходят наиболее существенные изменения в самосознании и личности в целом. В этот период человек нуждается в особом внимании к своему психологическому состоянию. Однако остается важным коммуницировать с личностью на доступном языке. Таким средством коммуникации может выступать кинофильм.

Путем анализа доступных материалов было установлено, что кинофильмы являются все более популярным методом терапии психоэмоциональных состояний в России и мире. Результаты проведенных к настоящему времени исследований указывают на то, что использование кинообразов в психологической практике, а также на обучающих мероприятиях дает положительные психотерапевтические эффекты, главным образом благодаря феномену отождествления с киногероем. Фильмотерапия может использоваться в первую очередь как дополнительная психотехника, обогащающая терапевтический процесс.

В то же время фильмотерапия все еще остается недооцененным и слабо исследованным способом терапевтического воздействия. Актуальным становится вопрос терминологической неопределенности понятий «фильмотерапия», «арт-терапия», «кинотерапия», «психологическое киноведение» и необходимости их разграничения. Разнообразие дефиниций феномена фильмотерапии не всегда соответствует количеству методов и методик его эмпирического изучения.

Дискуссионным остается и вопрос об инструментарии работы с кинофильмами. Некоторые исследователи говорят о необходимости работы со специальными, заранее созданными видеоматериалами, не являющимися художественными произведениями, однако каждый видеоматериал имеет свои особенности воздействия на аудиторию.

Также выявлено, что в проведенных исследованиях, как правило, отсутствуют негативные последствия коррекции психоэмоциональных состояний средствами киноискусства. Стоит отметить, что выбор материала для просмотра не стандартизирован и недостаточно апробирован, что требует дальнейших исследований.

Исторический анализ исследования терапевтического эффекта кинофильмов

Искусство известно как одна из самых ранних форм коммуникации, восходящее к пещерному творчеству эпохи палеолита. Официальная практика арт-терапии берет начало в Европе середины XX в. Сам термин арт-терапия (от англ. *art* – искусство, *therapy* – лечение) впервые использовал английский художник Адриан Хилл в 40-е гг. XX в. Практика арт-терапии вскоре распространилась благодаря работам Эдварда Адмсона, который наблюдал и дополнительно изучал связь между художественным самовыражением и эмоциональной разрядкой. Первая ассоциация арт-терапевтов была основана в 1964 г.

Термин «фильмотерапия» был впервые использован в 1990 г. L. Berg-Cross. Он определил фильмотерапию как форму терапии, при которой терапевт выбирает фильмы, имеющие отношение к человеку в его проблемных областях, чтобы тот мог посмотреть их самостоятельно или с другими (Berg-Cross, Jennings, Baruch, 1990). Популяризировал этот подход доктор G. Solomon (2001), после чего инструмент начали активно применять и исследовать.

Одно из первых научных исследований психологических групп с использованием кино датируется 1974 г. Авторы использовали видеозаписи для лечения страха перед змеями (Morris et al., 1974). Позже M.L. Heston и T. Kottman (1997) предоставили обоснование использования кинофильмов в качестве терапевтических метафор. Авторы привели исследования, иллюстрирующие, как фильмы могут помочь клиентам лучше понять жизненные трудности и начать вносить изменения в свою жизнь. Они предположили, что фильм должен не только описывать трудности клиента, чтобы позволить им установить связь с этой частью реальности, но и раскрывать их метафорически, снижая защитные механизмы психики в виде сопротивления, которое может мешать психотерапии.

Сегодня появляется все больше исследований, свидетельствующих о психотерапевтической эффективности работы с помощью фильмотерапии (напр., C. Gramaglia et al. (2011), C. Sharp et al. (2002), Д.В. Босов (2017), С.Ю. Коробова (2022) и др.). Однако отметим недостаточность количественной эмпирической поддержки данных экспериментов.

В отечественной науке систематические исследования в области кино начинаются в начале XX в. Советская власть, понимая мощную психологическую силу воздействия этого вида искусства, возлагает на кинематограф масштабные задачи: просве-

тительские, педагогические и пропагандистские. В 1918 г. появляется Киноподотдел Внешкольного отдела Государственной комиссии по просвещению, занимавшийся отбором и показом кинолент.

В 1928 г. в книге «Изучение кинозрителя» А. Трояновский и Р. Егиазаров (1928) представляют анализ анкетирования и наблюдений за реакцией зрителей. Авторы делают первые попытки определения культурных интересов и психологического анализа советского зрителя в области кинематографии.

В 1929 г. советский теоретик кино Л. Кулешов провел легендарный видеоэксперимент о том, как контекст кинокадра влияет на наше восприятие. Исследователь установил, что соседние кадры дополняют друг друга, создают единый смысл. Например, восприятие одного и того же лица может отличаться в зависимости от картины на предыдущем кадре. Кулешов в рамках эксперимента показывал три кадра: героя, наблюдаемую им сцену и снова героя. Во всех трех кадрах менялся лишь второй промежуточный кадр наблюдаемой им сцены: это могла быть тарелка супа или красивая женщина. Затем демонстрировался снова кадр с лицом героя. Его мимика, однако, не менялась. В случае с едой зритель воспринимал его выражение лица как сильное желание насытиться, а в кадре с дамой – как вожделение. Таким образом, открытие Л. Кулешова повлияло на весь мировой кинематограф и дало основы для понимания процессов психологического восприятия зрителем кинообразов. Однако дальнейшее изучение психологии кинозрителя оставалось в СССР в основном в рамках педагогических, социологических и просветительских возможностей кинематографа.

Другим важнейшим направлением советских ученых была психология искусства и творчества. Основоположником этого направления по праву можно считать Л.С. Выготского. В своем фундаментальном труде «Психология искусства» (2019) он обращается к классическим произведениям: басне, новелле, роману, трагедии Шекспира. В предисловии к книге А.Н. Леонтьев говорит о том, что замысел Выготского состоял в воссоздании структуры реакции, внутренней деятельности, которую произведение вызывает через анализ особенностей структуры художественного произведения.

Также психологию искусства изучали такие отечественные ученые, как Б.Г. Ананьев, Н.А. Гарбузов, А.В. Запорожец, А.Р. Лурия, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Б.М. Теплов, однако их научный интерес находил воплощение скорее в произведениях литературы, музыки, театра.

К изучению терапевтической работы с помощью кинофильмов российские ученые начали проявлять интерес не так давно. До сих пор фильмотерапия по сравнению с другими методами арт-терапии (библиотерапией, музыкотерапией и т.п.) – наименее разработанная и исследованная область.

С 2000-х годов начинаются активные научные исследования терапевтического эффекта кинофильмов в коррекции психоэмоциональных состояний российскими учеными-психологами: А.К. Бочаров (2008) исследовал психологическую помощь подросткам в самоопределении, О.С. Андреева и М.В. Богданова (2017) применяли кинофильмы как психологический инструмент формирования этнической толерантности у студентов, А.Э. Ахмедзянова (2011) исследует позитивные возможности кинотренинга в развитии эмпатии, И.В. Девятковская (2015) эмпирически доказывает возможности интерактивных обучающих методов для профессионального развития личности.

Сегодня одной из базовых проблем исследования психологического воздействия кино на личность по-прежнему остается фрагментарность изучения этого феномена: большинством ученых анализируются лишь его отдельные характеристики, что не позволяет составить целостное представление о механизмах и закономерностях воздействия кинофильмов на зрителя в психотерапевтической работе.

Практика использования кинофильмов в коррекции психоэмоционального состояния

Основная задача фильмотерапии – создание эмоционально безопасной среды, в которой человек может разобраться в собственных проблемах и стимулировать свой психоэмоциональный опыт. Использование фильмов позволяет личности идентифицироваться с героями, проявлять сочувствие к ним и рассматривать их ситуации как отражение собственных жизненных коллизий.

Фильм, фокусируясь на трудностях человека, направлен на всестороннее понимание их с точки зрения «третьего лица». Этот подход также помогает укрепить терапевтический альянс: цель психотерапевта – позволить человеку узнать себя в одном из персонажей, отождествиться с ним; таким образом происходит процесс осознания собственных чувств и эмоций. Следовательно, психотерапевты создают не только общую метафорическую реальность с клиентом, но и внутренний «образный тезаурус» диады психотерапевт-клиент (Berg-Cross, Jennings, Varuch, 1990). Это соотносится с концепцией Л.С. Выготского, который указывал на то, что человек воспринимает трагедию как смену душевных настроений, сообразную его собственной душе, которая рождается из столкновения противоречивых ожиданий и чувств. Таким образом, каждая трагическая коллизия – это своего рода диалектическое обобщение, созданное через соотношение собственных эмоциональных процессов с социальной формой, представленной в виде произведения искусства (Выготский, 2001).

Составные части мира искусства в своих работах анализирует М.С. Каган (2018) и выделяет по способу формообразования три класса: временные, пространственные и пространственно-временные. К временным относятся словесные и музыкальные, бытие которых носит внепространственный процессуальный характер. К пространственным относятся статично-вещественные архитектурные и изобразительные искусства, а их совокупность составляет семейства хореографических и актерских искусств, воссоздающих единство материальной процессуальности и предметности.

Кино – синтетический вид искусства, который интегрирует художественные возможности временных, пространственных и пространственно-временных искусств. В киноискусстве впервые искусство представляет собой такой мощный синтез искусств и техники.

Итак, кино включает в себя практически все возможные средства выразительности. Здесь участвуют цвет, свет, ритм, игра с пространством благодаря глубине кадра, композиция. Это значит, что кино ближе других искусств к реальности, зритель максимально включен в процесс взаимодействия с ним (Железняк, 2018).

S.V. Dermer и J.B. Hutchings (2010) выделили три этапа в фильмотерапии:

1. Оценка, в ходе которой психолог выявляет важные для клиента темы и выбирает кинофильм, который будет психологическим образом воздействовать на клиента.
2. Внедрение. На этом этапе психолог рекомендует фильм для просмотра и объясняет свой выбор, дает рекомендации, на что клиенту следует обратить внимание.
3. Подведение итогов. На этом этапе клиент и психолог обсуждают произведение, а также чувства и инсайты, возникшие у клиента по поводу кинофильма и тех психологических запросов, с которыми работает клиент.

В качестве подведения итогов сеанса фильмотерапии Н.Е. Железняк (2021) рекомендует проанализировать возникшие чувства. Негативные чувства автор разделяет на два блока: скуку во время просмотра и злость, страх, стыд, отвращение. В первом случае автор рекомендует проанализировать свое физическое состояние, осознать, присутствовала ли усталость, которая могла повлиять на восприятие фильма, а также отдельно остановиться на переживании скуки зрителем, экзистенциальной или ситуатив-

ной. Во втором случае автор настаивает на необходимости дифференциации и экстернизации любых негативных чувств, в то же время поясняя, что не всегда фильмы служат эталоном поведения. Часто они, наоборот, предостерегают зрителя от необдуманных поступков. Такое кино дает возможность на чужом опыте увидеть последствия неверного выбора.

Возникающие под влиянием киноленты переживания свидетельствуют о том, что происходящие события приобретают для каждого человека отдельный личностный смысл. Е.И. Захарова и О.А. Карабанова (2018) также отмечают, что отношение к персонажам фильма и их жизненным ситуациям определяется проекцией собственных ценностных установок, черт личности и переживаний клиента. Поэтому анализ эмоционального опыта, возникшего в ходе просмотра кинофильма, способствует осознанию собственной жизненной ситуации, открывая это содержание для развития и дальнейшей коррекции.

Одним из главных инструментов психологической работы становится заранее отобранный фильм по определенной теме, после просмотра которого происходит его обсуждение под руководством специалиста. Важно отметить, что выбор киноленты, как правило, определяется профессиональной интуицией психолога или педагога. Это творческий, нестандартизированный процесс, последствия которого могут быть как позитивными, в виде психологического инсайта клиента, так и травмирующими, требующими дополнительной психокоррекции. Так, в исследовании особенностей переживания развода родителей детьми подросткового возраста были обнаружены нетипичные и неожиданные реакции в ответ на хорошо зарекомендовавшие себя в предшествующей практике фильмотерапии киноленты. Таким образом, и отбор фильмов, и выстраивание сценария психотерапевтической работы требует исключительно индивидуальной настройки и профессиональной обратной связи для каждого из участников фильмотерапевтических групп (Marsick, 2010).

Поэтому важным становится очерчивание границ фильмотерапевтического инструментария. Так, в своей теории социального научения А. Бандура использовал заранее подготовленные учеными короткие видео. Например, дети в исследованиях Бандуры наблюдали, как взрослый вел себя жестоко по отношению к кукле Бобо. Позже, когда детям разрешили поиграть с куклой Бобо, они начали имитировать агрессивные действия, которые наблюдали ранее (Do, 2011). Таким образом, демонстрируемый видеофрагмент использовался в социальном научении, то есть обладал в первую очередь педагогическим воздействием, как и в случае эксперимента L. Morris (1974) с использованием специально подготовленных записей для работы с фобиями.

Однако использование видеофрагментов, не обладающих художественной ценностью и созданных специально исследователем, не несет возможности работы с бессознательной частью личности через метафору. Директивный подход может провоцировать защитные реакции личности, не позволяя вывести проблемную ситуацию на уровень осознания и дальнейшей работы. Так, в исследовании Bierman статистически доказано, что просмотр художественных фильмов способствует открытому обсуждению вопросов детско-родительских отношений между матерями и девочками подросткового возраста, в то время как попытка прямого разговора о проблеме может вызывать активизацию защитных механизмов психики, таких как сопротивление, и стагнировать психологическую работу (Bierman, 2003).

Кино – это средство коммуникативного искусства, которое формирует многоуровневые процессы идентификации и проецирования посредством различных по семантике сообщений, вызывая у зрителя аффективные, когнитивные и поведенческие реакции. Набор звуков и различных образов, из которых состоят кинофильмы, почти

всегда приобретает повествовательное измерение, поскольку, по замечанию ученого Ю.М. Лотмана (1973), цель искусства – не только отобразить объект, а сделать его носителем значения. Восприятие этих «значений» активизирует как сознательные, так и бессознательные процессы зрителя, вызывая эмоциональный отклик.

M.L. Heston, T. Kottman (1997) также настаивают на необходимости работы именно с художественными фильмами. По мнению авторов, такой фильм создает триадические отношения между клиентом, терапевтом и фильмом. На этом этапе важно установить связь между ситуацией клиента и ситуацией, представленной в фильме, чтобы сюжет вошел в жизнь клиента. Такая метафора может работать на трех различных уровнях: 1. Буквальный сюжет фильма. 2. Общая метафора, выходящая за рамки буквального сюжета. 3. Метафора клиента, в которой фильм приобретает особое значение, основанное на личных переживаниях.

Важной составляющей частью фильмотерапевтической работы является пространство просмотра фильма. Так, желательно, чтобы оно настраивало на спокойное и вдумчивое взаимодействие с кинофильмом. Некоторые ученые отмечают необходимость особого ритуализированного восприятия киноленты. К. Metz замечает, что природа темноты зрительного зала, пассивности и неподвижности зрителя в нем, а также сила визуальных образов, которые связаны вымышленным сюжетом, необходимым для процессов проекции и идентификации, воздействуют на бессознательные психические процессы зрителя и переносят его на более ранние стадии развития, к своего рода первичному нарциссизму (Metz, 1980).

В такой обстановке ярче протекает процесс идентификации себя с героями кинопроизведения. В киноведении граница, разделяющая зрителя и героев, называется «четвертой стеной». Это воображаемая граница, своего рода психологический защитный механизм, который отделяет зрителя от возможности глубже погрузиться в вымышленный мир действия, поверить, что все происходящее реально. Именно правильная организация пространства для восприятия кинопроизведения может способствовать его катарсическому восприятию.

Аристотель определил «катарсис» как главное предназначение трагедии и ясно продемонстрировал сущность исцеления души искусством. Вслед за ним театровед Аугусто Боаль в работе «Радуга желаний» отмечает, что вне зависимости от того, к какой категории относится катарсис, он несет смысловой оттенок освобождения через очищение, в том числе от того, что нарушает внутреннее равновесие личности, а различия обуславливаются немономерностью природы очищаемых или высвобождаемых компонентов (Boal, 1995).

Большой белый экран, на который проецируется изображение и который окружает темнота (пустота) зрительного зала, фактически становится экраном сновидений, по замечанию В. Lewin (1953). В этом случае кино – это сон зрителя. Кинофильмы, как сны, могут переносить зрителя в другой мир. Взаимосвязь между фильмическим и сновидческим состояниями выделяется многими философами и теоретиками кино (Stowell, 2015).

Кино – это экспериментальная лаборатория, в которой можно стимулировать и воссоздавать аффективные процессы. Киноискусство позволяет людям мечтать, удовлетворять невыраженные потребности, отождествлять себя с персонажами и проецировать бессознательные переживания, тем самым оказывая катарсический и суггестивный эффекты. Таким образом, являясь универсальным человеческим переживанием, восприятие фильма как «управляемого сна» составляет естественную часть психической жизни каждого человека. Как и сновидение, взаимодействие с фильмом – это жизненный опыт, который в текущем моменте выглядит как нечто, происходящее в «ре-

альном» мире, и только впоследствии признается принадлежащим миру «сновидения». Особая реальность киновосприятия являет собой пример работы трансцендентной функции, синтезирующей сознательную и бессознательную установки в целях трансформации личности.

Итак, преимущества работы с помощью кинофильмов при психоэмоциональной коррекции личности включают доступность, адаптивность к разным возрастным и социальным группам, а также то, что просмотр фильмов может быть воспринят как приятная и расслабляющая деятельность. Важно отметить, что фильмотерапия должна проводиться под руководством квалифицированных специалистов, чтобы гарантировать безопасность и эффективность процесса.

Обзор современных исследований кинофильма как средства терапии психоэмоциональных состояний и обучения молодежи и студентов

Ранние исследования психологического воздействия кино использовали в основном качественные подходы, однако они дали многообещающие результаты, которые позволили другим авторам подойти к теме более объективно.

Зарубежные исследования фильмотерапии активно изучают процесс терапевтического воздействия кино как на взрослых, так и на детей (чаще – на подростков и молодежь).

Студенческий возраст принято рассматривать как особую фазу перехода от детства к самостоятельной взрослой жизни, нахождение своего места в ней. Именно самоопределение является основной задачей юношеского возраста и включает личностные, профессиональные, социальные, а также духовные и практические аспекты. Возрастные границы, в пределах которых находится большинство студентов, условны и наиболее часто составляют промежуток от 15 до 20 лет (подростковый возраст, ранняя юность) до 21–25 лет, что совпадает с периодом поздней юности и молодости.

Значительным преимуществом фильмов как психологического инструмента в коррекции психоэмоциональных состояний является то, что они предлагают как эмоциональный, так и когнитивный опыт. Исследования показали, что люди легче усваивают новые, неизведанные и абстрактные концепции, когда они представлены как в вербальной, так и в визуальной форме (Salomon, 1979). Студенты также сообщают, что задания, связанные с просмотром фильмов, были особенно полезны (например, Bluestone, 2000). Кроме того, многочисленные отчеты указывают на то, что фильмы помогают создавать образцы для подражания, выявлять и усиливать сильные стороны личности, облегчать общение и повышать оптимизм (Niemi, Wedding, 2008)

В многочисленных исследованиях доказано, что показ студентам-медикам фильмов, изображающих встречи пациента и врача и связанные с ними проблемы, оказывает благотворное влияние на развитие эмпатии (Ahmadzadeh et al., 2019; Brand et al., 2017; OzcaKir et al., 2014).

М.С. Ионова и соавторы (2023) использовали кинофильмы для развития коммуникативных способностей у студентов. Была показана возможность применения кино-тренинга в качестве средства развития коммуникативной сферы студентов, склонных к интернет-зависимости. В другой работе В.Т. Ака и F. Gençöz (2010) обнаружили, что фильмотерапия эффективна в снижении показателей дисфункционального перфекционизма у студентов.

Исследования также показали, что тренинг, основанный на просмотре фильмов, оказал положительное влияние на снижение тревожности и развитие социальных навы-

ков студентов (Allen, Danforth, Drabman, 1989). Это подтверждается исследованием кортизола – «гормона стресса» в слюне кинозрителей. Научные труды по восстановлению после стресса показали, что развлекательные кинофильмы повышают психологическую отстраненность и расслабление. Было доказано, что кинофильмы могут быть полезны после стрессовых ситуаций для восстановления (Rieger, Bente, 2018).

В 2016 г. в Таиланде проводилось исследование «Эффективность обучения с использованием фильмов для продвижения позитивных установок». Его целью было определить, может ли систематический учебный курс, основанный на просмотре фильмов, способствовать развитию положительных качеств тайских студентов. В исследовании приняло участие 156 студентов-старшекурсников Государственного Университета Таиланда. Эксперимент проводился в течение двух семестров 2014 уч. г. Студенты просмотрели 11 фильмов. Кроме того, обе экспериментальные группы участвовали в 30-минутном обсуждении после просмотра каждого фильма. Группа показала значительное увеличение положительных характеристик и поведения. Результаты исследования подтвердили, что фильмы являются мощным инструментом для усиления положительных характеристик личности студентов (Smithikrai, 2016).

Кроме этого, кинофильмы могут способствовать формированию этнической толерантности у студентов, что было показано в работе О.С. Андреевой (2017). Ученым был проведен курс из трех занятий с применением кино. Было установлено положительное воздействие кинофильмов на этнические установки участников. Зафиксировано повышение уровня этнической толерантности, а также снижение влияния негативных этнических стереотипов и влияния категории «национальность» при оценивании человека. Также в исследованиях показано, что просмотр фильмов может помочь развитию религиозной толерантности у студентов (Charles, 2021).

Таким образом, фильмотерапия призвана помочь молодым людям справиться с жизненными трудностями, развить новые позитивные личностные качества, повысить толерантность, эмпатию и предложить новые способы осмысления конкретных проблем, а также принести пользу в обучении. Инструментарий фильмотерапевтической работы достаточно широк и может применяться в различных ситуациях.

Заключение

Кино – мощное средство и инструмент социальных изменений. Однако это искусство является крайне субъективным. В то время как, с одной стороны, кино может помочь в коррекции психоэмоциональных состояний, с другой стороны — просмотр фильма может быть и травмирующим событием. Особенно это касается фильмов со сценами жестокого обращения, демонизирующих психические заболевания (таким образом снижая толерантность общества к пациентам, ими страдающим) и пр. Также установлена связь между просмотром кинофильмов с употреблением табака и более высоким уровнем принятия курения среди молодежи (Sargent, 2009; Shmueli et al., 2010). В обзорной статье «Влияние фильма о насилии на поведение человека» был проведен анализ большого объема экспериментальных и лонгитюдных исследований и выявлена достоверная связь между просмотром телевизионного насилия и агрессивным поведением. Особенно это касалось детей и подростков (Nnenna, Extension, 2022).

Тем не менее есть и некоторые опасения работы с фильмотерапевтическим инструментарием. В классической фильмотерапии выбор материала для просмотра не стандартизирован; он варьируется в зависимости от убеждений и опыта специалиста. Даже если некоторые исследователи и популяризаторы искусства предложили конкретные фильмы, которые можно использовать для работы с различными эмоциональными состояниями (L. Berg-Cross, P. Jennings, R. Baruch (1990), J. Dovalis (2015),

Н.Е. Железняк (2018; 2021) и др.), в большинстве своем они остаются недостаточно апробированными рекомендациями. Отбор фильмов и выстраивание сценария психотерапевтического воздействия требует исключительно индивидуальной настройки и профессиональной обратной связи.

Литература

- Акимова М.К., Персиянцева С.В. Эффективность различных модальностей психотерапии искусством: исследование детей-сирот // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. 2021. № 4. С. 23–30. <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2021-4-2>
- Андреева О.С., Богданова М.В. Кинотерапия как способ формирования этнической толерантности у студентов // Педагогическое образование в России. 2017. № 3. С. 76–83. <https://doi.org/10.26170/po17-03-12>
- Ахмедзянова А.Э. Актуализация эмпатии личности средствами кинотренинга: дис. ... канд. псих. наук. М., 2011. 157 с.
- Босов Д.В. Мэйнстрим-кинематограф как фактор формирования духовно-потребительских ориентаций студенческой молодежи: автореф. дис. ... канд. соц. наук. СПб., 2017. 17 с.
- Бочаров А.К. Разработка кинотерапевтического тренинга, направленного на психологическую помощь подросткам в процессе самоопределения // Психологические исследования: сб. науч. тр. Выпуск 6. Самара: «Универс групп», 2008. С. 316–322.
- Выготский Л.С. Анализ эстетической реакции. М.: Лабиринт, 2001. 288 с.
- Выготский Л.С. Психология искусства. М.: Изд-во АСТ, 2019. 479 с.
- Девятковская И.В. Развивающий ресурс методов обучения взрослых для преодоления психологических барьеров профессионального развития личности // Педагогическое образование в России. 2015. № 11. С. 94–95.
- Железняк Н.Е. Кинорешетник: 12 культовых фильмов, которые научат вас понимать кино и самих себя. М.: Эксмо, 2021. 240 с.
- Железняк Н.Е. Культуротерапия. Лекции по психологии искусства. М.: АСТ, 2018. 231 с.
- Захарова Е.И., Карабанова О. А. Кинотерапия: современный взгляд на возможности применения // Национальный психологический журнал. 2018. № 2 (30). С. 67–65. <https://doi.org/10.11621/npj.2018.0207>
- Ионова М.С., Резепова Н.В., Курдюкова А.А. Кинотренинг как средство развития коммуникативной сферы студентов, склонных к интернет-зависимому поведению // Мир науки. Педагогика и психология. 2023. № 1 (11). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/12PSMN123.pdf> (дата обращения: 20.05.2024).
- Каган М.С. Эстетика как философская наука. В 2 ч. Ч. 1. М.: Издательство Юрайт, 2018. 295 с.
- Коробова С.Ю. Динамика переживания субъектов при воздействии культового кино: автореф. дис. ... канд. псих. наук. Челябинск, 2022. 27 с.
- Лотман Ю.М. Семиотика кино и проблемы киноэстетики. Таллин: Ээсти Раамат, 1973. 135 с.
- Трояновский А.В., Егиазаров Р.И. Изучение кинозрителя. М.: Наркомпрос РСФСР; Л.: Госуд. изд-во, 1928. 98 с.
- Ahmadzadeh A., Esfahani M.N., Ahmadzad-Asl M., Shalbafan M., Shariat S.V. Does watching a movie improve empathy? A cluster randomized controlled trial // Canadian Medical Education Journal. 2019. Vol. 10 (4). Pp. e4–e12. <https://doi.org/10.36834/cmej.56979>
- Aka B.T., Gençöz F. Sinematerapinin Mükemmeliyetçilik ve Mükemmeliyetçilikle İlgili Şemalar Üzerindeki Etkisi // Turk Psikoloji Dergisi. 2010. Vol. 25 (65). Pp. 69–77.
- Allen K.D., Danforth J.S., Drabman R.S. Videotaped modeling and film distraction for fear reduction in adults undergoing hyperbaric oxygen therapy // Journal of Consulting and Clinical Psychology. Vol. 57 (4). Pp. 554–558. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.57.4.554>
- Berg-Cross L., Jennings P., Baruch R. Cinematherapy: Theory and application // Psychotherapy in private practice. 1990. Vol. 8 (1). Pp. 135–156. https://doi.org/10.1300/J294v08n01_15
- Bierman J.S. Group Cinematherapy as a Treatment Modality for Adolescent Girls // Residential Treatment For Children & Youth. 2003. Vol. 21 (1). Pp. 1–15. https://doi.org/10.1300/J007v21n01_01
-

-
- Bluestone C. Feature films as a teaching tool // *College Teaching*. 2000. Vol. 48 (4). Pp. 141–146. <https://doi.org/10.1080/87567550009595832>
- Boal A. *The Rainbow of Desire: The Boal Method of Theatre and Therapy*. London: Routledge, 1995.
- Brand G., Wise S., Siddiqui Z.S., Celenza A., Fatovich D.M. Capturing the 'art' of emergency medicine: Does film foster reflection in medical students? // *Emergency Medicine Australasia*. 2017. Vol. 29 (4). Pp. 433–437. <https://doi.org/10.1111/1742-6723.12752>
- Charles C., Sari I., Dewi M., Arjoni A., Zakir S. The Use of Cinematherapy Techniques in Developing Religious Tolerance in Students with Multicultural Education Insights. 2021. <https://doi.org/10.4108/eai.14-9-2020.2305685>
- Dermer S., Hutchings J. Utilizing Movies in Family Therapy: Applications for Individuals, Couples, and Families // *The American Journal of Family Therapy*. 2010. Vol. 28. Pp. 163–180. <https://doi.org/10.1080/019261800261734>
- Do L.L.T.N. Bobo Doll Experiment // *Encyclopedia of Child Behavior and Development*. Ed. by S. Goldstein, J.A. Naglieri. Boston: Springer, 2011. P. 264. https://doi.org/10.1007/978-0-387-79061-9_379
- Dovalis J. *Cinema as Therapy: Grief and transformational film*. Routledge, 2015.
- Gramaglia C., Abbate-Daga G., Amianto F., Brustolin A., Campisi S., De-Bacco C., Fassino S. Cinematherapy in the day hospital treatment of patients with eating disorders. Case study and clinical considerations // *The Arts in Psychotherapy*. 2011. Vol. 38 (4). Pp. 261–266. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2011.08.004>
- Heston M.L., Kottman T. Movies as metaphors: a counseling intervention // *The Journal of Humanistic Education and Development*. 1997. Vol. 36 (2). Pp. 92–99. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4683.1997.tb00377.x>
- Korzak D., Kister C., Huber B. *Differentialdiagnostik des Burnout-Syndroms*. Köln: Herausgegeben vom Deutschen Institut für Medizinische Dokumentation und Information (DIMDI). 2010. URL: https://portal.dimdi.de/de/hta/hta_berichte/hta278_bericht_de.pdf (дата обращения: 25.04.2024).
- Lewin B. Reconsideration of the dream screen // *Psychoanalysis Quarterly*. 1953. Vol. 22 (2). Pp. 174–199.
- Marsick E. Film Selection in a Cinematherapy Intervention With Preadolescents Experiencing Parental Divorce // *Journal of Creativity in Mental Health*. 2010. Vol. 5 (4). Pp. 374–388. <https://doi.org/10.1080/15401383.2010.527789>
- Metz C. *Cinema e Psicoanalisi*. Venezia: Marsilio Editore, 1980.
- Morris L.W., Spiegler M.D., Liebert R.M. Effects of a therapeutic modeling film on cognitive and emotional components of anxiety // *Journal of Clinical Psychology*. 1974. Vol. 30 (2). Pp. 219–223. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(197404\)30:2<219::aid-jclp2270300230>3.0.co;2-3](https://doi.org/10.1002/1097-4679(197404)30:2<219::aid-jclp2270300230>3.0.co;2-3)
- Niemiec R.M., Wedding D. *Positive psychology at the movies: Using films to build virtues and character strengths*. Cambridge: Hogrefe, 2008.
- Nnenna U., Extension K. Impact of Violence Movie on Human Behaviour // *INOSR Arts and Management*. 2002. Vol. 8 (1). Pp. 21–26.
- Ozcakir A., Bilgel N. Educating medical students about the personal meaning of terminal illness using the film, “Wit” // *Journal of Palliative Medicine*. 2014. Vol. 17 (8). Pp. 913–917. <https://doi.org/10.1089/jpm.2013.0462>
- Rieger D., Bente G. Watching down cortisol levels? Effects of movie entertainment on psychophysiological recovery // *Studies in Communication and Media*. 2018. Vol. 7. Pp. 103–127. <https://doi.org/10.5771/2192-4007-2018-2-103>
- Salomon G. *Interaction of media, cognition and learning: an exploration of how symbolic forms cultivate mental skills and affect knowledge acquisition*. San Francisco: Jossey-Bass, 1979.
- Sargent J. Comparison of Trends for Adolescent Smoking and Smoking in Movies, 1990–2007 // *Journal of the American medical association*. 2009. Vol. 301 (21). Pp. 2211–2213. <https://doi.org/10.1001/jama.2009.745>
- Sharp C., Smith J.V., Cole A. Cinematherapy: metaphorically promoting therapeutic change // *Counselling Psychology Quarterly*. 2002. Vol. 15 (3). Pp. 269–276. <https://doi.org/10.1080/09515070210140221>
-

-
- Shmueli D., Prochaska J., Stanton A., Glantz S. Effect of Smoking Scenes in Films on Immediate Smoking // *American journal of preventive medicine*. 2010. Vol. 38 (4). Pp. 351–358. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2009.12.025>
- Smithikrai C. Effectiveness of Teaching with Movies to Promote Positive Characteristics and Behaviors // *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2016. Vol. 217. Pp. 522–530. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.033>
- Solomon G. *Reel Therapy: How Movies Inspire You to Overcome Life's Problems*. Aslan Publishing, 2001.
- Stowell B. *Cinema and the Unconscious: Filmic Representations of Dreams*. University of Colorado, 2015.

References

- Ahmadzadeh, A., Esfahani, M. N., Ahmadzad-Asl, M., Shalbfan, M., & Shariat, S. V. (2019). Does watching a movie improve empathy? A cluster randomized controlled trial. *Canadian Medical Education Journal*, 10(4), e4–e12. <https://doi.org/10.36834/cmej.56979>
- Aka, B. T., & Gençöz, F. (2010). Sinematerapinin Mükemmeliyetçilik ve Mükemmeliyetçilikle İlgili Şemalar Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25(65), 69–77.
- Akhmedzyanova, A. E. (2011). *Actualization of personal empathy by means of film training* [dissertation]. Moscow. (In Russ.)
- Akimova, M. K., & Persiyantseva, S. V. (2021). The effectiveness of various modalities of art psychotherapy: a study of orphans. *Gercenovskie chtenija: psihologicheskie issledovanija v obrazovanii*, (4), 23–30. (In Russ.) <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2021-4-2>
- Allen, K. D., Danforth, J. S., & Drabman, R. S. (1989). Videotaped modeling and film distraction for fear reduction in adults undergoing hyperbaric oxygen therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(4), 554–558. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.57.4.554>
- Andreeva, O. S., & Bogdanova, M. V. (2017). Film therapy as a way of developing ethnic tolerance among students. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii*, (3), 76–83. (In Russ.) <https://doi.org/10.26170/po17-03-12>
- Berg-Cross, L., Jennings, P., & Baruch, R. (1990). Cinematherapy: Theory and application. *Psychotherapy in private practice*, 8(1), 135–156. https://doi.org/10.1300/J294v08n01_15
- Bierman, J. S. (2003). Group Cinematherapy as a Treatment Modality for Adolescent Girls. *Residential Treatment For Children & Youth*, 21(1), 1–15. https://doi.org/10.1300/J007v21n01_01
- Bluestone, C. (2000). Feature films as a teaching tool. *College Teaching*, 48(4), 141–146. <https://doi.org/10.1080/87567550009595832>
- Boal, A. (1995). *The Rainbow of Desire: The Boal Method of Theatre and Therapy*. London: Routledge.
- Bocharov, A. K. (2008). Development of film therapy training aimed at psychological assistance to adolescents in the process of self-determination. In *Psihologicheskie issledovanija* (vol. 6, pp. 316–322). Samara: “Univers Group”. (In Russ.)
- Bosov, D. V. (2017). *Mainstream cinema as a factor in the formation of spiritual and consumer orientations of student youth* [dissertation abstract]. Saint Petersburg. (In Russ.)
- Brand, G., Wise, S., Siddiqui, Z. S., Celenza, A., & Fatovich, D. M. (2017). Capturing the 'art' of emergency medicine: Does film foster reflection in medical students? *Emergency Medicine Australasia*, 29(4), 433–437. <https://doi.org/10.1111/1742-6723.12752>
- Charles, C., Sari, I., Dewi, M., Arjoni, A., & Zakir, S. (2021). *The Use of Cinematherapy Techniques in Developing Religious Tolerance in Students with Multicultural Education Insights*. <https://doi.org/10.4108/eai.14-9-2020.2305685>
- Dermer, S., & Hutchings, J. (2010). Utilizing Movies in Family Therapy: Applications for Individuals, Couples, and Families. *The American Journal of Family Therapy*, 28, 163–180. <https://doi.org/10.1080/019261800261734>
- Devyatovskaya, I. V. (2015). Developmental resource of adult teaching methods to overcome psychological barriers to professional development of the individual. *Pedagogical education in Russia*, (11), 94–95. (In Russ.)
-

-
- Do, L. L. T. N. (2011). Bobo Doll Experiment. In S. Goldstein & J. A. Naglieri (Eds.), *Encyclopedia of Child Behavior and Development* (p. 264). Boston: Springer. https://doi.org/10.1007/978-0-387-79061-9_379
- Dovalis, J. (2015). *Cinema as Therapy: Grief and transformational film*. Routledge.
- Gramaglia, C., Abbate-Daga, G., Amianto, F., Brustolin, A., Campisi, S., De-Bacco, C., & Fassino, S. (2011). Cinematherapy in the day hospital treatment of patients with eating disorders. Case study and clinical considerations. *The Arts in Psychotherapy*, 38(4), 261–266. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2011.08.004>
- Heston, M. L., & Kottman, T. (1997). Movies as metaphors: a counseling intervention. *The Journal of Humanistic Education and Development*, 36(2), 92–99. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4683.1997.tb00377.x>
- Ionova, M. S., Rezepova, N. V., & Kurdyukova, A. A. (2023). Film training as a means of developing the communicative sphere of students prone to Internet-addictive behavior. *Mir nauki. Pedagogika i psihologija*, (1). Retrieved from <https://mir-nauki.com/PDF/12PSMN123.pdf> (access date: 05/20/2024). (In Russ.)
- Kagan, M. S. (2018). *Aesthetics as a philosophical science*. Part 1. Moscow: Yurayt. (In Russ.)
- Korczak, D., Kister, C., & Huber, B. (2010). *Differentialdiagnostik des Burnout-Syndroms*. Köln: Herausgegeben vom Deutschen Institut für Medizinische Dokumentation und Information (DIMDI). Retrieved from https://portal.dimdi.de/de/hta/hta_berichte/hta278_bericht_de.pdf
- Korobova, S. Yu. (2022). *Dynamics of subjects' experiences under the influence of cult cinema* [dissertation abstract]. Chelyabinsk.
- Lewin, B. (1953). Reconsideration of the dream screen. *Psychoanalysis Quarterly*, 22(2), 174–199.
- Lotman, Yu. M. (1973). *Semiotics of cinema and problems of film aesthetics*. Tallinn: Eesti Raamat. (In Russ.)
- Marsick, E. (2010). Film Selection in a Cinematherapy Intervention With Preadolescents Experiencing Parental Divorce. *Journal of Creativity in Mental Health*, 5(4), 374–388. <https://doi.org/10.1080/15401383.2010.527789>
- Metz, C. (1980). *Cinema e Psicoanalisi*. Venezia: Marsilio Editore.
- Morris, L. W., Spiegler, M. D., & Liebert, R. M. (1974). Effects of a therapeutic modeling film on cognitive and emotional components of anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 30(2), 219–223. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(197404\)30:2<219::aid-jclp2270300230>3.0.co;2-3](https://doi.org/10.1002/1097-4679(197404)30:2<219::aid-jclp2270300230>3.0.co;2-3)
- Niemiec, R. M., & Wedding, D. (2008). *Positive psychology at the movies: Using films to build virtues and character strengths*. Cambridge: Hogrefe.
- Nnenna, U., & Extension, K. (2022). Impact of Violence Movie on Human Behaviour. *INOSR Arts and Management*, 8(1), 21–26.
- Ozcakir, A., & Bilgel, N. (2014). Educating medical students about the personal meaning of terminal illness using the film, “Wit”. *Journal of Palliative Medicine*, 17(8), 913–917. <https://doi.org/10.1089/jpm.2013.0462>
- Rieger, D., & Bente, G. (2018). Watching down cortisol levels? Effects of movie entertainment on psychophysiological recovery. *Studies in Communication and Media*, 7, 103–127. <https://doi.org/10.5771/2192-4007-2018-2-103>
- Salomon, G. (1979). *Interaction of media, cognition and learning: an exploration of how symbolic forms cultivate mental skills and affect knowledge acquisition*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Sargent, J. (2009). Comparison of Trends for Adolescent Smoking and Smoking in Movies, 1990–2007. *Journal of the American medical association*, 301(21), 2211–2213. <https://doi.org/10.1001/jama.2009.745>
- Sharp, C., Smith, J. V., & Cole, A. (2002). Cinematherapy: metaphorically promoting therapeutic change. *Counselling Psychology Quarterly*, 15(3), 269–276. <https://doi.org/10.1080/09515070210140221>
- Shmueli, D., Prochaska, J., Stanton, A., & Glantz, S. (2010). Effect of Smoking Scenes in Films on Immediate Smoking. *American journal of preventive medicine*, 38(4), 351–358. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2009.12.025>
-

-
- Smithikrai, C. (2016). Effectiveness of Teaching with Movies to Promote Positive Characteristics and Behaviors. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 217, 522–530. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.033>
- Solomon, G. (2001). *Reel Therapy: How Movies Inspire You to Overcome Life's Problems*. Aslan Publishing.
- Stowell, B. (2015). *Cinema and the Unconscious: Filmic Representations of Dreams*. University of Colorado.
- Troyanovsky, A. V., & Egiazarov, R. I. (1928). *Studying the film viewer*. Moscow: Narkompros RSFSR; Leningrad: State. publishing house. (In Russ.)
- Vygotsky, L. S. (2001). *Analysis of aesthetic response*. Moscow: Labyrinth. (In Russ.)
- Vygotsky, L. S. (2019). *Psychology of art*. Moscow: AST. (In Russ.)
- Zakharova, E. I., & Karabanova, O. A. (2018). Cinema therapy: a modern view of the possibilities of application. *Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal*, (2), 67–65. (In Russ.) <https://doi.org/10.11621/npj.2018.0207>
- Zheleznyak, N. E. (2018). *Cultural therapy. Lectures on the psychology of art*. Moscow: AST. (In Russ.)
- Zheleznyak, N. E. (2021). *Film expert: 12 cult films that will teach you to understand cinema and yourself*. Moscow: Eksmo. (In Russ.)

Информация об авторе

Железняк Надежда Евгеньевна, ассистент кафедры массовых коммуникаций Российского университета дружбы народов им. П. Лумумбы (Москва, Россия); почтовый адрес: 117198, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, д. 10/2; электронная почта: kultterapia@gmail.com

Заявление о конфликте интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

История статьи

Поступила в редакцию 15.03.24. Принята к печати 1.04.24.

Information about the author

Nadezhda E. Zhelezniak, Assistant of the Department of Mass Communications, Peoples' Friendship University of Russia named after Patrice Lumumba (Moscow, Russia); Postal Address: 117198, Moscow, 10/2, Miklukho-Maklay Street; e-mail: kultterapia@gmail.com

Conflicts of interest

The author declares no conflicts of interests.

Article history

Received 15 March 2024. Accepted 1 April 2024.