

**Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций
Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Сибирский государственный университет
телекоммуникаций и информатики» Уральский технический институт
связи и информатики (филиал)
в г. Екатеринбурге
(УрТИСИ СибГУТИ)**

УТВЕРЖДАЮ

Директор УрТИСИ СибГУТИ

Е.А. Минина

(подпись)

(Ф.И.О)

«14» апреля 2022 г.

**Программа профилактики аддиктивного и девиантного
поведения учащихся средних и высших учебных заведений
методом «Киносновидений» Дудника Д.В.**

Научный руководитель работы

кандидат медицинских наук Д.В. Дудник _____

уч. степ.

уч. звание

ФИО

(подпись)

Екатеринбург 2022

Программа, выдвигаемая на конкурс – «Программа профилактики аддиктивного и девиантного поведения учащихся средних и высших учебных заведений методом «Киносновидений» Дудника Д. В.»

Место реализации – Уральский Технический Институт Связи и Информатики г. Екатеринбург, филиал СибГУТИ

Фактический адрес: г. Екатеринбург, ул. Репина, 15.

Сайт: <http://www.uisi.ru/>

Телефон: +7(343)371-31-84, +7(919)365-66-40

Эл. почта: adm@urtisi.ru aev@urtisi.ru

Автор, разработчик и научный руководитель программы – Дудник Дмитрий Вячеславович, кандидат медицинских наук, врач-психиатр, психотерапевт, психоаналитик.

Координатор программы (контактное лицо) – Левкина Елена Владимировна, педагог-психолог УрТИСИ СибГУТИ, видеоарттерапевт.

Участники – студенты УрТИСИ СибГУТИ очной формы обучения среднего профессионального (СПО) и высшего образования (ВО) в возрасте от 15 до 19 лет.

Содержание

1	Аннотация	3
2	Проблема, цели и задачи	5
3	Научно-методическое обоснование программы	6
4	Материалы и оборудование	9
5	Нормативно-правовое основание программы	9
6	Перечень и описание программных мероприятий	11
7	Календарный план, согласованный с учебным планом	18
8	Ресурсы, необходимые для реализации программы	20
9	Ожидаемые результаты реализации программы	20
10	Апробация программы	21
11	Стимульный материал	22
12	Источники информации	22
13	Ссылки	23

1 Аннотация программы

Все учебные заведения России проводят единую методику социально-психологического тестирования на предмет оценки вовлечения молодежи в зависимое поведение. По результатам тестирования возникает вопрос организации профилактики аддиктивного поведения подростков.

В 2021/2022 учебном году в УрТИСИ СибГУТИ в целях профилактики зависимого поведения учащихся реализуется «Программа профилактики аддиктивного и девиантного поведения учащихся средних и высших учебных заведений», созданная кандидатом медицинских наук, психотерапевтом, психоаналитиком Дудником Д. В. Для адаптации в студенческой среде программа получила название «Смотри и Живи».

В основу программы положен видеоарттерапевтический метод «Киносновидения», созданный автором программы Дудником Д. В.

В 2007 году этот метод лег в основу кандидатской диссертации «Ситуационно обусловленные психогенные психические расстройства у военнослужащих ВВ МВД РФ в условиях воинской службы вне боевых действий и их лечение». Эффективность применения «Киносновидений» доказана исследованием на большой группе военнослужащих по призыву. Годом ранее, в 2006 году метод был запатентован (патент на изобретение № 2289434). <https://www.freepatent.ru/patents/2289434>

Киносновидение – это видеоарттерапевтический ролик, созданный совместно с клиентом (или без него, но под конкретную задачу) с терапевтическим, то есть лечебным эффектом.

Запрос (проблема) может быть весьма разнообразным: от страха перед экзаменом до переживания состояния потери, расставания с близким человеком. Ограничений в спектре запросов практически нет.

Фактически киносновидение представляет собой набор, специальным образом упорядоченных сцен, вырезанных из художественного фильма (одного или нескольких). При этом каждая сцена является символом или метафорой, а вместе они составляют законченное эмоционально-смысловое послание, адресованное бессознательному зрителя и гармонизирующее его.

Программа состоит из 24 роликов, которые транслируются студентам в течение года по специально разработанной схеме.

Программа в целом направлена на гармонизацию внутриличностных конфликтов, устранение внутриличностных противоречий, когда бессознательных побуждений много, а их социально-приемлемая реализация затруднена. В те моменты, когда подросток нуждается в дополнительных ориентирах и схемах действия в конкретных ситуациях. Например, потребность в агрессивном действии может быть удовлетворена в конкретном конфликте через прямые действия, а может иметь социально-приемлемую форму, то есть реализоваться через общественно-полезную деятельность, достигая вполне мирных и продуктивных целей.

В результате внедрения профилактической программы мы ожидаем позитивных, качественных изменений в восприятии себя и окружающего мира у участников программы.

Единая методика СПТ проходит ежегодно, что позволит нам получить и проанализировать качественный и количественный результат исследования уже в 2022 году, а также сделать выводы и использовать их в своей дальнейшей работе по профилактике аддиктивного поведения учащихся.

2 Проблема, цели и задачи

Уральский технический институт связи и информатики – технический ВУЗ, выпускники которого становятся высококвалифицированными специалистами в области программирования, современных технологий и коммуникаций.

В психологической практике работы со студентами от 15 лет и старше проявляется разнообразие их возрастных проблем (от страха перед экзаменом до высокой тревожности, ухода от действительности, социофобии и т. д.)

Опираясь на статистику консультационной работы психолога можно выделить следующие группы запросов:

- 1) повышенная тревожность и агрессивность;
- 2) страхи и панические атаки;
- 3) избегание общества людей и уход от реальности в виртуальный мир;
- 4) сложности в самовыражении;
- 5) потеря интереса к действительности/мотивации к участию в происходящих событиях.

Запросы, сформулированные на индивидуальных консультациях коррелируются с результатами социально-психологического тестирования и подтверждают предположение об аддикции в поведении некоторых учащихся.

Система образования является одним из самых активных участников профилактики аддиктивного и девиантного поведения подростков и молодежи.

Для формирования здорового образа жизни, повышения общего уровня осознанности и зрелости среди учащихся в Институте связи внедряется «Программа профилактики аддиктивного и девиантного поведения учащихся средних и высших учебных заведений» под руководством Дудника Д. В.

Методика, применяемая в данном проекте многофункциональна.

Основная *цель, достигаемая в рамках этой программы* – профилактика аддиктивного и девиантного поведения учащихся.

Задачи программы:

- 1) повысить уверенность в себе;
- 2) снизить тревожность и импульсивность;
- 3) расширить социальную активность (участие в общественной жизни, проявление инициативы, волонтерство);
- 4) сформировать устойчивость к асоциальным установкам общества;

5) снизить фрустрацию, то есть снизить напряженность в ситуации неопределенного ожидания;

6) повысить избирательность в собственном социальном окружении;

7) повысить осознанность.

Целевая аудитория – студенты Уральского Технического Института Связи и Информатики.

Форма обучения – средняя профессиональная и высшая.

Возраст – от 15 до 19 лет.

В Институт связи поступают подростки с техническими способностями, талантами в программировании, технической «жилкой». Студенты – это люди, обладающие богатым воображением, пространственным видением, часто занимающиеся различными видами технического, художественного и интеллектуального творчества. Чаще интровертированы, живут собственными моральными нормами и слабо приемлют воздействие со стороны. Эмоциональны, одержимы собственными оригинальными идеями.

3 Научно-методическое обоснование программы

Образы человеческих сновидений почти всегда носят символически-метафорическую природу, то есть являются косвенным способом представления бессознательного конфликта или влечения.

Символизм в психоанализе понимается как типичный защитный механизм, состоящий в замещении объекта влечения символом и в перенесении на него соответствующего отношения, чем достигается некоторая степень удовлетворения влечения. Символы сновидения зачастую уникальны и определяются своеобразием индивида, но имеется категория универсальных символов.

З.Фрейд выделил сновидения с такими символами, назвав их типическими сновидениями, то есть сновидениями, имеющими одно и то же явное содержание и одну и ту же интерпретацию у самых разных пациентов. Универсальность некоторых символов обусловлена единообразием человеческой способности видеть сходство между различными объектами. Таким образом, между символом и скрытым элементом сновидения установлены особые отношения, являющиеся постоянными и названные З.Фрейдом «символическим отношением».

Существование такой, назовем ее базовой, символики позволяет исследователю интерпретировать сновидение, не задавая проясняющих вопросов сновидцу. «Число предметов, изображаемых в сновидении символически, невелико. Человеческое тело в целом, родители, братья и сестры, рождение, смерть, нагота и еще немного. Родители появляются во сне в виде императора или императрицы, короля или королевы или других представительных лиц, при этом сновидение преисполнено чувства почтения. Менее нежно сновидение относится к детям, братьям и сестрам, они символизируются маленькими зверенышами, паразитами. Рождение всегда

изображается посредством какого-либо отношения к воде, умирание заменяется во сне отъездом, смерть – неясными, нерешительными намеками, нагота – одеждой и форменной одеждой».

Список можно было бы продолжить более поздними исследованиями. В качестве примера приведем ставшие уже классическими проективные тесты «Дом», «Дерево», «Неизвестное животное», построенные на допущении, что испытуемый проецирует на лист самое себя, свое эмоциональное состояние и свои внутриличностные конфликты. Можно обратиться к сказочному наследию, дающему нам множество константных символов для обозначения родительских фигур – Кощей Бессмертный, Дракон, Змей Горыныч, Баба Яга; символов жизненных трудностей – темный, холодный лес, лабиринты, колодцы и т.д.

Исходя из того, что кино как произведение искусства подчиняется тем же закономерностям, что и вся бессознательная сфера, его можно по праву назвать искусственно созданным сновидением. Как и сновидения, фильмы наполнены иллюзиями; сочетание красочных визуальных и вербальных образов делает кино настолько реальным процессом, что воспринимающий его начинает верить в действительность происходящих в нем событий, подобно тому, как видящий сон зачастую верит в реальность своего сна, и лишь отчасти может осознавать, что это всего отражение реальности. Будучи вовлечен в переживания героев, зритель неосознанно превращает в субъективную реальность вещи, демонстрируемые в кино. Эффект иллюзии достигается с помощью современных средств кинематографии, которые захватывают зрителя и создают впечатление достоверности.

В отличие от сновидения, которое является эгоцентричным, кино рассчитано на зрителя. Просмотр кинофильмов важен для регуляции интрапсихического состояния зрителя и для поддержания его психических функций.

Для создания аудиовизуального произведения сначала осуществляют подбор фильма на основе предпочтений пациента, с учетом уровня организации личности пациента и требований к фильму. Согласно исследованиям фиксация на том или ином этапе психо-сексуального развития формирует жанровые предпочтения пациентов.

Существуют также статистически выверенные доказательства связи степени регрессии пациента, наблюдаемой клинически, и восприятием жанровой подачи материала. Пациенты с невротическими реакциями и состояниями более восприимчивы к подаче материала в жанре боевика, а пациенты с транзиторными личностными расстройствами - к подаче материала в жанре фильмов-ужасов. Из известного ряда аудиовизуальных произведений выбирают минимум одно произведение минимум с одним набором аудио- и видеообразов.

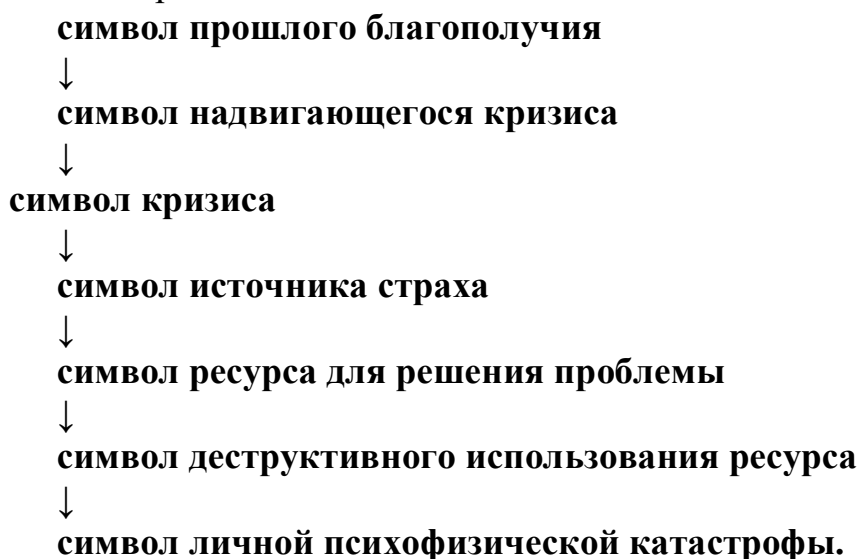
Затем отбирают в фильме кадры с аудио- и видеообразами в виде ключевых сцен – символов по принципу выявления бессознательной

символической нагрузки, основываясь на психоаналитических принципах и типических символах, характерных для окружающей культуры .

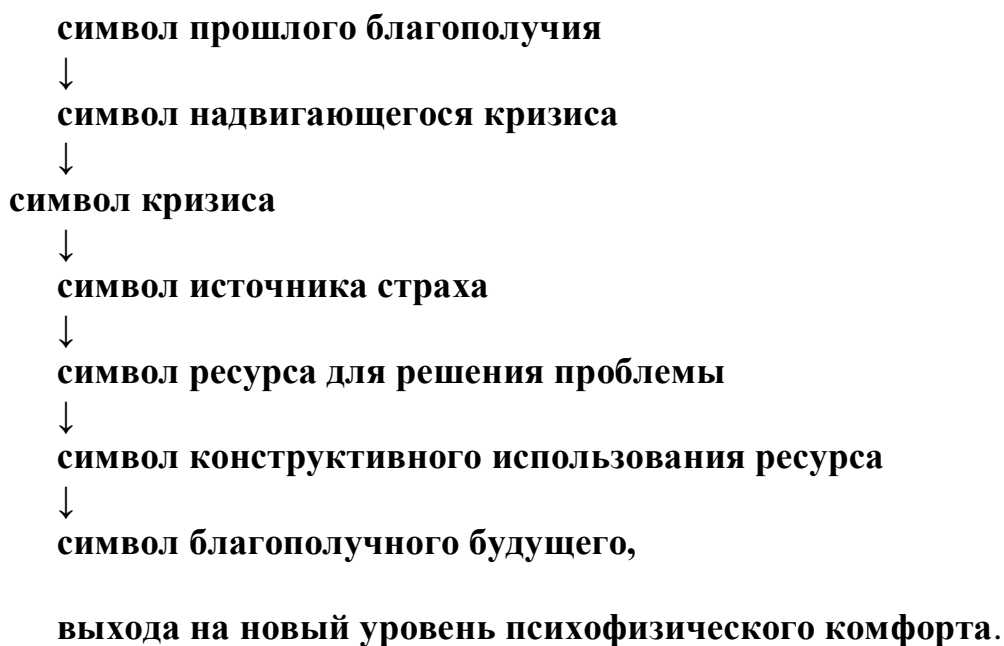
Затем выявляют сцены наиболее перспективные для символической передачи переживаний пациента, его межличностных отношений и внутриличностного конфликта, каждый символ представляют не менее чем одной «тезис-сценой» с каждым набором аудио- и видеообразов (т.е. выбранным из одного известного произведения) и не менее чем одной «антитезис-сценой» с тем же набором аудио- и видеообразов минимум в одном кадре каждая сцена, разделяют кадры на две группы: «тезис – сцены» с символической передачей переживаний пациента, его межличностных отношений и актуального внутриличностного конфликта, и «антитезис – сцены», дающие символические подсказки для выхода из кризиса, при этом каждой «тезис – сцене» с единым набором аудио- и видеообразов соответствует минимум одна «антитезис – сцена» с тем же набором аудио- и видеообразов и наоборот, каждой «антитезис – сцене» с единым набором аудио- и видеообразов соответствует минимум одна «тезис – сцена» с тем же набором аудио- и видеообразов, выбирают или создают аудио- и видеообразы самого пациента либо его окружения.

После этого осуществляют компоновку фильма и фиксируют кадры минимум в два парных фильма-«сновидения».

Первый фильм-«сновидение» строят по принципу кошмарного сновидения для блокировки того пути решения, который привел к формированию клинической картины, он содержит кадры с аудио- и видео-образами и кадры с «тезис-сценами» с единым набором аудио- и видеообразов в соответствии со следующей последовательностью комплекса символов негативной стратегии поведения:



А второй фильм-«сновидение» строят по принципу «волшебной сказки». Он включает кадры с аудио- и видео-образами «антитезис-сцены» с тем же набором аудио- и видеообразов, что и в первом, в соответствии со следующей последовательностью комплекса символов позитивной стратегии поведения:



4 Материалы и оборудование

Для реализации проекта учебному заведению предоставляются 12 основных видеофильмов и 12 вспомогательных, скомпонованных попарно в папки с календарной маркировкой. Все видеофайлы в формате *.mpg2. Материалы копируются на электронные устройства учебного заведения и воспроизводятся по локальной сети на мониторы в учебных аудиториях, фойе, спортзале и столовой.

Из числа сотрудников руководство учебного заведения назначает ответственного за техническое сопровождение проекта.

Реализация проекта в режиме очного обучения

Видеофильмы демонстрируются попарно – один основной и один вспомогательный согласно календарному плану один раз в неделю на кураторском часе в каждой группе и в местах общего посещения во время перемен. Смена фильмов производится раз в неделю в понедельник.

Реализация проекта в режиме удаленного обучения – демонстрация фильмов производится на кураторских часах он-лайн в каждой группе один раз в неделю.

5 Нормативно-правовое основание программы

1) Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020)

2) Федеральный закон от 24 июня 1999 года № 120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями и дополнениями)

3) Федеральный закон от 8 января 1998 № 3-ФЗ (ред. от 26.07.2019) «О наркотических средствах и психотропных веществах» Статья 53.4. Раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ

4) Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

5) Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утвержденной Указом Президента Российской Федерации № 690 от 9 июня 2010 года)

6) Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (утвержденной Министерством образования и науки РФ от 5 сентября 2011 года)

7) Решение Государственного антинаркотического комитета (протокол от 11 декабря 2017 г. № 35 и протокол от 24 декабря 2018 г. № 39)

8) Приказ Минпросвещения России от 20 февраля 2020 года № 59 «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования обучающихся в общеобразовательных и профессиональных образовательных организациях»

9) Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 20 февраля 2020 года № 239 «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования обучающихся в образовательных организациях высшего образования»

10) Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 16.06.2020 № 134-И «О проведении социально-психологического тестирования обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях Свердловской области, направленного на профилактику незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ с использованием единой методики».

11) Дудник Д В. Диссертация «Ситуационно обусловленные психогенные психические расстройства у военнослужащих ВВ МВД РФ в условиях воинской службы вне боевых действий и их лечение»;

12) Патент на изобретение № 2289434 от 20.12.2006 г.;

13) Гражданский Кодекс Российской Федерации, ст. 12.74 ч. 4.

Сферы ответственности, основные права и обязанности участников программы, а именно специалистов, студентов и родителей регулируются действующим законодательством Российской Федерации, этическим кодексом педагога-психолога и заключенными между сторонами договорами.

6 Перечень и описание программных мероприятий

6.1 Основные фильмы

KinoDream 019 Активная Защита

Киноновидение «Активная Защита» – это настоящий помощник при сдаче экзаменов, публичных выступлениях, на собеседованиях и соревнованиях.

Киноновидение вдохновляет проходить жизненные ситуации, в которых мы максимально напряжены, волнуемся и переживаем за результат. Больше того, позволяет делать это легко, в удовольствие и с верой в собственный успех.

Показания к применению:

- для гармонизации внутреннего мира, достижения договоренностей с самим собой и продвижения к поставленной цели;
- в случае непримиримого межличностного конфликта, для подготовки к «новой схватке»;
- для профилактики панического восприятия временных неудач;
- в состоянии поиска себя.

Киноновидение составлено из фрагментов-цитат х/ф «Пираты Карибского моря 1, 2, 3» в музыкальном сопровождении песен В.Высоцкого «Еще не вечер», «Ну вот, исчезла дрожь в руках...», песни в исполнении А. Миронова «Нет, я не плачу» из х/ф «12 стульев». Продолжительность – 9:16.

KinoDream 027 Папина дочка

Киноновидение «Папина дочка» создано специально для тех, кто проживает затянувшийся конфликт в треугольнике: папа - взрослеющая дочь - мама. Подростку оно поможет освоиться во взрослой жизни, а родителю принять своего изменившегося ребенка, семье в целом, пройти кризисный период, сохранив любовь и теплое отношение друг к другу.

Киноновидение составлено из фрагментов-цитат х/ф «Город потерянных детей», «Чужие», «Чужой», «Осень в Нью-Йорке» в музыкальном сопровождении песен: Земфиры «Сон», А. Миронова «У дороги, на краю...», И. Богушевой «Шарманка-Осень», «Нежные вещи». Продолжительность - 14:01.

KinoDream 096 Сила гравитации

В киноновидении «Сила гравитации» для создания эмоциональной атмосферы используются образы техногенного бедствия – катастрофы в космосе, что ассоциативно напоминает зрителю о его жизненной ситуации, наполненной обстоятельствами «непреодолимой силы», когда «голова идёт кругом и неясно, где небо, где земля». В этих обстоятельствах важно сохранить присутствие духа, быть готовым к непредвиденным поворотам, «научиться отпускать» и быть способным «прокатиться с ветерком». Финал киноновидения фиксирует установку «выплыть и встать на ноги».

Показания к применению:

- в случае наличия внутриличностного конфликта, ключевыми аспектами которого являются: сомнения в себе перед лицом жизненных трудностей, нерешительность, боязнь собственной неэффективности, поиск идентичности;
- в случае межличностного конфликта, когда нужно сохранить адекватность;
- подготовка к столкновению с объективно проблемной ситуацией (например, сдача экзаменов, в том числе жизненных);
- случае экзистенциального поиска.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат х/ф «Гравитация». Для усиления эмоционального «якоря» в видеоролике использована музыкальная композиция «Аве Мария». Продолжительность 17:20.

KinoDream 0103 Экипаж. Взлет

В киноновидении «Экипаж. Взлет» для создания эмоциональной атмосферы используются образы стихийного бедствия – извержение вулкана и потоки лавы, что ассоциативно напоминает зрителю о его жизненной ситуации, наполненной обстоятельствами, когда «земля горит под ногами». При этом важно «сохранить голову», ответив на вопрос «кто командир?» и целенаправленность – «как будем взлетать?» Вместе с тем, нельзя метаться очертя голову, а нужно выждать удобный, единственно верный момент (эпизод с водонапорной башней). «Поймав» момент, уже не сомневаться, а решительно действовать – взлетать. Финал киноновидения представляет собой набор позитивно насыщенных сцен дальнейшего благополучия в случае соблюдения предлагаемой схемы. В сюжет включен эпизод тренировки на авиасимуляторе для того, чтоб зритель помнил: подготовка важна, но практика рассудит. А инструктор не всегда бывает прав.

Показания к применению:

- в случае наличия внутриличностного конфликта, ключевым аспектом которого являются: сомнения в себе перед лицом жизненных трудностей, нерешительность, боязнь собственной неэффективности, поиск идентичности.
- в случае межличностного конфликта, когда нужно сохранить адекватность.
- в случае конфликта отцов и детей.
- Подготовка к столкновению с объективно проблемной ситуацией (например, сдача экзаменов, в том числе жизненных).
- в случае экзистенциального поиска.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат по материалам х/ф «Экипаж». Для усиления эмоционального «якоря» в видеоролике использована песня В. Высоцкого «Здесь вам не равнина». Продолжительность – 13:27.

KinoDream 0111 Экипаж. Посадка

В киноновидении «Экипаж. Посадка» используются образы терпящего бедствие авиалайнера, что ассоциативно напоминает зрителю о тех жизненных ситуациях, когда взвинченный до «грозовой высоты» конфликт нужно

«приземлять», да так, чтоб «все остались живы». При этом важно по-настоящему взять ответственность на себя при обстоятельствах, в которых никто из участников до этого не был – «видимость плохая», «возможности ограничены», «опыта нет», «опора не работает». Вместе с тем, главное, что нужно при «аварийной посадке» - «держат баланс». И пусть развалился самолет - символ прошлого спасительного единения - все «долетели» и это «зачёт». Финал киноновидения представляет собой набор позитивно насыщенных сцен дальнейшего благополучия в случае соблюдения предлагаемой схемы.

Показания к применению:

- в случае наличия внутриличностного конфликта, ключевыми аспектами которого являются: затрудненный самоконтроль, сомнения в себе перед лицом жизненных трудностей, нерешительность, боязнь собственной неэффективности, поиск идентичности;
- в случае межличностного конфликта, когда нужно сохранить равновесие;
- в случае конфликта в Партнерских отношениях;
- подготовка к столкновению с объективно проблемной ситуацией (например, сдача экзаменов, в том числе жизненных);
- в случае экзистенциального поиска.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат по материалам х/ф «Экипаж». Для усиления эмоциональной атмосферы в видеоролике использована музыкальная композиция с Гаятри-мантрой. Продолжительность – 8:37.

KinoDream 0126 Канатоходец

Жизнь – это гонка-преследование с игрой на выбывание: без компромиссов, без скидок, зачастую без жалости. Когда летишь во весь опор или идешь по канату над пропастью крайне важно сохранять внутреннее равновесие, даже когда окружающие «тянут» тебя в разные стороны, согласно своим интересам. Важно сохранять ясное понимание всех задач: своих, партнерских и «вражеских», а также иметь представление о путях их разрешения. Желательно иметь «домашние заготовки» решений, так как высокие скорости и сложные задачи не оставляют времени на раздумья. Киноновидение «Канатоходец» как раз и дает такую возможность.

Показания к применению:

- адаптация к новому коллективу. Поиск в нем своего места;
- в случае семейного конфликта, для подготовки “нового старта” в самостоятельность;
- профилактика катастрофического восприятия временных неудач и непонимания близкими;
- в случае экзистенциального поиска.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат по материалам х/ф «Форсаж-9» и «Прогулка». Для усиления эмоционального «якоря» в

видеоролике использована музыкальная композиция из х/ф «Профессионал». Продолжительность – 15:50.

KinoDream 0135 Марсианин

«Марсианин» - пронзительное киноновидение для героя-одиночки. Все пропало! Ты один на чужой планете. Мир вокруг рушится: все успели, ушли, «вырвались» вперед, ты остался один, ты «сбит с ног», ранен, почти беспомощен, ты «выпал из обоймы». В этих обстоятельствах важно сохранить присутствие духа, принять решение «я не сдохну» и быть способным «одну за другой решить все проблемы и вернуться «в строй»». Помни, настоящий герой всегда идет до победы!

Показания к применению:

- страх неуспешности перед лицом значимого окружения;
- боязнь собственной ущербности;

поиск идентичности;

- в случаях, когда нужно сохранить продуктивность, несмотря на неудачи;
- в моменты, столкновения с объективно проблемной ситуацией (например, сдача экзаменов, в том числе жизненных);
- в случае проблем с физическим здоровьем, в частности при подготовке к оперативному вмешательству;
- в период поиска себя.

Киноновидение формирует правильное отношение к возможному провалу, именно то отношение, которое поможет в будущем проходить подобные ситуации.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат по материалам х/ф «Марсианин». Для усиления эмоциональной атмосферы в видеоролике использована музыкальная композиция Витаса «Опера номер два». Продолжительность – 10:49.

KinoDream 0143 Отцовская Матрица

Для создания ассоциативного настроения в киноновидении используется сцена допроса с интенсивным накалом мужского противостояния, что метафорически намекает зрителю на жизненные ситуации, когда обстоятельства «выкручивают руки» и «прижимают к стенке», принуждая к сотрудничеству. При этом хорошо бы иметь надежный психологический стержень, дабы не сломаться. Вот над формированием такого стержня и работает киноновидение, беря за метафорическую основу отношения с образом идеального отца. Успех эмоционально фиксируется победой при штурме здания и увенчивается полетом через шахту лифта с любимой женщиной. Именно любовь и отношения делают человека Избранным и помогают одерживать верх в любых мужских столкновениях.

Показания к применению:

- в случае наличия внутриличностного конфликта связанного с ощущением недостаточности отцовского наставничества;

- в случае межличностного конфликта, когда нужно опереться на отцовскую мощь в мужском противостоянии.

- подготовка к столкновению с объективно проблемной ситуацией, требующей мобилизации всех ресурсов, например, адаптация в brutальном коллективе.

- в случае экзистенциального поиска.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат по материалам х/ф «Матрица». Продолжительность – 21:33.

KinoDream 0158 Круговая атака

В киноновидении для создания ассоциативного настроения используются образы побега от многочисленной орды зомби и битва в полном окружении на скалистом островке посреди ледяного озера, что метафорически намекает зрителю на жизненные ситуации, когда проблемы «окружили и давят числом». В этих обстоятельствах важно сохранить веру в победу, «не опускать руки», «выбраться из полыньи» и тогда включится долгожданный ресурс – «прилетят Драконы» и спасут. Финал киноновидения фиксирует установку «взлететь над проблемами» и «увидеть их с высоты маленькими, а себя ощутить недостижимым для них».

Показания к применению:

- в случае наличия внутриличностного конфликта в виде непримиримого противоречия между тем, «что нас убивает» и тем, «что даёт жить»;

- в случае изнурительного межличностного конфликта, когда нужно опереться как в детстве на родителей;

- подготовка к столкновению с объективно проблемной ситуацией, требующей мобилизации всех ресурсов, включая архаические;

- в случае проблем с телесным здоровьем, когда нужен побег от «мертвечины»;

- в случае экзистенциального поиска.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат по материалам х/ф «Игра Престолов». Для усиления эмоциональной атмосферы в видеоролике использована музыкальная композиция Прокофьева «Танец рыцарей». Продолжительность – 12:04.

KinoDream 0164 Пробуждение

Киноновидение использует бессознательные параллели между путешествием на космическом корабле и человеческой жизнью на Земле, которая по своей сути и есть, самый настоящий звездолет. Далеко не все совершающие свой Жизненный Путь «просыпаются». Если же такое происходит, то счастливица ждет целый калейдоскоп глубоких переживаний. И на первом месте чувство одиночества со страстным желанием разбудить и встретить «её». Как выясняется – это только начало...

Показания к применению:

- возрастные кризисы, начиная с подросткового;

- ревизия взглядов на жизнь, отношения, предназначение;
- переживание своего бытия как одиночества.
- в случае экзистенциального поиска.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат по материалам х/ф «Пассажиры». Продолжительность – 15:50.

KinoDream 0167 Движение вверх

Видеоролик был создан для клиентки в период, когда ее жизнь претерпевала серьезные изменения: по-старому быть уже не могло, но и по-новому еще не складывалось. Ситуация жизненной неопределенности, в которой требовалось сделать шаг вперед, совершить некий «рывок» вверх и что немаловажно, найти в себе силы для этого. Индивидуальный ролик был создан и вполне оправдал себя, открыв ресурсы для перемен в жизни клиентки.

Впоследствии, данное киносновидение было предложено разным людям в различных жизненных обстоятельствах и всегда успешно подтверждало свой терапевтический, вдохновляющий эффект. Впоследствии данное киносновидение используется как универсальное.

Показания к применению:

- изменение привычного жизненного уклада;
- стрессовая ситуация, требующая мобилизации внутренних сил человека;
- принятие решения и его воплощение в действие в условиях ограниченных возможностей;
- жизнь и работа «до победы» в сложных жизненных ситуациях;
- ситуации, связанные с преодолением болезни, травмы;
- ситуации, требующие дополнительного вдохновения.
- когда это может быть актуально?
- смена работы, смена руководителя, смена коллектива;
- развод, потеря близкого человека;
- переезд, смена привычного жизненного пространства;
- длительная работа над одним проектом, одной задачей;
- психологическое «выгорание» специалиста на работе или студента на учебе;
- сдача экзаменов, защита дипломных работ.

Продолжительность – 15:05.

KinoDream 0170 К океану из тюрьмы

В киносновидении используются образы ограничения свободы и вынужденного подчинения в условиях «изоляции на всю жизнь», что метафорически указывает зрителю на жизненные ситуации, когда либо семья, либо работа, либо уклад жизни в целом напоминает заточение в тюрьму безвинного на пожизненный срок. В этих обстоятельствах важно сохранить веру в себя и быть способным «двадцать лет рыть тоннель для побега» ни с кем не делаясь и не советуясь, то есть неся единоличную ответственность за риск и

результат. Финал киноновидения фиксирует установку «проползти через реку дерьма» (пройти через все препятствия) и «оказаться на берегу синего океана».

Показания к применению:

- в случае наличия внутриличностного конфликта, ключевыми аспектами которого являются: эдипальные страхи перед «непреодолимым» подчинением всемогущему старшему (отцу), неуверенность в себе, мнимое отсутствие права иметь «голос»;

- в случае межличностного конфликта, когда нужно отстаивать свои позиции;

- подготовка к столкновению с объективно проблемной ситуацией, ведущей к коренной смене жизненной парадигмы;

- в случае экзистенциального поиска.

Видеопрограмма составлена из фрагментов-цитат по материалам х/ф «Побег из Шоушенка». Продолжительность - 14:40.

6.2 Вспомогательные видеофильмы

Вспомогательное киноновидение всегда демонстрируется вторым номером в паре и является эмоциональным стабилизатором на случай, если затронутая в основном киноновидении тема окажется чрезмерно острой для зрителя.

KinoDream Як истребитель (4:56).

KinoDream 013 Защита Защиты-1 (3:32).

KinoDream 014 Защита Защиты-2 (3:55).

KinoDream 015 Защита Защиты-3 (3:32).

5.2.5. KinoDream 005 Ну погоди-1 (1:18).

5.2.6. KinoDream 006 Ну погоди-2 (3:50).

5.2.7. KinoDream 009 Ну погоди-3 (4:03).

5.2.8. KinoDream Их восемь Нас двое (2:57).

5.2.9. KinoDream Ртуть Рамамба (3:13).

5.2.10. KinoDream 0155 Только вперед Форест (6:44).

5.2.11. KinoDream 064 Любовь полет (5:29).

5.2.12. KinoDream 0102 Волны Микст времен (5:07).

7 Календарный план (согласованный с учебным планом)

001 Набор Киносновидений (29.11.21-05.12.21)

KinoDream 019 Активная Защита

KinoDream 006 Ну погоди-2

002 Набор Киносновидений (06.12.21-12.12.21)

KinoDream 027 Папина дочка

KinoDream Ртуть Рамамба

003 Набор Киносновидений (13.12.21-19.12.21)

KinoDream 0167 Движение вверх

KinoDream 0102 Волны Микст времен

004 Набор Киносновидений (17.01.22-23.01.22)

KinoDream 096 Сила гравитации

KinoDream 0155 Только вперед Форест

005 Набор Киносновидений (24.01.22-30.01.22)

KinoDream 0126 Канатоходец

KinoDream 014 Защита Защиты-2

006 Набор Киносновидений (31.01.22-06.02.22)

KinoDream 0111 Экипаж. Посадка

KinoDream 005 Ну погоди-1

007 Набор Киносновидений (07.02.22-13.02.22)

KinoDream 0135 Марсианин

KinoDream Як истребитель

008 Набор Киносновидений (14.02.22-20.02.22)

KinoDream 0143 Отцовская Матрица

KinoDream 015 Защита Защиты-3

009 Набор Киносновидений (21.02.22-27.02.22)

KinoDream 0158 Круговая атака

KinoDream 013 Защита Защиты-1

010 Набор Киносновидений (28.02.22-06.03.22)

KinoDream 0164 Пробуждение

KinoDream Их восемь Нас двое

011 Набор Киносновидений (07.03.22-13.03.22)

KinoDream 0103 Экипаж. Взлет

KinoDream 009 Ну погоди-3

012 Набор Киноновидений (14.03.22-20.03.22)

KinoDream 0170 К океану из тюрьмы

KinoDream 064 Любовь полет

013 Набор Киноновидений (21.03.22-27.03.22)

KinoDream 019 Активная Защита

KinoDream Ртуть Рамамба

014 Набор Киноновидений (27.03.22-03.04.22)

KinoDream 027 Папина дочка

KinoDream 0102 Волны Микст времен

015 Набор Киноновидений (04.04.22-10.04.22)

KinoDream 096 Сила гравитации

KinoDream 0155 Только вперед, Форест

016 Набор Киноновидений (11.04.22-17.04.22)

KinoDream 0167 Движение вверх

KinoDream 014 Защита Защиты-2

017 Набор Киноновидений (18.04.22-24.04.22)

KinoDream 0126 Канатоходец

KinoDream 005 Ну погоди-1

018 Набор Киноновидений (25.04.22-29.04.22)

KinoDream 0111 Экипаж. Посадка

KinoDream 015 Защита Защиты-3

019 Набор Киноновидений (01.09.22-04.09.22)

KinoDream 0135 Марсианин

KinoDream 013 Защита Защиты-1

020 Набор Киноновидений (05.09.22-11.09.22)

KinoDream 0143 Отцовская Матрица

KinoDream Як истребитель

021 Набор Киноновидений (12.09.22-18.09.22)

KinoDream 0158 Круговая атака

KinoDream 006 Ну погоди-2

022 Набор Киноновидений (19.09.22-25.09.22)

KinoDream 0164 Пробуждение

KinoDream 064 Любовь полет
023 Набор Киносвидений (26.09.22-02.10.22)
KinoDream 0103 Экипаж. Взлет
KinoDream Их восемь Нас двое

024 Набор Киносвидений (03.09.22-09.10.22)
KinoDream 0170 К океану из тюрьмы
KinoDream 009 Ну погоди-3

025 Набор Киносвидений (10.10.22-16.10.22)
KinoDream 019 Активная Защита
KinoDream 006 Ну погоди-2

026 Набор Киносвидений (17.10.22-23.10.22)
KinoDream 0167 Движение вверх
KinoDream Ртуть Рамамба

027 Набор Киносвидений (24.10.22-30.10.22)
KinoDream 096 Сила гравитации
KinoDream 0155 Только вперед Форест

8 Ресурсы, необходимые для реализации программы

- 1) Психолого-профилактическая программа
- 2) Набор видеороликов
- 3) Специалист (педагог-психолог, методист, преподаватель, учитель, куратор, др.)
- 4) Кинопроектор, ТВ с портом для флэшкарты или компьютер.

9 Ожидаемые результаты реализации программы

В результате внедрения профилактической программы, основанной на методе «Киносвидения» мы ожидаем изменений в восприятии себя и окружающего мира у студентов, а именно:

- повышение уверенности в себе;
- снижение тревожности и импульсивности;
- расширение социальной активности (участие в общественной жизни, проявление инициативы, волонтерство);
- формирование устойчивости к асоциальным установкам общества;
- снижение фрустрации, то есть снижение напряженности в ситуации неопределенного ожидания;
- повышение избирательности в собственном социальном окружении;
- повышение осознанности;
- сглаживание проблем периода адаптации в новом коллективе.

Организация внутреннего контроля возложена на координатора программы и предполагает:

- 1) внедрение программы в соответствии с календарным планом;
- 2) согласование расписания программы с учебным планом, то есть взаимодействие с учебной частью;
- 3) взаимодействие с техническим отделом;
- 4) учет и контроль проведенных часов программы.

На достижение максимальных результатов от внедрения программы влияют такие факторы как внедрение программы согласно составленному плану, качественное и бесперебойное техническое обеспечение процесса, а также атмосфера понимания и принятия психолого-профилактической программы в среде преподавательского состава, кураторов групп и родителей.

10 Апробация программы

Использованная в «Программе профилактики аддиктивного и девиантного поведения учащихся» методика «Киносвидений» была апробирована в рамках защиты кандидатской диссертации Дудником Д.В. на тему «Ситуационно обусловленные психогенные психические расстройства военнослужащих по призыву вне боевых действий и их лечение». В 2005 году была доказана высокая клиническая эффективность методики. http://rusneb.ru/catalog/000200_000018_RU_NLR_bibl_1250800/

Апробация самой «Программы профилактики аддиктивного и девиантного поведения учащихся» была начата на базе Уральского технического института связи и информатики г. Екатеринбург с момента проведения ежегодного планового централизованного социально-психологического тестирования и может быть оценена в полной мере через год после проведения следующего социально-психологического тестирования.

Результаты промежуточной апробации были получены в ходе анкетирования 50 студентов УрТИСИ СибГУТИ в течение 3 месяцев. Участникам было предложено оценивать своё психоэмоциональное состояние по 18 шкалам до и после просмотра очередного киносвидения. Выявлялось направление эмоционального сдвига. Частота встречаемости сдвига оценивалась статистически.

Статистически достоверно изменились следующие параметры самооценки: повысилась активность, увеличилась радость, укрепилась уверенность, снизилась тревожность.

Таким образом, ожидаемые от внедрения программы результаты подтверждают эффективность программы, в связи с чем профилактическая программа продолжает внедряться.

11 Стимульный материал

Пример

015 Набор Киносновидений

KinoDream 096 Сила гравитации

[https://drive.google.com/file/d/1Tg0u-](https://drive.google.com/file/d/1Tg0u-ZBpYqAN8kxpCFjLp9fYpMKPtxNz/view?usp=sharing)

[ZBpYqAN8kxpCFjLp9fYpMKPtxNz/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1Tg0u-ZBpYqAN8kxpCFjLp9fYpMKPtxNz/view?usp=sharing)

KinoDream 0155 Только вперед, Форест

[https://drive.google.com/file/d/1RD7LwQqjLsXftElj_JQrHUVPPp49X8lJQ/view ?
usp=drivesdk](https://drive.google.com/file/d/1RD7LwQqjLsXftElj_JQrHUVPPp49X8lJQ/view?usp=drivesdk)

12 Источники информации:

1) Дудник Д.В., Ворошилин С.И., Трифонов Б.А. Новый метод психотерапии – «психоаналитическая видеоарттерапия» и лечение психогенных психических расстройств у военнослужащих срочной службы. // Уральский медицинский журнал. – №4. – 2007. – С.7-12.

2) Дудник Д.В. Эдипов комплекс в неполной семье: клинические и социальные следствия. // Сб. Кризисные состояния: возникновение, проявление, пути выхода. Материалы научной конференции. – Екатеринбург: Изд-во Уральского гуманитарного института, 1999. – С.24-29.

3) Дудник Д.В. Тренинговая форма преподавания прикладного психоанализа как способ освоения студентами интерпретирования символики сказок и кинофильмов. //Сб.: Гуманитарное знание и образование на рубеже тысячелетия. Материалы научной конференции. – Екатеринбург: Изд-во Уральского гуманитарного института, 2000. – С.203-205.

4) Дудник Д.В., Требухов С.Н. Жанр киновоевика как стимульный материал для работы в психотерапевтических группах с дезадаптированными военнослужащими. //Сб.: Гуманитарное знание и образование в контексте модернизации России. Материалы научной конференции. – Екатеринбург: Изд-во Уральского гуманитарного института, 2001. – С.297-301.

5) Дудник Д.В. Трифонов Б.А. Использование кинотерапии в лечении пограничных психических расстройств. //Сб.: Материалы 36-й областной научно-практической конференции врачей Курганской области. Курган, Издательство «ДЕКА», 2004. – С.182-187.

6) Дудник Д.В. Ворошилин С.И., Трифонов Б.А. Дедовщина, психические расстройства, психодинамическая видеоарттерапия (монография). //Екатеринбург: Изд. Гуманитарного ин-та, - 2007.

7) Дудник Д.В. Средство и способ лечения психических расстройств. Патент на изобретение №2289434. Российская Федерация МПК А61М/21/00. Автор и патентообладатель Дудник Д.В. Заявка 2004131435/14, 27.10.2004. Опубликовано 20.12.2006 Бюл. № 35.

8) Дудник Д.В. «Жанровая психодиагностика в кинотерапии». //Сборник «Практическая психология 2004». Материалы региональной научно-

практической конференции. Ежегодник, том 7. Издательство УрГПУ, 2004, стр. 99-108.

9) Дудник Д. В. «Психоанализ сказочной символики». //Методические материалы. Уральский гуманитарный институт. Екатеринбург, 1999.

10) Дудник Д. В. «Психоанализ символических форм в кино». // Методические материалы. Уральский гуманитарный институт. Екатеринбург, 1998.

11) Дудник Д. В. «Кинотерапия – методология и техника». //Сборник «Практическая психология 2004». Материалы региональной научно-практической конференции. Ежегодник, том 7. Издательство УрГПУ, 2004, стр. 86-99.

12) Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. – М., 1989.

13) Фрейд З. Толкование сновидений / Пер. с нем. – Мн.: ООО «Поппури», 2000. Стр. 246-302.

13 Ссылки

1. http://rusneb.ru/catalog/000200_000018_RU_NLR_bibl_1250800/
2. <https://www.freepatent.ru/patents/2289434>