

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Чувашской Республики «Чебоксарский техникум технологии питания и коммерции»
Министерства образования Чувашской Республики



Р.А. Шуканов

«12» февраля 2024 г.

Приказ № 28-с от 12.02.2024 г.

ПРОГРАММА
профилактической работы
с обучающимися
«Психология. Кино»
на 2024-2026 гг.

Чебоксары, 2024

Пояснительная записка.

Программа профилактической работы с обучающимися киноклуба «Психология. Кино» обладает инновационным потенциалом, так как отвечает вызовам клипового мышления современных подростков и решает задачи социализации на стыке психологии, цифровой культуры и педагогики. Она учит студентов замедляться, анализировать длинные нарративы, считывать метафоры и подтексты. Это служит инновационным щитом против дезинформации, интернет-манипуляций и зависимости от быстрого «дофаминового» контента соцсетей.

Инновационная значимость программы для системы СПО заключается также в переходе от устаревших лекционных методов («нотаций») к интерактивному моделированию жизненных ситуаций через медиапространство и это её конкурентно способные преимущества перед неактуальными методами работы.

Данная программа позволяет трансформировать формат воспитательной работы. Происходит замена скучных лекций о морали и традиционных кураторских часов на интерактивный, ультрасовременный формат «синема-клуба с научной базой». Кино говорит со студентами на понятном им визуальном языке, что полностью снимает сопротивление подростков к «педагогическому давлению».

Молодым людям психологически тяжело говорить о своих личных проблемах напрямую. Обсуждая поступки киногероев, студент находится в безопасной позиции (он говорит «о нем», а не «о себе»). Это снимает психологические защиты и позволяет глубоко проработать внутренние конфликты. Такое безопасное дистанцирование можно отнести к методологической инновационности, методу «Проективного экрана». Этот подход превращает пассивный просмотр фильма в активный терапевтический и диагностический процесс.

Инновационный подход предполагает геймификацию и иммерсивный подход в обучении. Программа уходит от пассивного просмотра к активному моделированию. Студентам предлагаются интерактивные задания: «измени сценарий фильма с точки зрения здоровых личных границ», «составь психологический профайл героя», «предложи персонажу экологичный выход из конфликта». Это развивает вариативность мышления.

В программе задействовано интерактивное воспитание и образование, так как используются видеоматериал в образовательной среде для развития у молодёжи критического мышления, эмоционального интеллекта в условиях перенасыщенного медиа потока.

Традиционные программы СПО сфокусированы на профессиональных навыках. Данная программа инновационно компенсирует дефицит эмоционально-личностного развития. Через разбор кинокартин студенты осваивают эмпатию, лидерство, командную работу и стрессоустойчивость быстрее, чем через классические бизнес-тренинги.

Интеграция программы «Психология Кино» в систему СПО Чувашской Республики напрямую отвечает задачам, заложенным в актуализированной Комплексной программе социально-экономического развития Чувашии до 2030 года, Стратегии развития социальной политики региона и ключевым национальным целям развития.

Векторы корреляции программы с региональными приоритетами Чувашии распределяются по следующим стратегическим направлениям:

1. Соответствие национальным целям и социальной политике Чувашии.

Основным приоритетом развития республики Глава Чувашии Олег Николаев обозначил стабильное улучшение качества жизни населения на основе развития человеческого капитала.

- **Сохранение здоровья и благополучия людей (Психологическое здоровье):** Программа внедряет инновационные механизмы ментальной самопомощи и психопрофилактики для молодежи. Снижение уровня стресса и деструктивного поведения студентов СПО напрямую влияет на показатели социального благополучия региона.
- **Реализация потенциала каждого человека и развитие его талантов:** Через метод «проективного экрана» программа помогает молодым людям преодолеть внутренние кризисы, барьеры в обучении и страх неудачи. Это способствует раскрытию их личностного и творческого потенциала, подготавливая осознанные кадры для экономики региона.

2. Подготовка кадров для ключевых инвестпроектов Чувашии.

Согласно актуализированной программе развития до 2030 года, в Чувашии реализуется свыше 600 коммерческих проектов, создающих около 15 тысяч рабочих мест. Основной упор сделан на АПК, промышленность, а также туризм, транспорт и потребительский рынок.

- **Развитие профессиональных навыков для отраслей «человек-человек»:** Инновационный фокус программы на развитии эмпатии, лидерства и бесконфликтной коммуникации критически важен для студентов СПО, которые составят основу кадрового потенциала сервисной экономики Чувашии (особенно динамично растущей сферы туризма и гостеприимства республики).
- **Стрессоустойчивость на производстве:** Программа готовит молодых специалистов к быстрой адаптации и работе в условиях высокой многозадачности современного промышленного сектора Чувашии.

3. Задачи молодежной политики и воспитательной работы в Чувашской Республике.

Стратегические задачи образования в Чувашской Республике требуют ухода от формального подхода к воспитанию патриотичной, социально ответственной и гармонично развитой личности.

- **Профилактика экстремизма и деструктивного поведения:** Студенты СПО находятся в зоне повышенного риска влияния интернет-манипуляций. Метод анализа киноязыка формирует у чувашских студентов «иммунитет» к клиповому мышлению, фейкам и дезинформации, развивая критический взгляд на медиапотребление.

- Сохранение культурной идентичности: Использование в рамках синематического клуба лучших образцов отечественного кинематографа, исторических картин и регионального киноконента решает задачу патриотического воспитания и укрепления традиционных духовно-нравственных ценностей.

4. Вклад в Стратегию научно-технологического развития Чувашии (до 2036 года).

В республике утверждена Стратегия научно-технологического развития до 2036 года, ориентированная на внедрение цифровых технологий и передовых методик.

- Инновационность образовательных практик: Программа «Психология Кино» представляет собой готовый инновационный кейс геймификации и интерактивного обучения. Внедрение этого курса повышает престиж системы СПО Чувашии, переводя методическую базу региональных колледжей и техникумов на опережающие, гибкие форматы работы.

Инновационная программа «Психология. Кино» идеально соотносится с особенностями студентов СПО (возраст 15–19 лет, период позднего подросткового возраста и ранней юности), так как использует самый близкий для них язык — визуальный контент.

Проект учитывает их психофизиологию и комплексно заботится о здоровье следующим образом:

Соответствие возрастным и психофизическим особенностям

- Ведущая деятельность — интимно-личностное общение: Подросткам важно обсуждать себя, отношения и свое место в мире. Проект переносит сложные личные темы на «безопасный экран». Студент говорит не о своей проблеме, а о герое фильма, что снимает психологическое напряжение и убирает защитные барьеры.
- Формирование идентичности и «Путь героя»: В этом возрасте студенты ищут ответы на вопросы: «Кто я? Чего я хочу?». Экранная модель «Пути героя» помогает им соотнести кризисы персонажа со своей жизнью, наметить траекторию личного и профессионального роста.
- Клиповое мышление и восприятие: Современные подростки тяжело воспринимают сухую теорию. Анализ аудиовизуального контента (динамичного, яркого, эмоционального) удерживает их внимание, активизирует правое (образное) и левое (логическое) полушария мозга одновременно.

Забота о здоровье студентов

- Психическое здоровье (Психопрофилактика и эмоциональная разгрузка)
 - Экологичный катарсис: Просмотр и разбор фильмов позволяют безопасно пережить подавленные эмоции (страх, агрессию, обиду) через сопереживание персонажам.
 - Профилактика выгорания и стресса: Программа обучает студентов замечать у себя паттерны деструктивного поведения и когнитивные

искажения до того, как они приведут к хронической усталости или депрессивным состояниям.

- **Инструмент саморегуляции:** Развитие эмоционального интеллекта помогает подросткам распознавать свои триггеры и справляться со стрессом во время сессии или адаптации в колледже.

Нравственное (духовное) здоровье (Ценности и социализация)

- **Деконструкция ложных идеалов:** Программа учит критически оценивать стереотипы, манипуляции и токсичные модели поведения, транслируемые массовой культурой.
- **Формирование эмпатии:** Коллективное обсуждение чужих поступков и мотивов развивает толерантность, способность слышать чужую точку зрения и аргументированно вести дискуссию.
- **Поиск смыслов:** Через проживание кризисов киногероев студенты формируют собственные здоровые ценностные ориентиры и моральные границы.

Физическое здоровье (Опосредованное влияние)

- **Снижение психосоматических рисков:** Психическое напряжение, зажимы и подростковая тревожность часто перерастают в соматические заболевания. Своевременное проживание эмоций на занятиях снижает этот риск.
- **Профилактика зависимостей:** Проект предлагает качественную альтернативу деструктивному поведению и уходу от реальности (включая химические зависимости или игроманию), обучая осознанному, а не эскапистскому потреблению контента.

Целевая аудитория: Студенты 1–4 курсов техникума

Формат: Групповые занятия (1 раз в неделю), включающие просмотр фрагментов фильмов (или короткометражек), их обсуждение, элементы дискуссии и арт-терапии.

Основные этапы занятия:

1. *Вводная часть:* Настрой группы, актуализация темы (доверие, агрессия, выбор).
2. *Просмотр:* Демонстрация заранее подобранного видеофрагмента.
3. *Рефлексия и обсуждение:* Вопросы на восприятие поступков героев, проекцию ситуации на собственную жизнь.
4. *Итог:* Выводы, формирование альтернативных поведенческих стратегий.

Цель программы: Формирование у студентов СПО навыков психологического анализа медиаконтента, критического мышления и эмоционального интеллекта, направленных на успешную социализацию, профилактику деструктивного поведения и личностное самоопределение через призму киноискусства.

Задачи программы

Образовательные (когнитивные):

- Ознакомить студентов с базовыми психологическими понятиями, механизмами защит и паттернами поведения на примерах киногероев.
- Научить методологии анализа аудиовизуального контента, пониманию языка режиссуры и скрытых манипулятивных техник в медиасреде.
- Сформировать понимание концепции «Пути героя» как модели личного и профессионального поведения.

Развивающие (практические):

- Развить навыки рефлексии и эмоционального интеллекта — умение распознавать, называть и экологично проживать свои эмоции, срезонировавшие с «проективным экраном».
- Сформировать навыки критического мышления, деконструкции стереотипов и когнитивных искажений, транслируемых массовой культурой.
- Повысить коммуникативную компетентность, навыки ведения дискуссии и аргументации в процессе групповых кино разборов.

Воспитательные (личностные):

- Способствовать успешной социализации и адаптации студентов к обучению в СПО и будущей трудовой деятельности.
- Профилактировать деструктивное поведение, эмоциональное выгорание и синдром хронической усталости подростков.
- Стимулировать процесс самоактуализации, поиска личностных смыслов и ценностных ориентиров через сопереживание героям.

Ожидаемые результаты реализации программы профилактической работы

В результате освоения программы и участия в кинотренингах у обучающихся прогнозируется позитивная динамика в личностном развитии, усиление адаптивных механизмов поведения и снижение уровня психологической напряженности.

1. Личностные результаты (развитие самосознания)

- Повышение уровня эмоционального интеллекта: обучающиеся научатся распознавать, называть и экологично выражать свои эмоции (страх, обиду, гнев, радость) на примере анализа действий киногероев.
- Рост самопринятия и рефлексии: развитие способности соотносить мотивы поведения экранных персонажей с собственным жизненным опытом; снижение уровня внутренней тревожности.
- Сформированность ценностно-смысловых ориентиров: укрепление традиционных духовно-нравственных ценностей (дружба, взаимовыручка, семья, ответственность за свой выбор, ценность человеческой жизни).

2. Метапредметные результаты (социально-психологические компетенции)

- Развитие эмпатии и толерантности: повышение способности понимать переживания, позицию и мотивы других людей, даже если они отличаются от собственных.
- Освоение навыков конструктивного общения: снижение уровня вербальной и невербальной агрессии, освоение моделей бесконфликтного взаимодействия и аргументированного ведения дискуссии в процессе совместного обсуждения фильмов.
- Критическое мышление и медиакомпетентность: развитие навыка «осознанного просмотра» — способности фильтровать медиаконтент, распознавать скрытые манипуляции в кино/видео и противостоять деструктивному информационному влиянию.

3. Профилактические и социальные результаты

- Освоение совладающего поведения (копинга): расширение поведенческого репертуара обучающихся, знакомство с конструктивными стратегиями выхода из кризисных, стрессовых и конфликтных ситуаций (на основе разбора успешных стратегий киногероев).
- Снижение рисков девиантного и деструктивного поведения: замещение деструктивных импульсов безопасным эмоциональным отреагированием (катарсисом) во время просмотра и обсуждения сложных тем.
- Улучшение психологического климата в группе: сплочение коллектива обучающихся за счет совместного эмоционального переживания и групповой работы.

Средства мониторинга, контроля и обеспечения достоверности результатов.

Чтобы доказать результативность работы, фиксируются следующие показатели:

1. Качественные показатели: активность участников на обсуждениях, глубина их суждений, готовность включаться в диалог, способность аргументировать свою позицию без агрессии.
2. Количественные (диагностические) показатели:
 - Методика «Шкала эмоционального интеллекта» (Н. Холл) — оценка динамики эмоциональной сферы.
 - Опросник Басса-Перри (или диагностика враждебности А. Ассингера) — фиксация снижения уровня агрессивности.
 - Тест жизнестойкости (С. Мадди) и Методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (CISS) — оценка сформированности антикризисных навыков.

ПРИМЕРНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КИНОКЛУБА «ПСИХОЛОГИЯ КИНО» (36 ЧАСОВ)

Блок 1. Киноязык и метод проективного экрана (6 часов)

Занятие 1-2. Цифровая гигиена и защита от манипуляций в медиа (2 ч.)

Материал: Российский фантастический х/ф «Черновик» (сцены управления реальностью) и разбор современных клиповых трейлеров.

Теория: Клиповое мышление и «быстрый дофамин». Как массовый экран формирует ложные ожидания и идеалы.

Практика: Деконструкция видеоролика на предмет скрытых психологических ловушек и триггеров.

Занятие 3-4. Манипуляции с душами: как работают террористы (2 ч.)

Материал: Просмотр и обсуждение видеороликов «Поджог под угрозами», «У террористов нет национальности», «Недетские игры» «Просто чат? Или ловушка?», «Экстремизм и терроризм Как не попасть в ловушку».

Теория: Психология манипуляции и вербовки (крючки уязвимости, техники психологического давления, архитектура онлайн-ловушек, неотвратимость ответственности).

Практика: Анализ видео кейсов, моделирование действий при шантаже, Работа в группах над «Картой рисков» и «Чек-листом безопасности». Распознавание вербовки, отработка твёрдого отказа, критический анализ

Занятие 3-4. Мои жизненные ценности: (2 ч.)

Материал: Просмотр и обсуждение видеоролика «Семейные ценности», фильмов «Любовь и верность. Одиночество втроём».

Теория: Важность семьи в жизни человека.

Практика: Упражнение «Семейные традиции». Интерактивное упражнение «Пословицы о семье».

Блок 2. Познание себя через экран: эмоциональный интеллект и саморегуляция (10 часов)

Занятие 7-8. «Путь героя» как карта преодоления жизненных кризисов (2 ч.)

Материал: Фильм «Легенда №17» (история преодоления травмы и жесткого наставничества Валерием Харламовым).

Теория: Структура «Пути героя» (по Дж. Кэмпбеллу) в отечественном кино. Почему кризис — это точка роста.

Практика: Проекция этапов развития Харламова на период адаптации студентов в техникуме.

Занятие 9-10. Эмоциональный интеллект и структура наших чувств (2 ч.)

Материал: Российский анимационный проект «Смешарики» (серии «Психолог», «Смысл жизни», «Бутерброд» — глубокие экзистенциальные притчи для любого возраста).

Теория: Базовые эмоции, их функции и важность. Почему «плохих» эмоций не бывает.

Практика: Карта эмоций. Студенты классифицируют состояния героев и соотносят их со своими текущими переживаниями.

Занятие 11-12. Анатомия страха и внутренней уязвимости (2 ч.)

Материал: Х/ф «Экипаж» (реж. Н. Лебедев, 2016 г. — сцены сомнений молодого пилота Гущина и его страха перед авторитетом).

Теория: Психологические защиты (вытеснение, отрицание) на примерах героев. Страх ошибки и синдром отличника.

Практика: Разбор сцены, вызвавшей наибольший дискомфорт. Обсуждение страхов персонажа как безопасный способ признаться в своих страхах перед сессией.

Занятие 13-14. Эмоциональный детокс: мир моих эмоций, как прожить обиду и гнев (2 ч.)

Материал: Х/ф «Похороните меня за плинтусом» (выборочные сцены) или драма «Калина красная» В. Шукшина, видеоролик «Ты нужен своим близким больше, чем думаешь».

Теория: Экологичное выражение негативных эмоций. Катарсис (очищение) в искусстве и жизни. Внутренние обиды на близких.

Практика: Анализ сцен семейных конфликтов. Формирование навыка «отреагирования» заблокированных чувств через безопасное обсуждение персонажей.

Занятие 15-16. Ресурсное состояние и самомотивация. Эмоции под контролем. От стресса к ресурсу. Мои жизненные ценности (2 ч.)

Материал: Военно-историческая драма «Подольские курсанты» или спортивная драма «Лёд» (сцены поиска внутренних сил, когда кажется, что все потеряно), «Живём на позитиве».

Теория: Где брать ресурсы во время стресса. Психология внутренней опоры.

Практика: Упражнение «Моя внутренняя батарейка» на основе ресурсных качеств главных героев.

Блок 3. Проекция отношений: коммуникация и социализация (10 часов)

Занятие 17-18. Токсичные сценарии и здоровые личные границы (2 ч.)

Материал: Х/ф «Елена» А. Звягинцева или советская классика «Вам и не снилось...» (разбор гиперопеки со стороны матери).

Теория: Психологические манипуляции в отношениях. Треугольник Карпмана (Жертва-Спасатель-Преследователь) на экране.

Практика: Интерактивная игра «Перепиши сценарий»: студенты должны предложить героям экологичные реплики, которые защитят их границы.

Занятие 19-20. Сверстники, группа, лидерство: психология коллектива (2 ч.)

Материал: Культовый х/ф «Чучело» Р. Быкова, видеоролик «Буллинг: нельзя молчать», «Травля. Что нужно знать, чтобы не стать жертвой» (проблема буллинга, конформизма и жестокости в подростковой среде).

Теория: Проблема конформизма («как все»). Психология толпы и роль «белой вороны» в группе.

Практика: Проективный тест: «Если бы ты оказался в этом классе, чью сторону ты бы занял в первые 5 минут конфликта и почему?». Обсуждение механизмов сплочения группы СПО.

Занятие 21-22. Искусство договариваться: медиация конфликтов (2 ч.)

Материал: Психологический х/ф «12» Н. Михалкова (эталонный разбор ведения переговоров, изменения мнения толпы и борьбы с предубеждениями).

Теория: Стратегии поведения в конфликте (соперничество, компромисс, сотрудничество).

Практика: Проективный разбор сцены жестких споров. Моделирование эффективного выхода из конфликтной ситуации.

Занятие 23-24. Эмпатия и активное слушание в команде (2 ч.)

Материал: Х/ф «Обыкновенное чудо» или х/ф «Курьер» К. Шахназарова.

Теория: Эмпатия как ключевой навык будущего. Различие между сочувствием и сопереживанием. Как услышать то, о чем человек молчит.

Практика: Техника «Считывание подтекста» по диалогам Ивана и профессора из фильма «Курьер».

Занятие 25-26. Семья и социум: конфликт поколений (2 ч.)

Материал: Х/ф «Отцы и деды» (Анатолий Папанов) или современный х/ф «Батя» (срез разницы воспитания в 90-е и сейчас), «Пять идей интересных семейных традиций».

Теория: Причины недопонимания между родителями и детьми. Ценностные барьеры.

Практика: Смена ролей. Студенты через проективный экран защищают позицию «родителя» из фильма, помогая себе лучше понять собственные семьи.

Блок 4. Кино как трамплин в профессию: человеческий капитал Чувашии (10 часов)

Занятие 27-28. Профессионал будущего и этика наставничества (2 ч.)

Материал: Советский х/ф «Большая перемена» или х/ф «Девчата» (анализ адаптации в новом трудовом коллективе).

Теория: Какие профессиональные навыки (эмпатия, гибкость, работа в команде) показывают успешные специалисты. Понятие профессионального выгорания.

Практика: Составление резюме и психологической характеристики на главного героя. Чему у него может научиться молодой специалист в Чувашии?

Занятие 29-30. Личный бренд и самопрезентация: учимся у киногероев (2 ч.)

Материал: Легендарный х/ф «Москва слезам не верит» (путь Екатерины от простой рабочей у станка до директора фабрики; сцена ее интервью и общения с подчиненными).

Теория: Архетипы в позиционировании. Как герои завоевывают авторитет, проходят «собеседования» и справляются со страхом публичных выступлений.

Практика: Самопрезентация студентов в стиле «питчинга» — краткий и яркий рассказ о своих сильных сторонах как будущего специалиста региона.

Занятие 31-32. Синдром самозванца и вера в свой успех (2 ч.)

Материал: Спортивная драма «Движение вверх» (сцены преодоления внутренних сомнений и неверия в победу над заведомо более сильным соперником) + региональные медиаматериалы о молодых передовиках производства Чувашской Республики.

Теория: Почему даже сильные профессионалы сомневаются в себе. Как преодолеть страх перед выходом на реальный рынок труда Чувашии.

Практика: Выявление внутренних ресурсов через ассоциацию себя с побеждающим персонажем.

Занятие 33-34. Тайм-менеджмент и целеполагание: авторство жизни (2 ч.)

Материал: Фантастическая комедия «Сказка о потерянном времени» или х/ф «Время первых» (о важности каждой секунды в критической ситуации).

Теория: Как не потерять самое ценное — время. Прокрастинация и лень как психологические сигналы.

Практика: Составление «Карты целей выпускника СПО» с опорой на хронометраж и стратегии героев фильма «Время первых».

Занятие 35-36. Итоговый круглый стол: «Режиссер своей жизни» (2 ч.)

Материал: Видео коллаж из ключевых моментов пройденных фильмов курса.

Практика: Защита студентами мини-кейсов/эссе «Мой личный Путь героя от студента СПО до востребованного профессионала Чувашии». Подведение итогов, рефлексия изменений за курс.

Список использованной литература:

1. Березин С. В. Кинотерапия в психологическом консультировании: Учебное пособие. — Самара: Изд-во «Самарский университет», 2018.
2. Вакорина Л. Ю., Васягина Н. Н., Герасименко Ю. А., Пестова И. В. Методические рекомендации по определению индивидуальной профилактической работы для обучающихся с девиантнымведением. — М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2018.
3. Воробьева И. В., Кружкова О. В. Психолого-педагогическая профилактика деструктивного поведения обучающихся в условиях образовательной организации: учебно-методическое пособие. — Екатеринбург: УГПУ, 2021.
4. Журба Н. Н., Задорин К. С., Идиатуллина Л. Е. и др. Организация киностречи как формы проблемно-ценностного общения детей, молодежи и взрослых: учебно-методическое пособие / под ред. Н. Н. Журбы, А. В. Щербакова. — Челябинск: ЧИРО, 2024. — 56 с.
5. Якунькова С. В. Особенности психолого-педагогической профилактики девиантного поведения подростков средствами киноискусства / А. В. // Вестник психологии