

– студенти з високим рівнем розвитку метакогнітивної активності мають вищі оцінки мотивів, які сприяють особистісному та професійному розвитку: досягнення успіху, ідентифікованого регулювання, власного спонукання, творчої роботи, отримання знань, оволодіння професією, соціального значення праці, самоствердження в праці, та нижчі оцінки мотивів, які можуть загальмовувати особистісний розвиток: уникнення невдачі, зовнішнього регулювання, влади, матеріальних благ;

– студенти з низьким рівнем розвитку інтрапсихічних механізмів управління когнітивною діяльністю мають вищі оцінки мотивів, що не сприяють особистісному, професійному й інтелектуальному розвитку: уникнення невдачі, зовнішнього регулювання, влади, матеріальних благ;

– за умов звичайно організованого процесу навчання динаміка розвитку як мотивації, так і метакогнітивної активності у студентів із 1 по 4 курс майже відсутня;

– включення мотиваційного блока до програми формульовального експерименту є детермінантою його ефективності.

Отже, загальні та професійні мотиви є фактором розвитку метакогнітивної активності.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бадмаева Н.Ц. Влияние мотивационного фактора на развитие умственных способностей : монография. Улан-Удэ : Издательство ВСГТУ, 2004. 280 с.
2. Зайцева О.О. Теоретичне обґрунтування змістової моделі мотиваційних чинників метакогнітивної активності студентів та методи їх вивчення. *Харківський осінній марафон психотехнологій* : матеріали наук.-практ. конф., м. Харків, 28 жовтня 2018 р. Харків, 2018. С. 174–176.
3. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы : учебное пособие. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 512 с.
4. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. Москва : Изд-во Московского ун-та, 1971. 288 с.
5. McClelland D.C. Methods of measuring human motivation. *Motives in Fantasy, Action, and Society* / J.W. Atkinson (ed.). Princeton, NJ : Van Nostrand, 1958. P. 7–42.
6. Weber M. *Economy and Society*. Vol. 1. Berkeley, 1978. 200 p.

УДК 159.9:[615.851:791]

DOI 10.32999/ksu2312-3206/2019-1-16

## КІНОТРЕНІНГ ЯК ПРАКТИКА УСПІШНОЇ КОМУНІКАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Власенко І.А., к. психол. н.,  
старший викладач кафедри загальної, вікової та педагогічної психології  
*Київський університет імені Бориса Грінченка*

Фокіна В.А., магістр спеціальності «Психологія»  
*Інститут людини Київського університету імені Бориса Грінченка*

У статті проведено теоретичний аналіз використання кінотренінгу як психологічної практики, його завдань, сфер застосування. Кінотренінг розглядається як груповий метод роботи психолога із психічно здоровими людьми, які прагнуть до особистісного зростання, поліпшення відносин із оточуючими. Представлено результати анкетування рівня розвитку комунікативних навичок студентів. Встановлено, що в опитаних переважає середній рівень розвитку комунікативних навичок, вони мають потребу вдосконалювати уміння швидко налагоджувати контакти з незнайомими людьми та здатність виступати публічно. Описано програму кінотренінгу з метою розвитку навичок успішної комунікації особистості.

**Ключові слова:** кінотренінг, навички, успішна комунікація, студенти.

Фокина В.А., Власенко И.А. КИНОТРЕНИНГ КАК ПРАКТИКА УСПЕШНОЙ КОММУНИКАЦИИ ЛИЧНОСТИ

В статье проведен теоретический анализ использования кинотренинга как психологической практики, его заданий, сфер применения. Кинотренинг рассматривается как групповой метод работы психолога с психически здоровыми людьми, которые стремятся к личностному росту, улучшению отношений с окружающими людьми. Представлены результаты анкетирования уровня развития коммуникативных навыков студентов. Установлено, что у них преобладает средний уровень развития таких навыков. У студентов есть потребность совершенствовать навыки контактов с незнакомыми людьми и умение выступать публично. Описана программа кинотренинга с целью развития навыков успешной коммуникации личности.

**Ключевые слова:** кинотренинг, навыки, успешная коммуникация, студенты.



## Fokina V.A., Vlasenko I.A. CINEMA THERAPY AS SUCCESSFUL COMMUNICATION PRACTICE OF PERSONALITY

The theoretical analysis of the concept, essence and features of cinema therapy as a psychological practice is carried out in this article. It is shown that cinema therapy is a group method concentrated at people who are mentally healthy and directed to personal growth, deep understanding of life and who want to improve their personal relations. Cinema therapy is aimed to develop critical thinking mechanisms, the ability to analyze and adhere to the rules of conducting the discussion. Its application promotes awareness the possibilities of personal self-realization, observational learning, assimilation of certain models, in particular models of communicative interaction. The background of successful communication is also described.

There are presented the results of questionnaire for detecting the level of social skills in students (n=65) of three universities. Its analysis shows that students have an average level of social skills that prevails. The majority of respondents have a need to increase the level of such skills (the ability to quickly establish contact with strangers and ability of public speaking). The program of cinema therapy was prepared in order to create conditions for training skills of personality successful communication. The program is based at ideas concerning the social skills training by cinema therapy practicing as well as ideas regarding effective communication and the principles of training practice. The program structure includes seven sessions aimed at the self-examination, training the ability to establish contacts and public speaking, psychological competence of students. There are described the considerations to choose films for cinema therapy sessions. The main characters should be corresponding to participants of training by age, a film should be diverse and constructive ways of solving persistent problems should be shown. The participants need to analyze their feelings, thoughts, ideas connecting main characters, their behavior, motivation etc. Further research perspectives include expanding the content of the presented program and analyzing the effectiveness of its implementation in various types of institutions.

**Key words:** *cinema therapy, skills, successful communication, students.*

**Постановка проблеми.** В XXI столітті розвиток комунікативних навичок особистості є невіддільною умовою її успішності. Такі навички займають перше місце в переліку ТОП-10 найбільш затребуваних на ринку праці soft skills навичок. Це навички, за допомогою яких люди знаходять оптимальні рішення під час розв'язання завдань, які не описані ні в покрокових, ні в посадових інструкціях. Нині окреслені питання набули особливої актуальності для молоді у зв'язку зі швидкими соціальними змінами. Проблеми з успішною комунікацією у молодих людей призводять до того, що їм складно проходити співбесіди, виникають непорозуміння з викладачами, діловими партнерами, колегами. Невміння чітко формулювати думки, доносити їх зміст до співрозмовника, різноманітні комунікативні бар'єри можуть стати серйозною перешкодою на шляху професійної та особистісної самореалізації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У сучасних дослідженнях кінотренінг розглядають як творчий процес самопізнання, що створює можливість переходу індивіда до свідомої корекції своїх дій. Цей метод допомагає людині краще розуміти себе і оточуючих, вчить керувати своїм життям. Власне бачення методу кінотренінгу пропонують С. Березін, М. Синетар, М. Маркін, Б. Вудер, Г. Соломон та інші. В літературі також фігурує термін кінотерапія – поняття, синонімічне кінотренінгу. С. Березін розрізняє їх, вважаючи кінотерапію більш загальним методом, а кінотренінг – його складником.

Б. Вудер вважає, що фільмотерапія (Movietherapy) ефективна як частина цілісної терапії з професіоналом, який здатний справлятися з сильними почуттями. Б. Вудер вчить клієнтів спостерігати за своїми думками, почуттями, відчуттями, підкреслює важливість здатності усвідомлювати і виявляти нездорові шаблони відносин і поведінки: «Фільмотерапія допомагає клієнтам ідентифікувати складні емоції» [16, с. 97]. Американський автор Г. Соломон оперує терміном “cinematherapy” (використання фільмів, створених для великого екрану або для телебачення під час терапевтичного процесу). Він вважає, що кінотерапія допомагає людям почати процес зцілення і отримувати повідомлення, яке сприяє особистісному зростанню. Клієнти мають змогу побачити і усвідомити власні рішення, а також речі, які вони не бажали усвідомити самотійно. Г. Соломон рекомендує використовувати кінотерапію як індивідуально, так і в групі. Існує також метод синемалогії (А. Менегетті), в якому головний акцент роблять не на змісті фільму, а на переживаннях глядача. На думку А. Менегетті, кінофільм – це комплексна дія на глибинне життя людини. Синемалогія є аналізом, що дає змогу відстежити і втілити автентичність людини [7]. Отже, кінотерапія розглядається як психотерапевтична практика.

Російський дослідник С.В. Березін визначає кінотерапію як «груповий метод роботи психолога із психічно здоровими людьми, які прагнуть до особистісного зростання, самовдосконалення, поглиблення розумін-

ня життя і поліпшення відносин з оточуючими» [1; 6]. Кінотерапія добре поєднується з іншими методами групової роботи, що дозволяє використовувати її і як самостійний, і як допоміжний метод. Отже, мета кінотерапії і кінотренінгу полягає в тому, щоб допомогти клієнтам/пацієнтам подолати психологічні проблеми, що негативно позначаються на їхньому житті [13]. Те, що побачить у фільмі глядач, є результатом його суб'єктивного сприйняття об'єктивного змісту. Український дослідник Г. Почепцов зазначав, що ми аналізуємо дійсність, виходячи з наявних когнітивних структур: «Тільки опираючись на минулий досвід, ми в змозі розуміти нові ситуації <...> візуальні образи становлять дуже важливий пласт цієї підказки» [10, с. 359].

Зазначимо, що автори по-різному трактують цілі кінотерапії. О. Бондаренко вказує, що вони включають вироблення механізмів критичного мислення, вміння аналізувати і дотримуватися правил ведення дискусії [4]. На думку В. Одинцова, головна мета кінотерапії – допомогти глядачу побачити перешкоди і можливості для його самореалізації. Її завдання – розвиток звички самоспостереження, здатності бачити майстрів і мудреців, а також шляхів до самореалізації [8]. Глядач може займати дві позиції: бачити себе на місці героя і переносити героя на своє місце. С. Шуленберг підкреслює, що кінотерапія має сприяти інтерпретації символів/метафор (візуальний матеріал відкриває нові значення і досвід для клієнта) та реалізує навчання через спостереження. Фільми пропонують глядачам певні моделі поведінки та вираження атитюдів [14]. У літературі визначають основні завдання та відповідні види кінотренінгів: розвиток психологічної компетентності (знайомство з різними соціальними типами і навчання взаємодії з ними) [1]; інтелектуальних навичок (тренування уваги, пам'яті, спостережливості, навички формулювання думки), емоційної сфери [12]; розширення навичок вирішення проблем [11]; зняття стресу; самоаналіз та інші. Отже, кінотренінг є груповим методом роботи психолога із психічно здоровими людьми, які прагнуть до особистісного зростання, поглиблення розуміння життя і поліпшення відносин з оточуючими.

Комунікація трактується як взаємодія двох або більше співрозмовників, процес, за якого один передає інформацію, а інший сприймає її. В. Красних розглядає комунікацію як «процес взаємодії двох і більше мовних особистостей з метою передачі або отримання, обміну інформацією, тобто того чи іншого впливу на співрозмов-

ника, необхідного для здійснення спільної діяльності» [6, с. 172]. До проблеми ефективності комунікації зверталась Є. Беляя: «Успішна комунікація – це комунікація, під час якої досягається більш-менш повне, але обов'язково достатнє з точки зору комунікантів, взаєморозуміння» [2; 38]. У разі невдалої комунікації можливі комунікативний збій (недостатньо повне взаєморозуміння комунікантів) і комунікативний провал (неадекватна комунікація, повне нерозуміння комунікантами один одного). У психологічній літературі розглядаються характеристики ефективної комунікації (спільний предмет, рівноправність позицій учасників [5], здатність комунікантів породжувати необхідний контекст [10], аналізуються труднощі комунікативного процесу [2]. О. Бодальов виокремлює якості особистості, необхідні для успішного спілкування: знання ціннісних орієнтацій іншої людини, її уявлень про себе [3, с. 119]. Також описано феномен комунікабельності, зокрема її складники: вміння швидко встановлювати контакт з незнайомими людьми; ввічливе, приємне спілкування; вміння переконувати; вміння публічно виступати; постійне бажання спілкуватися з людьми; гарно поставлена вимова; грамотне мовлення.

**Постановка завдання.** Попри те, що у вітчизняній науці і психологічній практиці розробляються шляхи, засоби, технології подолання труднощів, пов'язаних із успішною комунікацією особистості, їх потрібно вдосконалювати. Методологічно проблема успішної комунікації остаточно не вирішена і потребує розроблення методичного інструментарію для розвитку навичок ефективної комунікації.

Представлене дослідження спрямоване на аналіз і теоретичне обґрунтування використання кінотренінгу в практиці роботи зі студентами для розвитку навичок успішної комунікації. Звідси основними завданнями статті є:

1. Провести теоретично-методологічний аналіз використання кінотренінгу як психологічної практики.

2. Емпірично дослідити рівень розвитку комунікативних навичок студентів.

3. Розробити програму кінотренінгу для розвитку навичок успішної комунікації студентів.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження проводилось за участю 65 студентів Київського університету імені Бориса Грінченка, Національного університету імені Тараса Шевченка, Києво-Могилянської академії (спеціальності «психологія», «журналістика», «історієзнавство») віком від 17 до 34 років.



Для виявлення особливостей комунікативних навичок студентів нами було розроблено анкету. Анкета складається з 16 запитань і має на меті дослідити, як студенти оцінюють свій рівень розвитку комунікативних навичок, та виявити, в якому напрямку потрібно їх розвивати. В дослідженні взяли участь 65 студентів віком від 17 до 34 років. Всі запитання об'єднано в чотири блоки, що представляють різні складники поняття «комунікабельність»: 1-й «Вміння швидко налагоджувати контакт з незнайомими людьми» включає запитання: Чи легко Ви освоюєтеся в новому колективі? тощо; 2-й блок «Ввічливе приємне спілкування» (запитання типу: Чи вмієте ви згладжувати конфліктні ситуації, що можуть виникати під час спільної роботи в команді? тощо); 3-й блок «Вміння переконувати» (запитання на зразок: Інші люди дослуховуються Вашої думки? тощо); 4-й: «Вміння публічно виступати» (Чи правда, що Ви відчуваєте себе недостатньо впевненим та спокійним під час Вам звертання до великої групи людей? тощо). Останнє (відкрите) запитання анкети – «Щоб стати успішною людиною, потрібно мати добре розвинуті комунікативні навички. Ви з цим погоджуєтесь? Бажано обґрунтуйте».

Згідно з результатами виявлено, що студенти найбільше зацікавлені у розвитку вмінь налагоджувати контакт із незнайомими людьми. При цьому 41% опитаних відповіли, що швидше за все досить легко освоюються в новому колективі, а 30% респондентів вказали, що лише інколи їм вдається легко освоїтися в новому колективі. Підкреслимо, що 46,7% студентів лише час від часу комфортно відчувають себе при роботі в незнайомій групі, а 25% – украй рідко, майже ніколи. У 38,3% респондентів є досить часто прагнення до встановлення нових зв'язків з різними людьми, а 25% відповіли, що абсолютно завжди прагнуть цього. Понад третина опитаних (38,3%) час від часу соромляться та відчувають незручність при спілкуванні з малознайомими людьми. Отже, у респондентів є прагнення до встановлення нових зв'язків, але вони досить часто демонструють сором'язливість і недостатню впевненість у собі в компанії малознайомих людей.

Другою навичкою, яку варто розвивати, виявилось вміння публічно виступати. Так, третина (33,3%) респондентів завжди відчувають себе недостатньо впевненими та спокійними, коли їм доводиться говорити перед великою групою людей, а 75% опитаних хотіли б навчитися викликати прихильність до себе з боку інших людей.

Щодо вміння переконувати та навички ввічливого, приємного спілкування, виявилось, що респонденти досить високо оцінюють свій рівень володіння ними. Так, більшість студентів (51,7%) вважають, що швидше за все вміють згладжувати конфліктні ситуації, які можуть виникати під час спільної роботи в команді. Значна частина (61,7%) вважають, що вміють «так говорити, щоб людина сприймала їхні слова і думки без внутрішнього опору або отримувала задоволення від розмови з ними», а 50% відповіли, що швидше за все інші люди часто прислуховуються до їхньої думки.

Проте значна частина студентів (45% – так, 31,7% – швидше за все так) вважають, що їм не завадило б покращити комунікативні навички. На нашу думку, це може вказувати на потенційну затребуваність серед студентів заходів (тренінгів, семінарів, майстер-класів), спрямованих на удосконалення комунікативних навичок.

Щодо відповідей на останнє запитання (див. опис анкети), всі опитані погодились із твердженням. Ось деякі з обґрунтувань: *«Однозначно погоджуюсь, адже комунікація вирішує абсолютно все. Як у сфері маркетингу, так і у сфері особистого життя. Сам не запропонуєш – ніхто не запропонує. Сам не дізнаєшся – ніхто не дізнається за тебе». «Комунікація – це необхідний інструмент сучасної успішної людини, без якого неможливо повноцінно реалізувати себе як спеціаліста і як члена громадянського суспільства». «Погоджуюсь, оскільки це свого роду нетворкінг. Знайомства вирішують більшість питань, хоча й не всі. Саме вмінням гарно розмовляти ми можемо створити імідж впевненої людини».* Таким чином, результати анкетування свідчать, що для студентів добре розвинуті комунікативні навички є актуальними, вони розуміють необхідність удосконалювати їх. Виявлено, що студенти мають середній рівень розвитку комунікативних навичок (77%), низький (17% респондентів) та високий (6% опитаних). Такі результати свідчать про адекватну самооцінку респондентів. Серед опитаних 98% відповіли, що хотіли б покращити наявний рівень комунікативних навичок. Окремі результати виявилися несподіваними, вони свідчать про досить високу самооцінку та оцінку респондентами своїх комунікативних можливостей. У деяких відповідях можуть бути відображені суб'єктивні, емоційно-сміслові уявлення людини про свої комунікативні навички, які можуть лише частково відповідати реальному стану справ. Завдяки проведеному анкетуванню

ми виявили основні комунікативні навички, які варто вдосконалювати – уміння швидко налагоджувати контакт із незнайомими людьми та вміння публічно виступати.

Подальша робота полягала у розробці програми кінотренінгу для студентів з урахуванням отриманих результатів. В основу програми покладено теоретичні положення про кінотренінг як практику розвитку комунікативних навичок (С. Березін, S.D. Dumtrache), про ефективну комунікацію (Н. Забродська, В. Красних), принципи тренінгової роботи (Л. Петровська). Метою програми є створення умов для розвитку навичок успішної комунікації особистості шляхом обговорення спеціально підібраних фільмів. Форма роботи: групова. Цільова аудиторія кінотренінгу: студенти, молодь віком від 17 до 22 років. Кількість учасників: 6–12 осіб.

Під час реалізації мети кінотренінгу ми керувалися такими критеріями підбору фільмів. Передусім для активізації неусвідомлюваних процесів у процесі сприймання фільму необхідно, щоб герої фільму були *близькі за віком* до учасників групи («Розумник Уїлл Хантинг», «8 миля», «Донні Дарко»). Фільм повинен бути *багатоплановим*. Це є передумовою можливості діалогу глядачів і глядача з режисером. Важливим критерієм вибору фільму для кінотренінгу є наявність в діях героїв *конструктивних способів вирішення* «вічних проблем». Не менш корисні фільми, в яких простежуються деструктивні наслідки вчинків і стратегій героїв («Джиа», «Коматозники»). Наступна вимога – *неможливість однозначної оцінки* героїв фільму в термінах «хороший – поганий» («Адвокат диявола», «Донні Дарко»). На основі означених критеріїв нами обрано найбільш доцільні для перегляду фільми. Програму кінотренінгу, що складається з семи фільмів, та його завдання відображено в таблиці.

Кінотренінг має проходити в невеликому приміщенні, яке можна затемнювати (штори, жалюзі). Має бути необхідне обладнання для комфортного кіноперегляду – великий екран (або мультимедійна дошка), гучний звук, затемнена кімната, зручні крісла (крісла-мішки, диванчики), гарна звукоізоляція. Зазначені фільми були ретельно відібрані з-поміж багатьох переглянутих. Вони відповідають вказаним критеріям, є досить динамічними, що для сучасного молодого глядача є надзвичайно важливим. Фільми обиралися з тим, щоб не лише сприяти вдосконаленню комунікативних навичок, а й змусити молодь замислитися над своєю особистістю, майбутнім, цінностями.

### Програма кінотренінгу: фільми та завдання

№	Назва фільму	Завдання кінотренінгу
1.	«Розумник Уїлл Хантинг»	Розвиток емоційної сфери, самоаналіз, розвиток умінь налагоджувати контакти
2.	«Адвокат диявола»	Самоаналіз, розвиток умінь публічно виступати
3.	«Гра»	Самоаналіз, розвиток умінь налагоджувати контакти
4.	«Донні Дарко»	Навчання розшифровці символічного ряду, розвиток умінь публічно виступати
5.	«Джиа»	Розвиток емоційної сфери, аналіз наслідків вчинків, розвиток умінь налагоджувати контакти
6.	«Коматозники»	Розвиток психологічної компетентності, розвиток умінь налагоджувати контакти
7.	«8 миля»	Самоаналіз, розвиток умінь публічно виступати

Кінотренінг проходить у декілька етапів. Перший етап – підготовчий: вибір фільму та складання програми проведення заняття. Ведучий кінотренінгу повинен заздалегідь переглянути фільм і проаналізувати його. Другий етап – перегляд фільму. Перед ним проводиться вступне обговорення заявленої теми, самодіагностика, «якорювання» учасників групи на темі і техніці перегляду фільму і сам перегляд. На цьому етапі ведучий має виділити основні моменти, поставити кілька загальних запитань, відповіді на які необхідно знайти під час перегляду. Під час перегляду фільму учасники спостерігають за собою і власними реакціями на те, що відбувається на екрані. Таким чином створюється додатковий простір для обговорення і атмосфера взаємної довіри. Кінцевий етап кінотренінгу – обговорення фільму. Всі бажаючі висловлюються про те, що з фільму запам'яталося і що викликало найбільше враження. Відповідають на поставлені запитання, діляться враженнями. Наведемо опис одного із занять програми.

*«Розумник Уїлл Хантинг» 2003 р.*

Жанр: драма. Тема заняття: розширити світогляд, щоб пізнати себе. Завдання: знайомство учасників, ознайомлення з різними соціальними типами, навчання взаємодії з ними, покращення навичок емпатії, визначення власних почуттів (рефлексії) і емоційних станів кіногероя, розвиток умінь налагоджувати контакти.



### Перелік запитань:

Чому Уїлл не розвивав свій талант? Чому він працював прибиральником?

Чому він не хотів спілкуватися з психотерапевтами?

В чому, на вашу думку, секрет підходу доктора Шона до Уїлла? Як він зумів завоювати його прихильність?

Хто разом з головним героєм розділяє страх бути покинутим і кидає всіх перший? Чи є серед вас такі, кому це притаманне? Відповідати не обов'язково, просто задумайтесь.

Уїл не знає, що він хоче робити, а Ви про це замислювалися? Чи знайшли відповідь?

Якби ви були на місті головного героя, що б Ви обрали? Блискучу кар'єру та успіх чи пошуки свого місця?

Чи кохав Уїлд Скайлер? Спочатку Уїлл не хоче їй телефонувати, тому що «вона здається йому ідеальною, і він не хоче це зруйнувати», на що психотерапевт йому дає чудову пораду. Хто запам'ятав, що герой відповів на таку філософію?

«Роби так, як підказує тобі серце», – чи керуєтеся ви по життю цим правилом і чи вважаєте такий підхід правильним?

Особливу увагу під час обговорення фільму слід приділити головним героям, аналізу почуттів, думок, реакцій стосовно персонажів. Ведучий узагальнює висловлювання учасників групи, дає перелік почуттів і проблем, які розкрив фільм, аналізує думки, які виникли під час перегляду і обговорення, та формулює висновки. Таким чином учасники мають змогу виражати думки в присутності незнайомих, вислуховувати інтерпретації інших в атмосфері толерантності, прийняття думок і уявлень кожного.

**Висновки.** Отже, у статті здійснено теоретичний аналіз поняття, сутності та особливостей кінотренінгу як психологічної практики. Встановлено, що кінотренінг – це груповий метод роботи психолога із психічно здоровими людьми, які прагнуть до особистісного зростання, поглиблення розуміння життя і поліпшення відносин з оточуючими. Кінотренінг спрямований на вироблення механізмів критичного мислення, вміння аналізувати і дотримуватися правил ведення дискусії. Його застосування сприяє усвідомленню можливостей самореалізації суб'єкта, навчанню через спостереження, засвоєнню певних моделей, зокрема комунікативної взаємодії.

Аналіз результатів емпіричного дослідження засвідчив, що у студентів переважає середній рівень розвитку комунікативних навичок. Більшість опитаних мають необхідність у підвищенні рівня комунікативних навичок: умінь швидко налагоджувати контакт із незнайомими людьми та публічно виступати. Розроблено програму кінотренінгу з

метою створення умов для розвитку навичок успішної комунікації особистості. В основу програми покладено теоретичні положення про кінотренінг як практику розвитку комунікативних навичок, ефективну комунікацію, принципи тренінгової роботи. Подальші перспективи дослідження полягають у розширенні змістового наповнення розробленої програми та аналізі ефективності її впровадження у заклади різних типів, не лише освітні.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Березин С.В. Кинотерапия и кинотренинг : практическое пособие для психологов и социальных работников. URL: [http://kinoterapia.info/wp-content/uploads/2016/01/berezin\\_kinoterapia\\_dlya\\_.pdf](http://kinoterapia.info/wp-content/uploads/2016/01/berezin_kinoterapia_dlya_.pdf) (дата звернення: 12.12.2018).
2. Белая Е.Н. Теория и практика межкультурной коммуникации : учебное пособие. Москва : Форум, 2011. 208 с.
3. Бодалев А.А. Личность и общение. Избранные труды. Москва : Педагогика, 1983. 272 с.
4. Бондаренко Е.А. Теория и методика социально-творческой реабилитации средствами аудиовизуальной культуры. Омск : Сиб. филиал Рос. ин-та культурологии, 2000. 91 с.
5. Забродська Н.В. Передумови успішної комунікації. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2005. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/2144/1/05znvpuk.pdf> (дата звернення: 15.12.2018).
6. Красных В.В. Основы психолингвистики и теории коммуникации : курс лекций. Москва : ИТДГК «Гнозис», 2001. 270 с.
7. Менегетти А. Кино, театр, бессознательное. Том 1. Пер. с итал. Москва : ННБФ «Онтопсихология», 2001. 384 с.
8. Одинцов В.В. Популярная кинотерапия. Казань : Астор и Я, 2014. 64 с.
9. Петровская Л.А. Общение – компетентность – тренинг. Избранные труды. Москва : Смысл, 2007. 387 с.
10. Почепцов Г.Г. Теория коммуникации. Киев : Ваклер ; Москва : Рефл-бук, 2001. 656 с.
11. Ballard M.B. The Family Life Cycle and Critical Transitions: Utilizing Cinematherapy to Facilitate Understanding and Increase Communication. *Journal of Creativity in Mental Health*. 2012. Vol. 7. Issue 2. P. 141–152. DOI: 10.1080/15401383.2012.685004 (дата звернення: 12.12.2018).
12. Dumtrache S.D. The Effects of a Cinema-therapy Group on Diminishing Anxiety. *Young People Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2014. Vol. 127. P. 717–721.
13. Pettry D.W. Cinema Therapy: An Idea for Recreational Therapists. URL: <http://www.dannypettry.com/cinematherapy.html> (дата звернення: 14.12.2018).
14. Schulenberg S.E. Psychotherapy and Movies: On Using Films. *Clinical Practice Journal of Contemporary Psychotherapy*. 2003. Vol. 33. Issue 1. P. 35. URL: <http://www.cinematherapy.com/pressclippings/Schulenberg-article.pdf> (дата звернення: 15.12.2018).
15. Solomon G. Sometimes the Answers to Life's Problems are Found in the Movies. 2013. URL: <http://www.cinema-therapy.com/About.html> (дата звернення: 15.12.2018).
16. Wooder B. Movie Therapy: How It Changes Lives. London: Rideau Lakes Publishing, 2008. 248 p.