

Литинская С.А., студентка V курса, направление «Психология»
Тверь, Тверской институт (филиал) АНО ВО «Московский гуманитарно-экономический университет»
Научный руководитель - кандидат психологических наук,
Попкова Татьяна Алексеевна

© Литинская С.А., 2023

ВКЛЮЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ РИСУНОЧНОЙ АРТ-ТЕРАПИИ В ПРАКТИКУ ПСИХОКОРРЕКЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в статье представлены результаты экспериментального исследования динамики эмоциональных состояний детей-дошкольников через арт-коррекционные занятия.

Ключевые слова: арт-терапия, психологическая коррекция, агрессия, тревожность, эмоциональные состояния дошкольников

В настоящее время возникает необходимость рассматривать искусство не только как фактор развития и формирования личности, но и как эффективное средство профилактики и коррекции нарушений, сохранения здоровья детей, защиты детской психики от агрессивных воздействий внешней среды [1].

Цель нашего исследования: изучить особенности эмоциональной сферы детей дошкольного возраста и апробировать коррекционную программу с элементами арт-терапии по оптимизации эмоционального фона детей.

Объект исследования: дети старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: динамика эмоциональных состояний, таких как тревожность, агрессивность, детей дошкольников в процессе коррекционных занятий с элементами арт-терапии.

Гипотеза исследования: с помощью специально разработанной программы по коррекции эмоциональной сферы дошкольников с элементами арт-терапии, возможна динамика негативных эмоциональных состояния, таких как тревожность и агрессивность, в сторону их снижения.

В исследовании использовались диагностические методики:

- Тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, Ф. Амен);
- Графическая методика «Кактус» (Панфилова М.А.);
- Экспресс-анкета «Признаки агрессивности» /Лютова К.К., Монина Г.Б.

Исследование проводилось в 2022-2023 г. в Твери, в детском саду № 165. Всего в исследовании участвовали 20 детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет). В исследовании также принимали участие родители детей дошкольников в количестве 20 человек.

При первичной диагностике детей по заявленным нами методикам, можем сделать выводы о том, что для большинства старших дошкольников нашей выборки характерен высокий уровень тревожности и повышенный уровень агрессивности (см. рис. 1).

При наблюдении за детьми в ходе работы и на основании диагностических данных для испытуемых свойственны проявления тревожности, агрессивности, импульсивности, несдержанности, вспыльчивость и др.

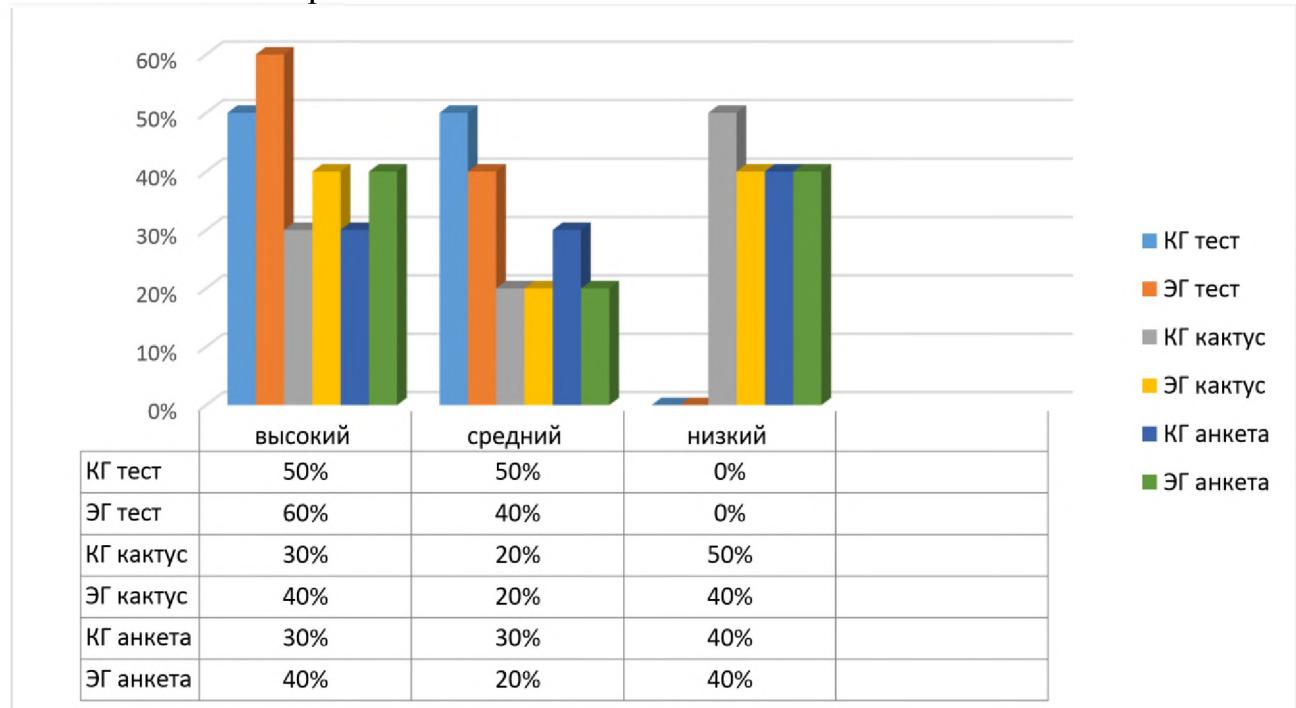


Рис 1. Сравнительная гистограмма уровня проявления тревожности и агрессии КГ и ЭГ на начало исследования по трем методикам (тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, Ф. Амен; графическая методика «Кактус»; экспресс-анкета «Признаки агрессивности»)

После проведения первичной диагностики наши испытуемые – старшие дошкольники – были разделены на две группы: экспериментальную и контрольную (по 10 человек в каждой группе). По изучаемым параметрам группы достоверно не отличались друг от друга, что дало основание приступить к формирующему эксперименту.

Участники экспериментальной группы были включены в реализацию специально разработанный коррекционной программы с использованием рисуночной терапии, сказкотерапии, музыкотерапии и других элементов этого метода.

Целью коррекционной программы стало апробирование психолого-коррекционных техник и приёмов арт-терапии в преодолении тревожности и агрессивности у старших дошкольников.

При разработке содержания и конкретных занятий с дошкольниками по данной программе мы опирались на работы таких авторов, как Т.Ф. Казакова, М. В. Киселева. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева Л.Д. Лебедева, О.В. Хухлаева, М.И. Чистякова и др.

Наша программы включила в себя 8 занятий, в которые входили отдельные приёмы арт-терапии, имеющие развивающих и коррекционный эффект воздействия на эмоциональную сферу личности. Упражнения составлены с учётом психологических, возрастных особенностей детей старшего дошкольного возраста.

Частота встреч по программе: 1 раз в неделю в течение 2 месяцев.

В качестве конкретных методов арт-терапии выступили: рисуночные техники, работа со сказкой, слушание музыки, психогимнастика и др.

По окончании программы была проведена повторная диагностика эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по тем же методикам, что и до начала эксперимента.

Сравнивая результат первичной и повторной диагностики в двух группах по трём методикам, приходим к выводу о имеющейся динамике в ЭГ и значимых различиях в ЭГ и КГ по изучаемым параметрам (рис. 2).

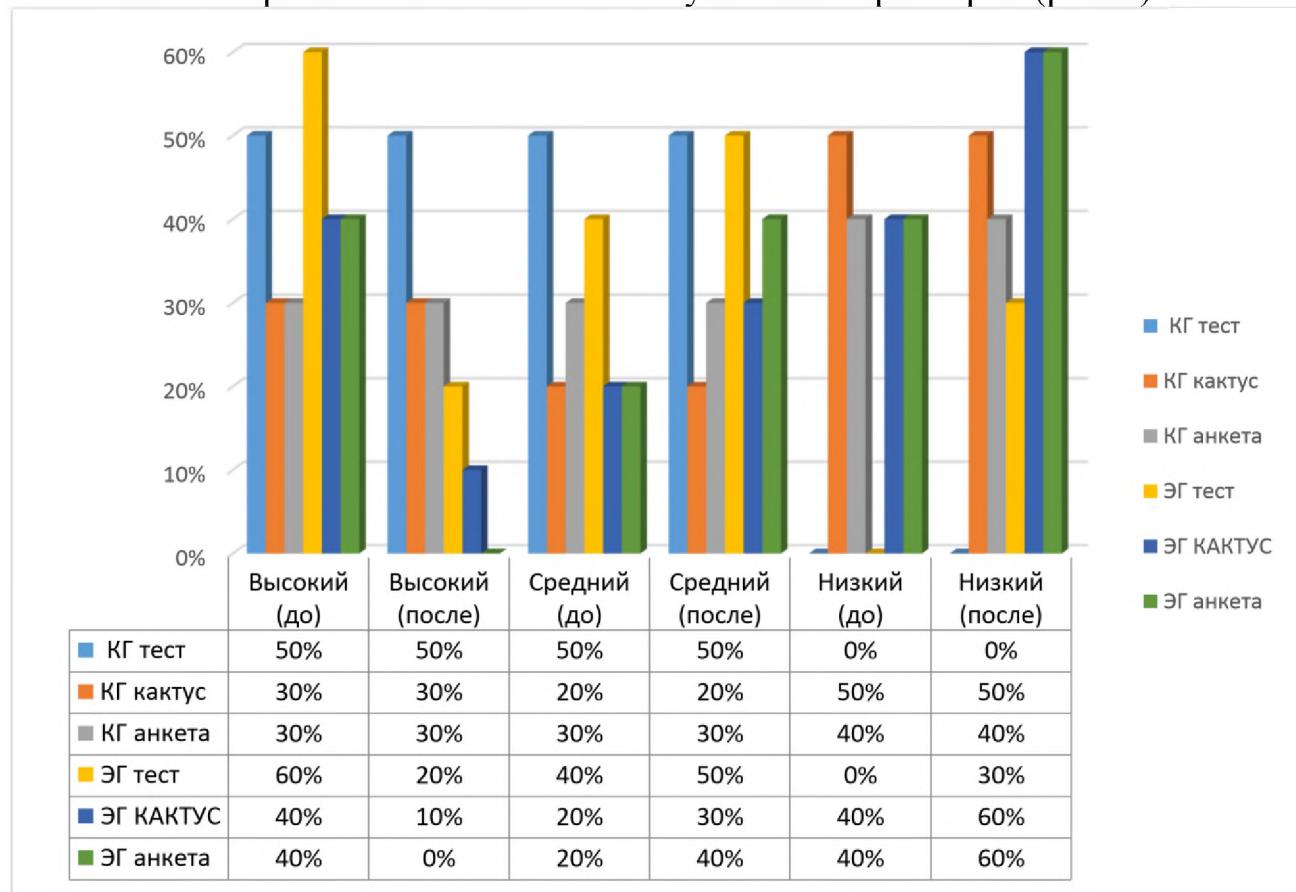


Рис 2. Сравнительная гистограмма уровня проявления тревожности и агрессии в КГ и ЭГ ДО и ПОСЛЕ эксперимента по трём методикам (тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, Ф. Амен; графическая методика «Кактус»; экспресс-анкета «Признаки агрессивности»)

Сравнивая детские рисунки до начала эксперимента и после, нужно отметить, что графически линии изображений у детей стали увереннее, подбор цвета мягче. Нарисованные кактусы стали менее «сердитыми» и колючими, а более красочными. В процессе коррекционной работы произошло освобождение от отрицательных эмоций. Также можно

отметить, что изменилось поведение детей во время рисования: возникло больше доверия, проявлялось больше спокойствия, уравновешенности.

Рассматривая рисунки детей видно динамику снижения у них тревожности, агрессивности и других отрицательных эмоциональных состояний.

Воспитатели и родители отмечают положительные изменения в эмоциональном самочувствии детей по окончании коррекционной программы. На начальных этапах эксперимента, частично в процессе некоторых, особенно первых занятий, дети испытывали скованность, зажатость, нерешительность в поведении и отношениях, использовали тревожные цвета в рисовании. По окончании эксперимента отмечаем динамику выбора цвета детьми через светлые, яркие оттенки.

Из рис. 2 видно, что показатели выраженности отрицательных эмоциональных состояний испытуемых уменьшились в ЭГ. Отметим, что есть дети (это около 10%) у которых негативный эмоциональный фон не особо поменялся. Это говорит о том, что эмоциональные проявления детей не всегда поддаются благоприятной и быстрой коррекции. Это зависит и от личности и психики конкретного ребёнка, от условий семейной системы, в которой воспитывается дошкольник.

В общем можно отметить, что по окончания коррекционных занятий у большинства испытуемых дошкольников ЭГ уменьшилось проявление тревожности, негативизма и агрессии.

Оценка достоверности сдвига в изучаемых параметрах подтверждалась с помощью критерия Вилкоксона. Были получены следующие результаты:

1) в экспериментальной группе:

- в параметре «тревожность» существует достоверный сдвиг в исследуемом признаке в сторону его уменьшения на уровне значимости 0, 008;
- в параметре «агрессия» существует достоверный сдвиг в исследуемом признаке в сторону его уменьшения на уровне значимости 0, 014;
- в параметре «агрессия» (со слов родителей) существует достоверный сдвиг в исследуемом признаке в сторону его уменьшения на уровне значимости 0, 014.

2) В КГ также была проведена оценка достоверности сдвига в изучаемых параметрах. Ни один из показателей не получил достоверности сдвига.

Для оценки достоверности различий в изучаемых параметрах в двух группах испытуемых по окончании эксперимента использовался U-критерия Манна-Уитни.

Были получены следующие результаты:

- По показателю «тревожность» детей (по методике «Тест тревожности» (Р. Тэммл, М. Дорки, Ф. Амен) существуют значимые

различия в признаке на уровне значимости $p=0,032$ (среднее значение ранга в ЭГ=79, в КГ=131);

- По показателю «агрессивность» детей (по графической методике «Кактус» М.А. Панфиловой) существуют различия в признаке на уровне значимости $p=0,043$ (среднее значение ранга в ЭГ=80,00, в КГ=130,00);

- По показателю «агрессивность» со слов родителей (по экспресс-анкетированию (для родителей ребёнка) «Признаки агрессивности» /Лютова К.К., Монина Г.Б.) на уровне тенденции выявлены различия в признаке на уровне значимости $p=0,061$ (среднее значение ранга в ЭГ=82, в КГ=128).

Наши данные нельзя распространить в качестве однозначного благоприятного вывода об использовании арт-терапевтических занятий в коррекции эмоциональных проявлений детей. Небольшой объём выборки это не позволяет сделать. Но полученные на этой же выборке достоверные сдвиги в снижении тревожности и агрессии позволяют судить о благоприятном воздействии подобранных нами упражнений в работе с детьми.

Практическая значимость исследования состоит в том, что нами разработана и реализована программа коррекции эмоциональной сферы детей дошкольников и полученные в ходе эксперимента данные подтверждают эффективность развивающего и коррекционного влияния арт-терапии на детей с нарушениями эмоциональных состояний

Список литературы:

7. Белозорова Л.А. АРТ-терапия как средство психокоррекции нарушений эмоциональных состояний детей дошкольников: автореферат дис. ... кандидата психологических наук. – Курск, 2011. – 26 с.

Litinskaya S.A., V-year student, psychological faculty

Tver, Tver Institute (branch) of the Moscow University of Humanities and Economics Scientific

Science supervisor - candidate of Psychological Sciences

Popkova T.A.

THE INCLUSION OF ELEMENTS OF DRAWING ART THERAPY IN THE PRACTICE OF PSYCHOCORRECTION OF PRESCHOOL CHILDREN

Annotation: the article presents the results of an experimental study of the dynamics of emotional states of preschool children through art correction classes

Keywords: art therapy, psychological correction, aggression, anxiety, emotional states of preschoolers.

Статья принята в редакцию: 21.05.2023.

Статья подписана в печать: 19.07.2023.