

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.58>

ПСИХОКОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ АРТ-ТЕРАПИИ

Научная статья

Проскурякова Л.А.^{1,*}, Аргентова Л.В.², Леонтьева О.Г.³, Зайцева В.А.⁴¹ ORCID : 0000-0002-9583-9161;² ORCID : 0000-0002-2071-8453;^{1,2} Кемеровский государственный университет, Новокузнецк, Российская Федерация^{3,4} Кузбасский гуманитарно-педагогический институт Кемеровского государственного университета, Новокузнецк, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (lora-al[at]yandex.ru)

Аннотация

Психологические технологии с творческим воздействием сегодня приобретают большую востребованность в работе с детьми: в дошкольных образовательных учреждениях отмечается повышение количества занятий с использованием рисования, лепки, детского экспериментирования и т.п. Приставлено экспериментальное исследование по разработке и внедрению психокоррекционной программы с техниками арт-терапии, направленной на снижение страхов у детей старшего дошкольного возраста. Использованы теоретический анализ научной литературы, эксперимент, психодиагностическое тестирование, методы математико-статической обработки данных (t-критерий Стьюдента). Применены методики «Страхи в домиках», А. И. Захаров и М. А. Панфилова; «Структурный опросник детских страхов в виде анкеты» А.И. Захаров. Выборку составили 50 детей старшего дошкольного возраста МБ ДОУ «Детский сад № 185» г. Новокузнецка. Психокоррекционная программа арт-терапии рассчитана для группы из 25 детей в возрасте от 5 до 6 лет. Общее время работы – 10 академических часов, по 2 часа в день на протяжении 5 дней. По результатам входной диагностики дошкольников установлен средний уровень проявления страхов (60% и 44%, соответственно по методикам). После проведения психокоррекционной программы выявлено уменьшение проявленности страхов до низкого уровня: с $13,36 \pm 10,15$ до $5,48 \pm 2,58$ по методике А. И. Захарова и М. А. Панфиловой ($p \leq 0,01$); уменьшение страхов с $13,44 \pm 2,89$ до $10,02 \pm 1,78$ по методике А. И. Захарова ($p \leq 0,01$). Обнаруженные значимые изменения показателей психоэмоционального состояния старших дошкольников экспериментальной группы. Данная психокоррекционная программа используется в практической деятельности педагогами и психологами дошкольного учреждения.

Ключевые слова: психодиагностика, формирующий эксперимент, страхи, психоэмоциональное состояние, рисование, лепка.

PSYCHOCORRECTION OF FEARS IN OLDER PRESCHOOL CHILDREN THROUGH ART THERAPY

Research article

Proskuryakova L.A.^{1,*}, Argentova L.V.², Leonteva O.G.³, Zaitseva V.A.⁴¹ ORCID : 0000-0002-9583-9161;² ORCID : 0000-0002-2071-8453;^{1,2} Kemerovo State University, Novokuznetsk, Russian Federation^{3,4} Kuzbass Humanitarian Pedagogical Institute of Kemerovo State University, Novokuznetsk, Russian Federation

* Corresponding author (lora-al[at]yandex.ru)

Abstract

Psychological technologies with creative influence today are in great demand in work with children: in preschool educational institutions there is an increase in the number of classes using drawing, moulding, children's experimentation, etc. An experimental study on the development and implementation of a psychocorrective programme with art therapy techniques aimed at reducing fears in children of senior preschool age is presented. Theoretical analysis of scientific literature, experiment, psychodiagnostic testing, methods of mathematical and static data processing (Student's t-criterion) were used. The methods "Fears in houses", by A. I. Zakharov and M. A. Panfilova; "Structural questionnaire of children's fears in the form of a questionnaire" by A. I. Zakharov were used. The sample consisted of 50 children of the senior preschool age of MB PEI "Kindergarten No. 185" of Novokuznetsk. The psycho-corrective art therapy programme was designed for a group of 25 children aged 5 to 6 years. The total time of work is 10 academic hours, 2 hours a day for 5 days. According to the results of the entrance diagnostics of preschoolers, the average level of fear manifestation was established (60% and 44%, respectively, according to the methods). After the psychologically corrective programme a decrease in the manifestation of fears to a low level was found: from 13.36 ± 10.15 to 5.48 ± 2.58 according to the method of A. I. Zakharov and M. A. Panfilova ($p \leq 0.01$); a decrease in fears from 13.44 ± 2.89 to 10.02 ± 1.78 according to the method of A. I. Zakharov ($p \leq 0.01$). Significant changes in the indicators of psycho-emotional state of senior preschoolers of the experimental group were found. This psycho-corrective programme is used in practice by teachers and psychologists of preschool institution.

Keywords: psychodiagnostics, formative experiment, fears, psycho-emotional state, drawing, moulding.

Введение

В настоящее время одной из важнейших проблем человечества является психическое и физическое здоровье детей. Такие негативные проявления психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста, как выраженные страхи, занимают одно из ведущих мест в развитии и проявлении психологических нарушений. Перед современной психологической наукой сегодня стоит ряд важных задач, важное место среди которых принадлежит разработке и внедрению методов, оказывающих положительное влияние на психоэмоциональную сферу подрастающего поколения. Своевременная диагностика, профилактика и психокоррекция способствуют благополучному развитию дошкольников и поддержанию их психологического здоровья. Существует ряд способов, которые могут оказать как психокоррекционное, так и профилактическое воздействие [2]. Одним из наиболее востребованных и современных методов работы с детьми, коррекции их психоэмоционального состояния считается арт-терапия [4], [6]. Данный аспект требует подробного научного изучения для практического применения современных психологических технологий в дошкольных образовательных учреждениях. А также в научном мире отмечается недостаток эмпирических исследований, раскрывающих особенности воздействия арт-терапии на психику детей дошкольного возраста, в частности, на их выраженность страхов. Проведено исследование с целью изучения влияния психокоррекционной программы арт-терапии на страхи детей старшего дошкольного возраста.

Методы и принципы исследования

Лонгитюдное экспериментальное исследование по оценке влияния психокоррекционной программы арт-терапии на снижение страхов у дошкольников проведено в МБ ДОУ «Детский сад № 185» г. Новокузнецка, обследованы 50 детей в возрасте 5-6 лет, из них 26 мальчиков; сформированы экспериментальная (по 25 человек) и контрольная группы. Использованы теоретический анализ научной литературы, эксперимент, психодиагностическое тестирование, методы математико-статистической обработки данных (описательная статистика, t-критерий Стьюдента) [7]. Применены методики «Страхи в домиках», А. И. Захаров и М. А. Панфилова; «Структурный опросник детских страхов в виде анкеты» А.И. Захаров. Психокоррекционная программа арт-терапии направлена на снижение страхов посредством музыки, рисования, лепки, песочной терапии, релаксационных техник и дыхательных упражнений, рассчитана для группы из 25 детей в возрасте от 5 до 6 лет. Общее время работы - 10 академических часов, по 2 часа в день на протяжении 5 дней. Сравнение групп в выборке по количественным признакам с нормальным распределением проводили с помощью t-критерия Стьюдента. Различия считали статистически значимыми при $p \leq 0,05$. Расчёты выполнены в свободной программной среде вычислений R (v.3.6.0). Методологическими принципами работы стали принципы детерминизма, научности, объективности [9].

Основные результаты

Одно из важных мест в процессе становления личности занимает психоэмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста [8], [10]. Старший дошкольный возраст, к которому принято относить промежуток от 5 до 6 лет, занимает важное место в становлении и развитии личности ребенка [5]. А. Н. Леонтьев писал, что дошкольный возраст занимает важное место на начальном этапе становления личности. С точки зрения практической психологии, как указывают З. И. Ажиев, З. И. Гадаборшева, Д. А. Зайцева, психоэмоциональное состояние детей, возможность дифференциации их эмоций и характеристик настроения представляется важным аспектом для понимания особенностей внутреннего состояния развивающейся личности. Психоэмоциональные состояния рассматриваются авторами как основа психики, определяющая состояние эмоционального фона ребенка. Исследователями отмечаются, что ключевым показателем рассматриваемого явления являются детские страхи, отражающие переживание дисфункциональных состояний, препятствующих успешному взаимодействию с взрослыми и сверстниками [1], [3].

По обеим методикам входная диагностика выраженности страхов показала средний уровень его проявления у обследуемых детей (60% и 44%, соответственно по методикам). Статистически достоверных различий по исследуемому показателю в группах сравнения не установлено.

В следующем этапе осуществлено внедрение психокоррекционной программы арт-терапии в экспериментальной группе детей. На протяжении всего периода ее реализации, помимо основных арт-занятий с детьми, проводились отдельные беседы с педагогическим составом, осуществляющих профессиональную деятельность с данной категорией лиц, принимающих участие в программе. Так же проводились консультации с родителями детей. По окончании работы составлены рекомендации для родителей, педагогов и самих детей по дальнейшему использованию упражнений и арт-техник программы с целью поддержания полученного положительного эффекта психокоррекции страхов. Программа имеет стандартную структуру занятий, каждое занятие состоит из трех частей: вступительная часть, включающая в себя ритуал приветствия, опрос на тему самочувствия в данный момент; основная часть с основными приемами и упражнениями; заключительная часть, на которой подводятся итоги, обратная связь.

Результаты выходной диагностики страхов в сравниваемых группах представлены на рисунке 1.

В экспериментальной группе среднее значение страхов по методике А. И. Захарова и М. А. Панфиловой до внедрения программы арт-терапии составляет $13,36 \pm 10,15$, что соответствует среднему уровню. После программы арт-терапии в данной группе среднее значение показателя составляет $5,48 \pm 2,58$, зафиксировано изменение на $-7,88$ (низкий уровень). В контрольной группе среднее значение страхов до внедрения программы арт-терапии составляет $13,16 \pm 9,89$, что соответствует среднему уровню. Повторная диагностика не выявила статистически значимых изменений исследуемого показателя, т.е. зафиксировано его среднее значение $13,1 \pm 9,71$ – изменение на $-0,06$ – что соответствует среднему уровню.

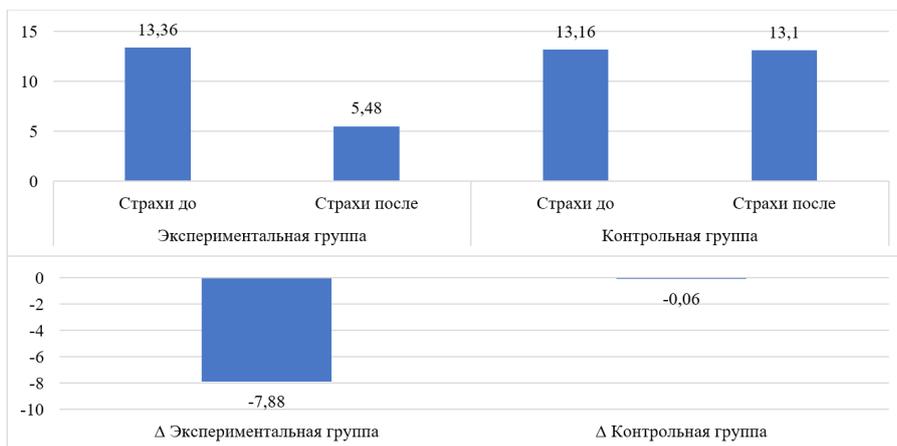


Рисунок 1 - Результаты сравнения изменений выраженности страхов в группах по методике «Страхи в домиках», А. И. Захарова и М. А. Панфиловой
DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.58.1>

Установлено, что в группе внедрения, после проведения арт-терапии, старшие дошкольники проявляют меньше страхов, т.к. при творческой работе они смогли изменить отношение к некоторым объектам страха, наделили их положительными эмоциями, это способствует спокойному отношению к ситуациям фрустрации, сохранению уравновешенности поведения ($t_{эмп} = 4,912$, $p \leq 0,01$).

Аналогичная ситуация наблюдается и по результатам. Полученным при использовании второй методики «Структурный опросник детских страхов в виде анкеты» А. И. Захарова, что представлено на рисунке 2.

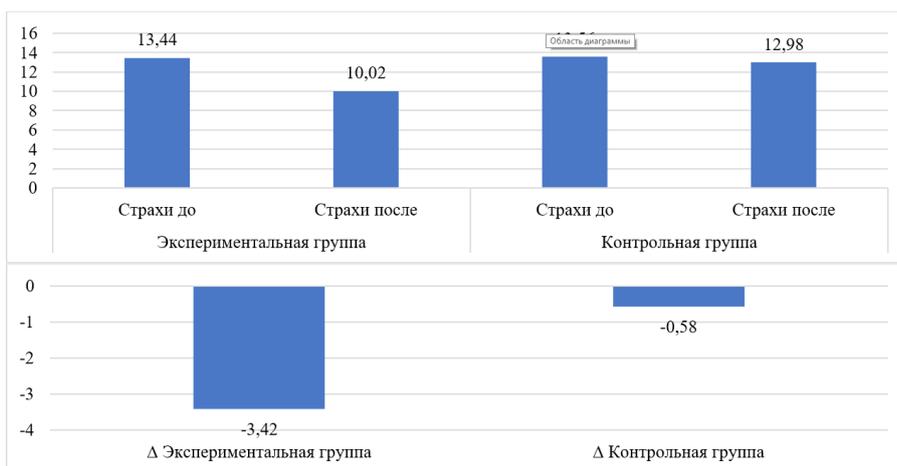


Рисунок 2 - Результаты сравнения изменений выраженности страхов в группах по методике «Структурный опросник детских страхов в виде анкеты» А.И. Захарова
DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.58.2>

В экспериментальной группе среднее значение страхов по методике А. И. Захарова до внедрения программы арт-терапии составляет $13,44 \pm 2,89$, что соответствует среднему уровню. После программы арт-терапии в данной группе среднее значение показателя составило $10,02 \pm 1,78$ – изменение на $-3,42$, и стало соответствовать низкому уровню. В контрольной группе, изменений не выявлено. Это свидетельствует о том, что после проведения арт-терапии старшие дошкольники группы внедрения проявляют меньше страхов, выражают большую активность и меньшую напряженность, адекватную оценку своих особенностей и результатов труда, они увереннее вступают во взаимодействия, у них преобладает повышенное настроение ($t_{эмп} = 4,682$, $p \leq 0,01$). Таким образом, экспериментальным путем доказана эффективность психокоррекционной программы арт-терапии в снижении выраженности и количества страхов у дошкольников.

Заключение

В исследовании установлено, что психоэмоциональная сфера у детей старшего дошкольного возраста активно развивается, является не устойчивой, характеризующейся выраженным проявлением страхов.

Арт-терапия – метод терапевтического направления, предполагающий использование человеком разнообразных материалов и создание визуальных образов, процесс изобразительного творчества и работу с реакциями на создаваемые им продукты творческой деятельности, отражающие особенности его психического развития, способности, личностные характеристики, интересы, проблемы, страхи.

Ведущим типом деятельности у детей старшего дошкольного возраста является сюжетно-ролевая игра, их психоэмоциональная сфера активно развивается, является не устойчивой, характеризуется средним уровнем выраженности страхов (60 и 44%). После проведения психокоррекционной программы выявлено статистически достоверное снижение количества и проявленности страхов до низкого уровня: с $13,36 \pm 10,15$ до $5,48 \pm 2,58$ по методике А. И. Захарова и М. А. Панфиловой ($p \leq 0,01$); уменьшение страхов с $13,44 \pm 2,89$ до $10,02 \pm 1,78$ по методике А. И. Захарова ($p \leq 0,01$), что свидетельствует об эффективности разработанной и реализованной психокоррекционной программы арт-терапии. Данная психокоррекционная программа используется в практической деятельности педагогами и психологами дошкольного учреждения.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Ажиев А.В. Страхи в структуре эмоционального развития дошкольников / А.В. Ажиев, З.И. Гадаборшева // Педагогика и психология в современном мире: материалы всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов. — 2019. — С. 43-49.
2. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова. — Москва: Издательство «АСТ», 2021. — 561 с. — ISBN 987-1-18-164648-7.
3. Гадаборшева З.И. Страхи детей дошкольного возраста / З.И. Гадаборшева, А.У. Сулейманова, А.Р. Исмаилова // Лучшая научная статья 2019. Сборник статей Международного научно-исследовательского конкурса. — 2019. — С. 22-31.
4. Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. Методическое пособие для педагогов, психологов и родителей / Т.М. Грабенко. — Санкт-Петербург: Издательство «Питер», 2013. — 128 с.
5. Запорожец А.В. К вопросу о генезисе, функции и структуре эмоциональных процессов у ребенка / А.В. Запорожец, Я.З. Неверович // Вопросы психологии. — 1974. — № 6. — С. 59-73.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. — Санкт-Петербург: Издательство «Речь», 2006. — 176 с. — ISBN 5-9268-0407-8.
7. Князева И.Б. влияние арт-терапии на психоэмоциональное состояние работников МЧС / И.Б. Князева, Л.А. Проскурякова, О.И. Кандаурова // Международный научно-исследовательский журнал. — 2024. — № 2(140). — DOI 10.23670/IRJ.2024.140.42. — EDN SQYBNU.
8. Певнева А.Н. Психические состояния личности: практическое руководство / А.Н. Певнева. — Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2011. — 48 с. — ISBN 978-439-582-1.
9. Проскурякова Л.А. Влияние тренинга саморегуляции на психоэмоциональное состояние работников МЧС после профессиональных тренировок / Л.А. Проскурякова, К.Г. Малютин // Международный научно-исследовательский журнал. — 2023. — № 12(138). — DOI 10.23670/IRJ.2023.138.91. — EDN YGNDIE.
10. Реан А.А. Психология человека от рождения до смерти: Младенчество. Детство. Юность. Взрослость. Старость / под ред. А.А. Реана. — Санкт-Петербург: прайм-ЕВРОЗНАК; М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002. — 656 с. — ISBN 5-93878-029-2

Список литературы на английском языке / References in English

1. Azhiev A.V. Strahi v strukture emocional'nogo razvitiya doshkol'nikov [Fears in the structure of emotional development of preschoolers] / A.V. Azhiev, Z.I. Gadaborsheva // Pedagogika i psihologiya v sovremennom mire: materialy vsersossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii molodyh uchenykh, aspirantov, magistrantov i studentov [Pedagogy and Psychology in the modern world: materials of the All-Russian scientific and practical conference of young scientists, postgraduates, undergraduates and students]. — 2019. — P. 43-49 [in Russian].
2. Dubrovina I.V. Psihokorrekcionnaya i razvivayushchaya rabota s det'mi: Ucheb. posobie dlya stud. sred. ped. ucheb. Zavedenij [Psychocorrective and developmental work with children: A study guide for students of secondary school institutions] / I.V. Dubrovina, A.D. Andreeva, E.E. Danilova. — Moscow: Publishing House «AST», 2021. — 561 p. — ISBN 987-1-18-164648-7 [in Russian].
3. Gadaborsheva Z.I. Strahi detej doshkol'nogo vozrasta [Fears of preschool children] / Z.I. Gadaborsheva, A.U. Sulejmanova, A.R. Ismailova // Luchshaya nauchnaya stat'ya 2019. Sbornik statej Mezhdunarodnogo nauchno-issledovatel'skogo konkursa [The best scientific article of 2019. Collection of articles of the International Research Competition]. — 2019. — P. 22-31 [in Russian].
4. Grabenko T.M. CHudesa na peske. Pesochnaya igroterapiya. Metodicheskoe posobie dlya pedagogov, psihologov i roditelej [miracles in the sand. Sand game therapy. A methodological guide for teachers, psychologists and parents] / T.M. Grabenko. — St. Petersburg: Peter Publishing House, 2013. — 128 p. [in Russian]

5. Zaporozhec A.V. K voprosu o genezise, funkcii i strukture emocional'nyh processov u rebenka [On the question of the genesis, function and structure of emotional processes in a child] / A.V. Zaporozhec, YA.Z. Neverovich // Voprosy psihologii [Questions of psychology]. — 1974. — № 6. — P. 59-73 [in Russian].
6. Zinkevich-Evstigneeva T.D. Osnovy skazkoterapii [The basics of fairy tale therapy] / T.D. Zinkevich-Evstigneeva. — St. Petersburg: Publishing house «Rech'», 2006. — 176 p. — ISBN 5-9268-0407-8 [in Russian].
7. Knyazeva I.B. vliyanie art-terapii na psihoemocional'noe sostoyanie rabotnikov MCHS [The effect of art therapy on the psycho-emotional state of emergency workers] / I.B. Knyazeva, L.A. Proskuryakova, O.I. Kandaurova // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal [International Scientific Research Journal]. — 2024. — № 2(140). — DOI 10.23670/IRJ.2024.140.42. — EDN SQYBNU [in Russian].
8. Pevneva A.N. Psihicheskie sostoyaniya lichnosti: prakticheskoe rukovodstvo [Mental states of personality: a practical guide] / A.N. Pevneva. — Gomel: GSU named after F. Skorina, 2011. — 48 p. — ISBN 978-439-582-1 [in Russian].
9. Proskuryakova L.A. Vliyanie treninga samoregulyacii na psihoemocional'noe sostoyanie rabotnikov MCHS posle professional'nyh trenirovok [The impact of self-regulation training on the psycho-emotional state of emergency workers after professional trainings] / L.A. Proskuryakova, K.G. Malyutin // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal [International Scientific Research Journal]. — 2023. — № 12(138). — DOI 10.23670/IRJ.2023.138.91. — EDN YGNDIE [in Russian].
10. Rean A.A. Psihologiya cheloveka ot rozhdeniya do smerti: Mladenchestvo. Detstvo. YUnost'. Vzroslost'. Starost' [Human psychology from birth to death: Infancy. Childhood. Adolescence. Adulthood. Old age] / ed. by A.A. Reana. — St. Petersburg: prajm-EVROZNAK; M.: OLMA-PRESS, 2002. — 656 p. — ISBN 5-93878-029-2 [in Russian]