

# Тема: Влияние современного искусства на развитие арт-терапии (рисунок, цифровые технологии, фотография)

**Научный руководитель:** ассистент кафедры психиатрии и наркологии Алмагамбетова А.А

**Докладчик:** Ержурек А., Сырайыл М.К — студентка 3 курса факультета «Медицина»

Алдажар А.К. Резидент 1-го года обучения НАО «Медицинский Университет Семей»

Республика Казахстан, г. Семей

# План



Актуальность



Материалы и  
методы и  
исследование



Выводы



Цель работы



Результаты  
исследования

# Актуальность

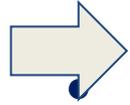
- Рост уровня тревожности в обществе требует эффективных психотерапевтических подходов. Арт-терапия, благодаря влиянию современного искусства — цифровых технологий, фотографии и рисунка — приобретает новые формы, более близкие современному человеку. Исследования показывают, что участие в творческом процессе с использованием цифровых и визуальных средств снижает тревожность и способствует эмоциональной регуляции. Фототерапия также доказала эффективность в работе с тревожными состояниями, помогая выражать и осмысливать внутренние переживания. Таким образом, интеграция современных художественных форм делает арт-терапию актуальным и перспективным методом борьбы с тревожностью. Если нужно, могут ещё сократить или подогнать под конкретное количество знаков.



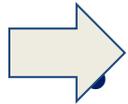
# Введение

- В современном мире, характеризующемся высоким уровнем стресса, информационной перегрузкой и социальными вызовами, арт-терапия приобретает всё большую значимость. Это направление психокоррекции и психотерапии позволяет человеку выражать свои эмоции, осознавать внутренние конфликты и находить способы их разрешения выражая все через искусство.
- С развитием современных технологий появляются новые развиваются и новые формы арт-терапии, например цифровая, которая использует виртуальную реальность, искусственный интеллект, интерактивные медиа.
- Особый интерес представляет использование арт-терапии в медицинской практике, особенно среди пациентов с тяжелыми заболеваниями. Исследования показывают, что арт-терапия способствует снижению тревожности, депрессии и боли, а также улучшает качество жизни пациентов с онкологическими и другими хроническими заболеваниями. Несмотря на положительные результаты, этот метод требует дальнейшего изучения для более точного определения его эффективности и оптимальных подходов к применению.

# Объекты и методы исследования



В качестве методов исследования использованы методы анализа, статистический и методы математической обработки данных. Для этого был взят анкетный опрос по шкале GAD-7 (шкала генерализованного тревожного расстройства), используемый для выявления и оценки степени выраженности тревожных симптомов.



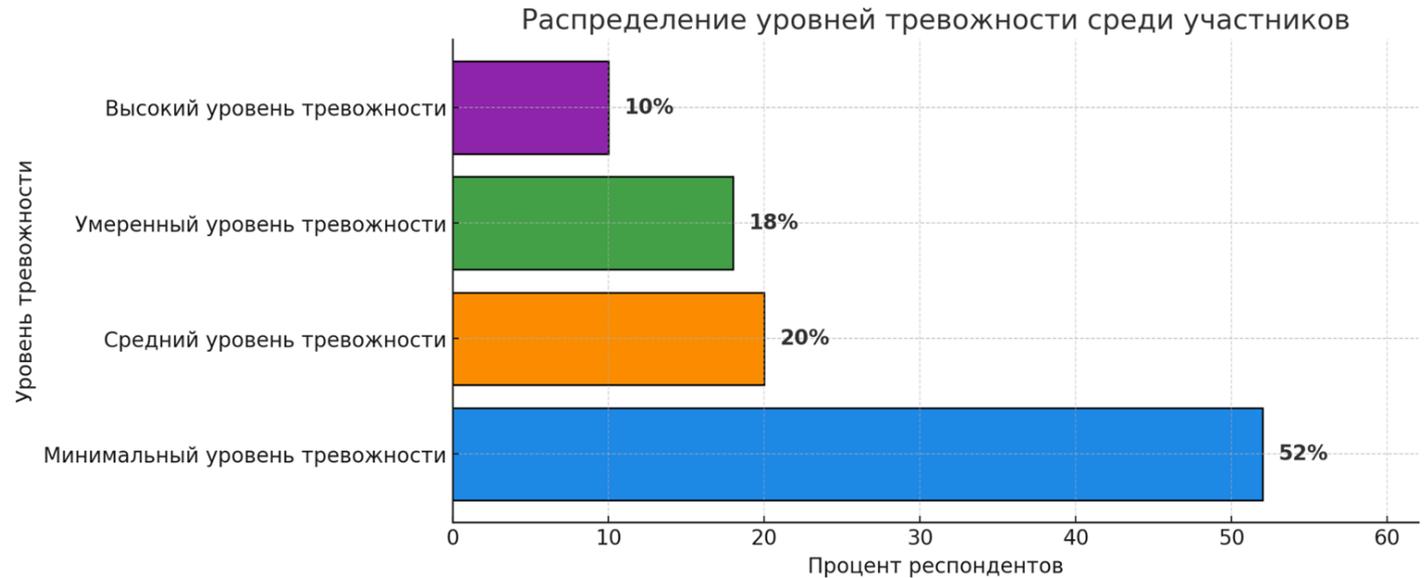
В качестве объекта исследования был выбран контингент студентов, обучающихся на 1-5 курсах (49 респондентов) медицинского университета города Семей.



# Результаты и их обсуждение:

При анализе ответов об уровне тревоги было определено, что среди респондентов:

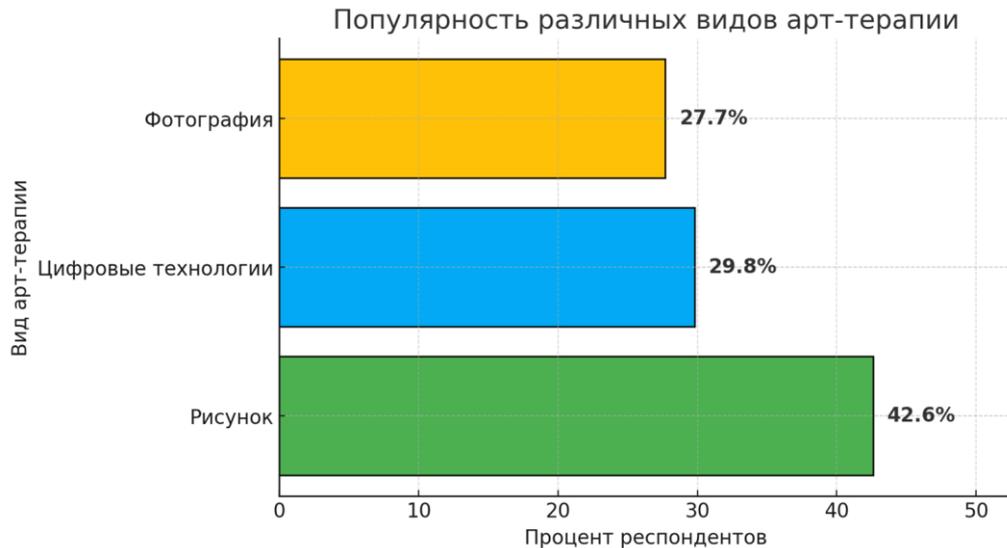
- Минимальный уровень тревожности среди 52% (n=25) участников;
- Средний уровень тревожности среди 20% (n=10) участников;
- Умеренный уровень тревожности среди 18% (n=9) участников;
- Высокий уровень тревожности среди 10% (n=5) участников.





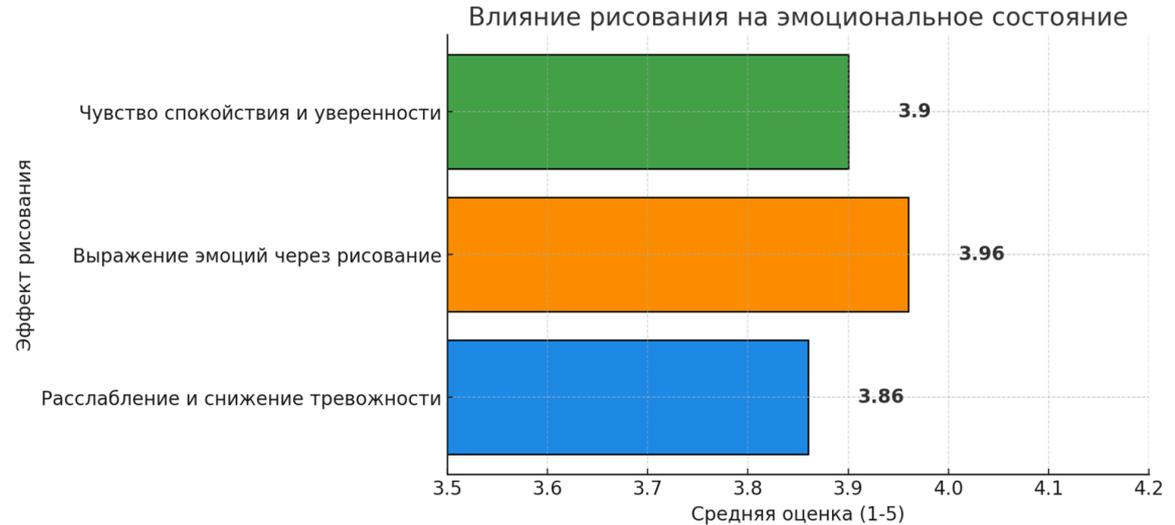
На вопрос “Какой вид арт-терапии вы использовали” распределение оказалось следующим:

- 42.6% ( n=21) участников использовали рисунок (традиционные художественные материалы). Это самый популярный вид арт-терапии, что может быть связано с доступностью и интуитивным пониманием техники.
- 29.8% ( n=15) пробовали цифровые технологии (графические планшеты, VR, коллажи в приложениях). Это указывает на рост интереса к современным цифровым методам творчества.
- 27.7% ( n=13) работали с фотографией (создание снимков, фотоколлажи, работа с фото). Такой метод может быть удобен тем, кто предпочитает визуальные средства самовыражения, но не чувствует уверенности в рисовании.



## Влияние рисунка как арт-терапии на эмоциональное состояние по шкале от 1 до 5

- Работа с рисунком помогла расслабиться и уменьшить тревожность – средняя оценка 3.86%. Это говорит о том, что большинство участников ощутили некоторое снижение тревожности, но эффект не был выраженным у всех.
- Процесс рисования помог лучше выразить эмоции – 3.96%. Рисование считается эффективным методом самовыражения, что подтверждается высоким средним баллом.
- После занятия участники почувствовали себя более спокойно и уверенно – 3.90%. Это подтверждает, что рисование способствует стабилизации эмоционального состояния.

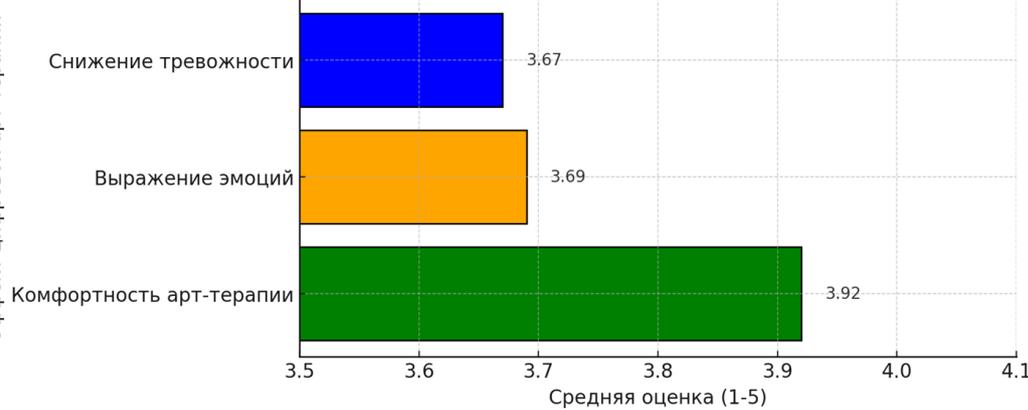


## Влияние цифровых технологий (графические планшеты, VR, коллажи в приложениях)

### как арт-терапии на эмоциональное состояние по шкале от 1 до 5

Эффект цифровой арт-терапии

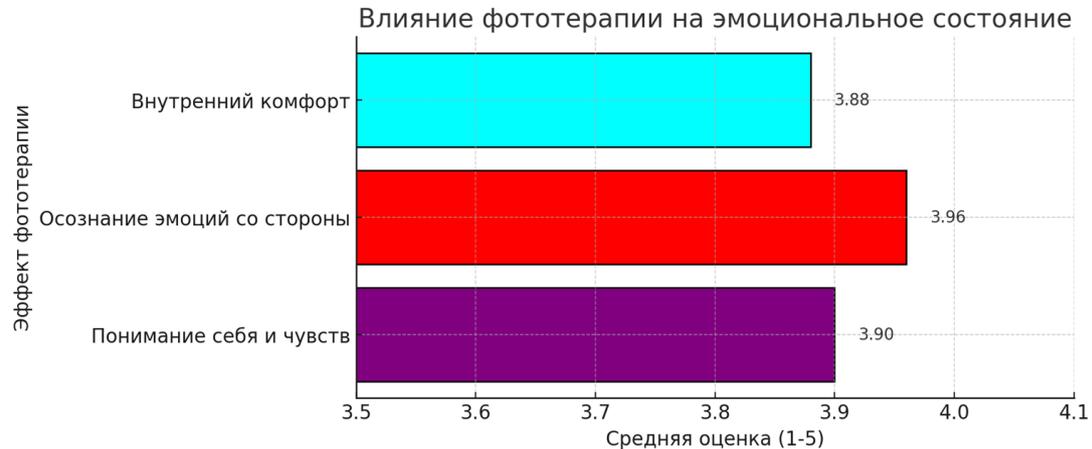
Влияние цифровых инструментов на эмоциональное состояние



- Использование цифровых инструментов сделало арт-терапию комфортной – 3.92% . Современные технологии воспринимаются положительно и облегчают процесс творчества.
- С их помощью удалось выразить эмоции – 3.69% . Это ниже, чем у традиционного рисования, что может говорить о том, что не все респонденты чувствуют себя свободно в цифровой среде.
- Работа в цифровой среде помогла переключиться от тревожных мыслей – 3.67% . Хотя показатель достаточно высок, он немного ниже, чем у рисунка, что может указывать на более индивидуальный эффект цифровых инструментов.

## Влияние фотографии(создание снимков, фотоколлажи, работа с фото) как арт-терапии на эмоциональное состояние по шкале от 1 до 5

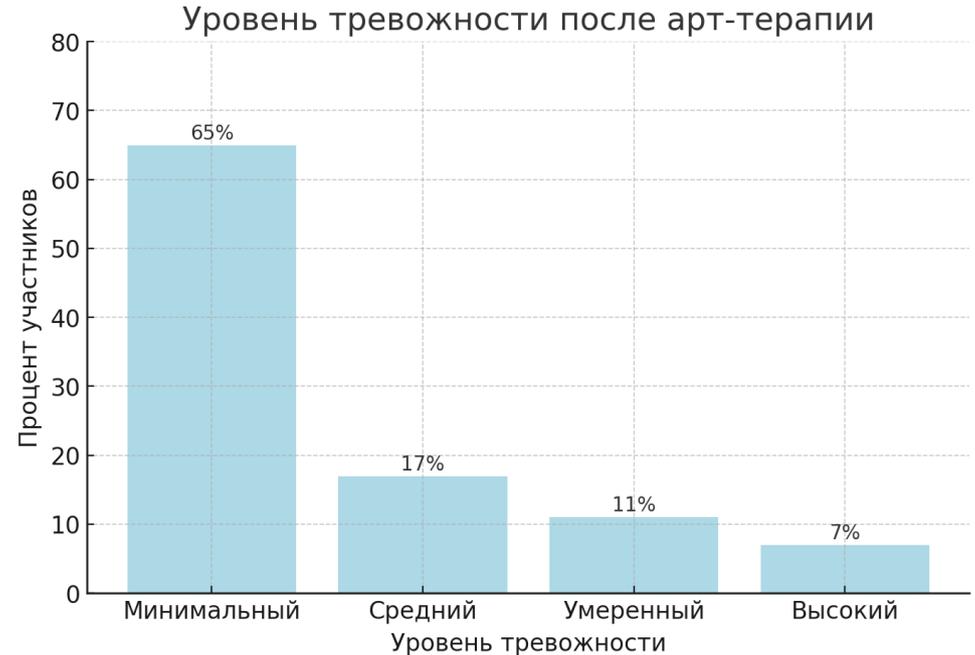
- Создание фотографий помогло лучше понять себя и свои чувства – 3.90% . Это подтверждает, что фотография является эффективным инструментом саморефлексии.
- Фототерапия дала возможность посмотреть на эмоции со стороны – 3.96% . Высокий балл указывает на ценность этого метода для осознания внутренних переживаний.
- Работа с фотографиями позволила ощутить внутренний комфорт – 3.88% . Это подчеркивает, что фотография способствует созданию психологически безопасного пространства.



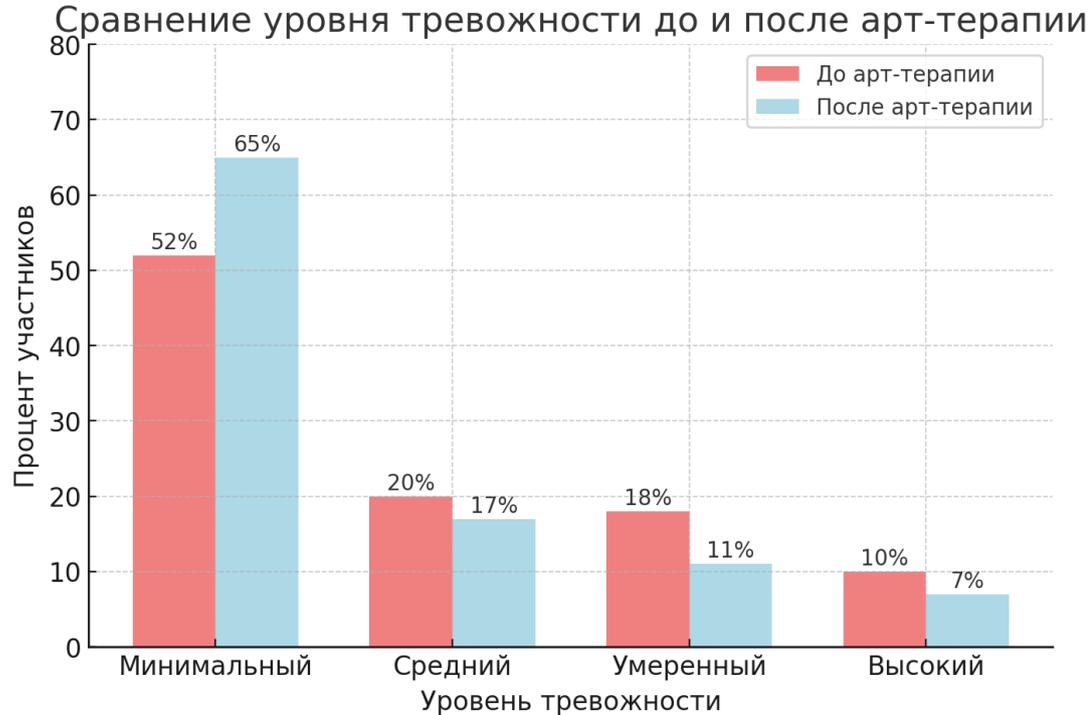
## Сравнительный анализ данных об эффективности арт-терапии до и после ее применения на проявления тревожности

После применения методов арт-терапии результаты оказались следующими:

- Минимальный уровень тревожности- 65% (n=32) участников;
- Средний уровень тревожности среди 17% (n=8) участников;
- Умеренный уровень тревожности среди 11% (n=5) участников;
- Высокий уровень тревожности среди 7% (n=3) участников.



## Определение уровня тревожности среди опрашиваемых после применения методик арт-терапии(рисунок, фотография, цифровые технологии)



Сравнивая результаты до и после, можно сделать следующие выводы:

- Показатели высокого и среднего уровня тревожности снизились на 3%( с 10% до 7% и с 20% до 17% соответственно)
- Значения умеренного уровня также снизились на 7%( с 18% до 11%)
- А распространенность минимального уровня возросла на 13%( с 52% до 65%)

# Заключение:



- Рисование остается наиболее универсальным инструментом арт-терапии, особенно для выражения эмоций.
- Фототерапия лучше помогает в осознании эмоций и саморефлексии.
- Цифровые технологии обеспечивают комфорт, но не всегда позволяют участникам полноценно выразить свои эмоции или снижать тревожность.
- В целом, арт-терапия положительно влияет на эмоциональное состояние, но ее эффективность зависит от индивидуальных особенностей. Традиционное рисование и фототерапия оказываются более комфортными для людей с разным уровнем тревожности, тогда как цифровые технологии лучше подходят тем, кто изначально испытывает меньшую тревожность.

1. Abbing A, de Sonnevile L, Baars E, Bourne D, Swaab H. Anxiety reduction through art therapy in women. Exploring stress regulation and executive functioning as underlying neurocognitive mechanisms. PLoS One. 2019;14(12):e0225200. Published 2019 Dec 3. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31794566/>
2. Андрущенко Н. Ю., Макаренко А. Е. Фототерапия — актуальный метод арт-терапии. – 2022. URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/33032>
3. Bifano SM, Tsze DS. Effectiveness of art therapy interventions for treating pain and anxiety in adolescents in the emergency department. CJEM. 2024;26(8):564-569. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39102150/>
4. Bosman, J T et al. The effects of art therapy on anxiety, depression, and quality of life in adults with cancer: a systematic literature review. Supportive Care in Cancer. 2021;29(5):2289-2298. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33188476/>
5. Ходжаева Замира Кодировна. АРТ-ТЕРАПИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В ЛЕЧЕНИИ ТУБЕРКУЛЕЗА КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД В РАБОТЕ С ДЕТСКИМИ ПРОБЛЕМАМИ // Вестник науки и образования. 2023. №3 (134). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-detey-i-podrostkov-v-lechenii-tuberkuleza-kak-effektivnyy-metod-v-rabote-s-detskimi-problemami?ysclid=m8ok5jp23v849364359>
6. Jiang XH, Chen XJ, Xie QQ, Feng YS, Chen S, Peng JS. Effects of art therapy in cancer care: A systematic review and meta-analysis. Eur J Cancer Care (Engl). 2020;29(5):e13277. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32542749/>
7. Мерзликина А. Ю., Веникова П. С. АРТ-ТЕРАПИЯ ЧЕРЕЗ ОБЪЕКТИВ: ФОТОТЕРАПИЯ КАК ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИСЦЕЛЕНИЯ // Проблемы и перспективы осуществления междисциплинарных исследований. – Уфа: Аэтерна, 2024. – С. 223. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=79090952&ysclid=m8ok3fmnsj815639863>
8. Tang Y, Fu F, Gao H, Shen L, Chi I, Bai Z. Art therapy for anxiety, depression, and fatigue in females with breast cancer: A systematic review. J Psychosoc Oncol. 2019;37(1):79-95. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30422064/>
9. Цуман Ю. Д. Арт-терапия в мире современных технологий // Цифровизация в системе образования: передовой опыт и практика внедрения. Чебоксары. – 2024. – С. 163-166. URL: <https://phsreda.com/e-articles/10598/Action10598-110548.pdf>

*Спасибо за внимания!*

