

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ ПО РИСУНОЧНЫМ ТЕСТАМ

Шелестюкова С.В., Макушина Ю.В.

Научный руководитель-д.м.н., доцент Д.Ю. Кувшинов

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России,
Россия г. Кемерово



Результаты и их обсуждение

Аннотация:

В данной статье рассмотрены основные особенности арт-терапии как метода лечения. В работе дано описание используемых техник: психологические рисуночные тесты «Инь Янь», «Трещины». Результаты студентов помогли получить ответы на интересующие вопросы, понимание состояния «здесь и сейчас», выйти из стрессового состояния и улучшить настроение.

Суть первого теста «Инь Янь» заключалась в том, чтобы при осмотре фигуры, представить, что она двигается. Если это происходит, то необходимо описать, в какую сторону, но может и не двигаться. Данный тест дал понять, что при рассмотрении одной картинке повышается концентрация внимания, ведь сейчас все живут в беспокойное время, когда трудно сконцентрироваться и собрать мысли в единое целое.



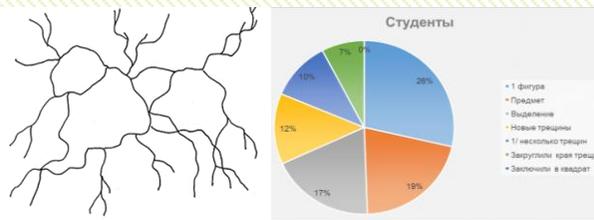
Материалы и методы исследования:

В исследовании приняли участие 42 студента и мужского, и женского пола. Тест «Инь Янь» заключается в том, чтобы при осмотре сложной фигуры, представить, что она движется. Тест «Трещины» подразумевает немного фантазии и дорисовки дополнительных линий.

Введение:

Рисунки зачастую помогают в постановке диагноза, оценке психологического анализа психического здоровья. Методика перенесения своих чувств, мыслей и эмоций на бумагу помогают исцелять душу, позволяя человеку самовыражаться. Арт-терапия помогает в снятии стресса, длительного напряжения, борьбе с негативными переживаниями, страхами и отсутствием равновесия всех сфер жизни.

Тест «Трещины» подразумевал просмотр трещин и изображение на своем листе похожие трещины с дополнениями для приобретения законченного вида у картинке. Люди, любящие рисовать, подходят к проблемам более креативно, избавляются от плохих мыслей. Во время рисования человек фокусируется только на том, чем занят и снимает напряжение.



Выводы:

На основании данных исследований можно увидеть, что большая часть студентов (57%) пребывает в стабильном состоянии, имеет способность организовать и объединять свои проблемы. Остальным (26%) были даны рекомендации по выходу из стрессового и депрессивного состояния.