

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО
Навчально-науковий інститут соціально-педагогічної та мистецької освіти
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА (ДИПЛОМНА) РОБОТА

на здобуття рівня вищої освіти «магістр»

на тему «**Особливості корекції тривожності підлітків засобами арт-
терапії**»

Виконала: здобувачка вищої освіти
групи пс22м заочного відділення
спеціальності 053 Психологія
ОП Психологія. Практична психологія
Макаренко Анастасія Ігорівна

Керівник: канд. психол. наук, доцент
Шевченко Світлана Віталіївна

Рецензент: психолог-методист
КЗ «Опорний заклад освіти
Малоданилівський ліцей»
Харківської області
Пономаренко О.М.

Запоріжжя-2023 року

АНОТАЦІЯ

Макаренко А.І.

Особливості корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії

Дипломна робота присвячена визначенню особливостей плину тривожності в підлітків, обґрунтуванню програми її корекції засобами арт-терапії.

В даній роботі розкриті теоретико-методичні основи корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії, емпірично досліджено особливості корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії. Теоретично обґрунтувати програму корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії, на основі отриманих даних формувального експерименту сформовано рекомендації щодо впровадження програми корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії. Констатовано, що переважання в більшості підлітків низького чи нормативного рівня загальної тривожності, пов'язаної зі взаємовідносинами з однолітками, ситуаціями самовираження й перевірки знань, оцінки оточуючими чи успішності в навчання. Це дозволяє зробити висновок про наявність майже в усіх цих підлітків сприятливого емоційного фону при відсутності вираженої тривожності, що дозволяє їм задовольняти потребу в спілкуванні, успіху і досягати відповідного рівня домагань. Впровадження програми корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії розкрило її ефективність: виявлено зростання кількості дітей з нормативним рівнем тривожності. До перспектив подальших досліджень відносимо обґрунтування ефективності програми ігротерапії в корекції тривожності підлітків.

Ключові слова: тривожність, арт-терапія, корекція тривожності, підлітковий вік.

ANNOTATION

Makarenko A.I.

Peculiarities of correction of adolescent anxiety by means of art therapy

The diploma work is devoted to the determination of the peculiarities of the course of anxiety in adolescents, the justification of the program of correction by means of art therapy.

In this work, the theoretical and methodological foundations of the correction of adolescent anxiety by means of art therapy are revealed, the peculiarities of the correction of adolescent anxiety by means of art therapy are empirically investigated. To theoretically justify the program of correction of adolescent anxiety by means of art therapy, based on the received data of the formative experiment, recommendations were made for the implementation of the program of correction of adolescent anxiety by means of art therapy. It has been established that the majority of teenagers have a low or normative level of general anxiety related to peer relationships, situations of self-expression and knowledge testing, evaluation by others, or academic success. This allows us to conclude that almost 100% of these teenagers have a favorable emotional background in the absence of pronounced anxiety, which allows them to satisfy the need for communication, success and achieve the appropriate level of harassment. The implementation of the program for the correction of adolescent anxiety by means of art therapy revealed its effectiveness: an increase in the number of children with a normative level of anxiety was revealed. The prospects for further research include the substantiation of the effectiveness of the play therapy program for the correction of adolescent anxiety.

Key words: anxiety, art therapy, correction of anxiety, adolescence.

РЕФЕРАТ

на тему: «**Особливості корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії**»

здобувачки вищої освіти ПС22М групи заочного відділення Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького спеціальності 053 Психологія **Макаренко Анастасії Ігорівни**

Науковий керівник – к.психол.н., доцент кафедри психології Шевченко Світлана Віталіївна

Актуальність теми дослідження зумовлена тим, що тривожність, на думку більшості дослідників, є основою багатьох труднощів у процесі соціалізації особистості, окрім того, веде до порушення загального розвитку людини. У сучасному суспільстві успішність й самореалізованість особистості залежить від високого рівня стресостійкості, сміливості в прийнятті рішень, вміння нести відповідальність за свої дії, вміння знаходити однодумців й переконувати їх в потрібності реалізувати свої ідеї, креативності й т.п. Більшість цих якостей не розвиваються чи розвиваються недостатньо при високому рівні тривожності особистості.

Об'єкт дослідження – особливості корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії.

Предмет дослідження – можливості арт-терапії в корекції тривожності підлітків.

Мета дослідження – на основі визначення особливостей плину тривожності в підлітків, обґрунтувати програму її корекції засобами арт-терапії

Відповідно до мети, **завданнями дослідження** є:

1. Визначити теоретико-методичні основи корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії.
2. Дослідити особливості корекції тривожності підлітків засобами арт-

терапії.

3. Теоретично обґрунтувати програму корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії.

4. Сформувати рекомендації щодо впровадження програми корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії.

Методи дослідження: *теоретичні* (аналіз, синтез, узагальнення наукової літератури з проблеми дослідження); *емпіричні* (бесіда, експеримент, порівняння, тестування: методики на визначення рівня тривожності як особистісної властивості і як стану.

Експериментальна база дослідження. Дослідженням було охоплено 119 підлітків в віці 13-14 років, учнів загальноосвітніх закладів. Опитування проводилося за допомогою гугл форми. За допомогою методики багатовимірної оцінки тривожності О. Роміциної були визначені загальний емоційний стан підлітків у умовах взаємодії з оточуючими (однолітками, батьками, вчителями), специфіка їх емоційно-особистісного реагування на успіх, в ситуаціях самовираження й оцінки якості знань, особливості психофізіологічного й нейровегетативного реагування в стресогенних ситуаціях.

Проведене дослідження дозволило зробити **наступні висновки.**

В умовах сучасного життя тривожні розлади є досить поширеними психічними порушеннями поміж підлітків. Їх масштабність може бути пояснена впливом соціальних, економічних, культурних, психологічних і інших чинників. Когнітивні наслідки й поведінкові побічні ефекти тривожних розладів, й їх схильність до хронічного ефекту – впливають на психічний розвиток дітей.

Відповідно до завдань дослідження, в роботі окреслено теоретико-методичні основи корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії. З'ясовано, що арт-терапія – сучасний метод психологічної корекції, особливо важливий задля підлітків з вираженими проявами тривожності. Арт-терапія переважно використовує засоби невербального спілкування, що дуже

важливо задля людей, яким складно висловити свої думки словами.

Дослідження особливостей корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії виявило, що корекційно-компенсаторні можливості арт-терапії використовуються задля досягнення позитивних змін у інтелектуальному, соціальному, емоційному та особистісному розвитку підлітків. Під методами арт-терапії в роботі розуміється сукупність прийомів і операцій, що потрібно здійснити задля зміни свідомих і несвідомих сторін психіки особистості, зміни стереотипів її поведінки, активізації внутрішніх ресурсів і підвищення адаптаційних здібностей за допомогою різних форм і видів мистецтва. Арт-терапія використовується як засіб корекції тривожності підлітків. Творчий характер занять допомагає дитині відкрити у собі дещо нове, ліпше розуміти й пізнавати себе, розвивати свої стосунки з іншими людьми і навколишнім світом. За допомогою мистецтва особистість не тільки виражає себе, а та більш дізнається про інших.

На емпіричному етапі відповідно до визначених емпіричних критеріїв і обраної групи респондентів розроблено стратегію й тактику психодіагностичної процедури дослідження особливостей прояву тривожності підлітків. У цілому в більшості досліджуваних підлітків (84%) було виявлено нормативний чи низький рівень загальної тривожності; тривожності в взаємовідносинах з однолітками мають 82% опитаних; тривожність, пов'язана з оцінкою оточуючих виявлено в 72% респондентів; 76% підлітків відчувають тривожність, пов'язану з успішністю в навчанні; підвищення вегетативної реактивності, обумовленої тривожністю спостерігаємо в 80% підлітків. Хоча при даному в половині досліджуваних підлітків (47%) виявлено підвищений чи високий рівень тривожності в взаємовідносинах з батьками, в третини (36%) – зниження психічної активності, зумовлене тривогою, й майже в стільки ж (30%) – тривоги в взаєминах з учителями й у ситуаціях перевірки знань.

Отже, можемо зробити висновок, що більшість досліджуваних

відчувають тривожність, пов'язану зі взаємовідносинами зі значущими дорослими (батьками й учителями), зокрема при перевірці знань. Це, на нашу думку, пояснюється зміною значущих осіб, потребою в звільненні від контролю й опіки старших

Таким чином, в процесі дослідження виявлено переважання в більшості підлітків низького чи нормативного рівня загальної тривожності, пов'язаної зі взаємовідносинами з однолітками, ситуаціями самовираження й перевірки знань, оцінки оточуючими чи успішності в навчання. Це дозволяє зробити висновок про наявність майже в усіх цих підлітків сприятливого емоційного фону при відсутності вираженої тривожності, що дозволяє їм задовольняти потребу в спілкуванні, успіху і досягати відповідного рівня домагань. Впровадження програми корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії розкрило її ефективність: виявлено зростання кількості дітей з нормативним рівнем тривожності: в восьмикласників з 83,17% до 87%; в дев'ятикласників з 58,67% до 65%. Встановлено, що майже в усіх підлітків рівень тривожності знизився в середньому на 5 пунктів.

До перспектив подальших досліджень відносимо обґрунтування ефективності програми ігротерапії в корекції тривожності підлітків.

Рік виконання дипломної роботи - 2023 р.

Місце виконання - Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького

Дипломна робота містить 107 сторінок тексту, таблиці, список літератури з 80 найменувань.

ЗМІСТ

ВСТУП	Ошибка! Закладка не определена.
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ КОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ	Ошибка! Закладка не определена.
1.1. Вікові особливості підліткового віку .	Ошибка! Закладка не определена.
1.2. Наукові підходи до визначення і прояву тривожності в підлітковому віці	Ошибка! Закладка не определена.
1.3. Роль арт-терапії у корекції тривожності підлітків	Ошибка! Закладка не определена.
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ ТРИВОЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ.....	Ошибка! Закладка не определена.
2.1. Організація і методи дослідження.....	Ошибка! Закладка не определена.
2.2. Результати експериментального дослідження	Ошибка! Закладка не определена.
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ	Ошибка! Закладка не определена.
3.1. Теоретичне обґрунтування програми корекції	Ошибка! Закладка не определена.
3.2. Аналіз ефективності впровадження програми корекції тривожності підлітків засобами арт-терапії.....	Ошибка! Закладка не определена.
3.3. Рекомендації щодо зниження рівня тривожності підлітків засобами арт-терапії	Ошибка! Закладка не определена.
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ...	Ошибка! Закладка не определена.

Ім'я користувача:
Анастасія Сухомлінова

ID перевірки:
1015921881

Дата перевірки:
25.10.2023 17:06:08 EET

Тип перевірки:
Doc vs Internet + Library

Дата звіту:
25.10.2023 19:32:25 EET

ID користувача:
100012861

Назва документа: Макаренко

Кількість сторінок: 89 Кількість слів: 21545 Кількість символів: 163623 Розмір файлу: 643.00 KB ID файлу: 1015583916

20.4% Схожість

Найбільша схожість: 6.92% з Інтернет-джерелом (http://bnrc-kam-pod.at.ua/Pedagogu/Lutsuk/na_sajtkorekcija_trivozh...)

14.6% Джерела з Інтернету

578

.....Сторінка 91.....

5.8% Джерела з Бібліотеки

28

.....Сторінка 94.....

0% Цитат

Вилучення цитат вимкнене

Вилучення списку бібліографічних посилань вимкнене

0% Вилучень

Немає вилучених джерел

Модифікації

Виявлено модифікації тексту. Детальна інформація доступна в онлайн-звіті.

Замінені символи

13