

Арт-терапия как метод коррекции негативных эмоций на стоматологическом приеме

И.А. Никольская, научный руководитель – д.м.н., профессор Копецкий И.С.

ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, кафедра терапевтической стоматологии СФ, Москва

РЕЗЮМЕ

В данной статье приводится исследование по коррекции эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста. Представленная коррекционная программа, основанная на современных методах арт-терапии – нейрографике, задачами которой выступают снятие внутренних ограничений, гармонизация эмоционального состояния, трансформация реальности и моделирования будущего, направленная на снижение уровня тревожности у детей. Нейрографика не требует художественных навыков или способностей к изобразительному искусству, поэтому каждый ребенок может участвовать в этой работе. Нейрографика способствует снижению тревожности детей дошкольного возраста, помогая эмоционально и лично познавать себя и других людей, способствует познанию окружающего мира, помогает реализовать свои способности, умение активизироваться, расслабляться, выражать свои эмоции и чувства, установить новые доверительные уровни общения. Разработанная программа, направленная на снижение тревожности посредством нейрографики, при более продолжительной коррекционной работе, приведет к тому, что уровень проявлений тревоги у детей дошкольного возраста снизится до минимума.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: коррекционная программа, дети, младшие школьники, эмоции, эмоциональная сфера, арт-терапия, нейрографика.

КОНФЛИКТ ИНТЕРЕСОВ. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Art therapy as a method of correction of negative emotions at dental appointment

I.A. Nikolskaya, Supervisor – Kopetskiy I.S., doctor of medical sciences, professor, head of the department of therapeutic dentistry

Pirogov Russian National Research Medical University (Pirogov Medical University)

SUMMARY

In this article, a study is made on the correction of the emotional sphere of children of primary school age. The presented modern correctional program of art therapy-neuro graphics, the objectives of which are the removal of internal constraints, the harmonization of the emotional state, the transformation of reality and modeling of the future, based on the methods of art therapy, aimed at reducing the level of anxiety in children. Neurographics doesn't require artistic or visual art skills, so every child can participate in this work. Neurographics helps to reduce the anxiety of preschool children, helping to emotionally and personally cognize oneself and other people, promotes knowledge of the world around, helps to realize one's abilities, the ability to become more active, relax, express one's emotions and feelings, establish new trust levels of communication. The developed program aimed at reducing anxiety through neurographics, with longer corrective work, will lead to the fact that the level of anxiety manifestations in preschool children will decrease to a minimum.

KEY WORDS: correctional program, children, junior schoolchildren, emotions, emotional sphere, art therapy, neuro graphics.

CONFLICT OF INTEREST. The authors declare that they have no conflicts of interest.

Введение

В последние годы интерес к проблеме эмоций и чувств как фундаментальной сфере психического развития человека, базису его душевной жизни значительно возрастает, что сопряжено с большими переменами в жизни нашего общества и науках о человеке. Однако базисные категории эмоциональной сферы еще не получили глубокого раскрытия в психолого-педагогической науке и практике.

Точная и глубокая диагностика эмоциональных нарушений, а также коррекция и прогноз их развития у детей имеют огромное значение для здоровья ребенка и его жизни, также для существования семьи и общества в целом. Тем не менее, при обилии исследований, посвященных эмоциональной сфере, в настоящий момент существует дефицит прикладных исследований, направленных на поиск компенсаторных механизмов в процессе психопрофилактики и коррекции, а также недостаточность

психологического сопровождения детей дошкольного возраста с целью гармонизации их отношений с окружающим миром и с самим собой.

Согласно социологическим исследованиям страх и тревожность перед стоматологическим лечением испытывает каждый третий человек, а в детском возрасте все эти проявления выражены гораздо острее, так как ребенок не может рационализировать происходящее и уменьшить интенсивность переживаний [1, 2]. Дети с повышенной степенью тревожности более подвержены развитию кариесогенной ситуации в полости рта. Оба эти факта (повышенная тревожность и множественный кариес) ограничивают возможность стоматолога провести амбулаторное лечение детей с 3 до 6 лет. Поэтому решением этих проблем является применение адаптированных психологических методик для снижения тревожности на стоматологическом приеме. У каждого человека среди органов чувств есть

ведущий, который быстрее и чаще остальных реагирует на сигналы и раздражители внешней среды. Выделяют 4 типа восприятия: зрительный, тактильный, слуховой и цифровой (логическое мышление) [4]. Если врач-стоматолог знает, какой тип является доминантным у пациента, ему будет проще наладить с ним контакт и донести информацию о предстоящих манипуляциях. Одним из методов коррекции эмоционального состояния является арт-терапия как психотерапевтический подход, использующий искусство и творчество [5]. С помощью арт-терапии возможно развивать у пациентов коммуникативные способности, обеспечивать социальную адаптацию, снимать внутреннее напряжение. Арт-терапия способна побеждать страхи, фобии и комплексы [3]. Арт-терапия наиболее подходит для работы с детьми и основывается на том, что состояние внутреннего «Я» ребенка отражается в продуктах его творчества, избавляя от чрезмерного напряжения, внутреннего конфликта. Рисуя, ребенок получает возможность не только уменьшить излишнее возбуждение, тревожность, агрессивность, недоверие к окружающему миру, но и обрести уверенность в себе и успех, а также связанные с ним положительные переживания и образцы поведения [8].

Кроме того, одной из наиболее значимых характеристик арт-терапевтического взаимодействия участников психокоррекционной работы является опыт позитивной совместной деятельности [9], развитие коммуникативной активности, придание ценности детским переживаниям.

Для коррекции психоэмоционального состояния, как один из методов арт-терапии, используется нейрографика [6]. Нейрографика – это графический метод организации мышления и трансформации психоэмоционального состояния. Нейрографика – это авторский метод официально зарегистрированный и запатентованный в марте 2015 года. Автор метода Павел Пискарев – психолог, доктор философии, бизнес-тренер. Нейрографика относится к проективным методам арт-психологии и арт-терапии. Автор описывает свой метод, как «творческий метод трансформации мира» [7], который позволяет моделировать новую реальность со всей силой воображения клиента и опорой на его сенсорный аппарат, современный подход к формулированию, постановке и раскрытию смысла задач с помощью переноса графических образов на бумажный или иной носитель.

Цель работы

Коррекция нарушений психоэмоциональных состояний перед стоматологическим приемом с помощью метода нейрографики.

Материалы и методы

На базе кафедры терапевтической стоматологии стоматологического факультета ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России было проведено исследование, в котором приняли участие 168 детей в возрасте 5–6 лет. Был определен ведущий тип восприятия информации каждого ребенка с помощью теста С. Ефремцева. В соответствии с результатами испытыва-

емые были разделены на 4 группы: аудиалы (50 человек), кинестетики (48 человек), визуалы (39 человек) и дигиталы (31 человек). Для определения психоэмоционального статуса детей использовался восьмицветовой тест Люшера и шкала эмоциональных тонов. Было выяснено, по результатам тестирования и оценки шкалы эмоциональных тонов, что страх и эмоциональный дискомфорт испытывают все дети перед стоматологическим вмешательством, но наибольшую тревожность испытывают аудиалы в 74,7% случаев, в остальных случаях уровень тревожности приближался к среднему. У дигиталов тревожность отмечена на уровне 67,3%, а наименьшую тревожность испытывают визуалы в 49,6% случаев и кинестетики в 52,4%. Для снятия психоэмоционального напряжения проходило нейрографическое обучение в игровой форме. С помощью маркеров, цветных фломастеров и карандашей ребенок в течение 15–20 минут рисовал нейрографические линии и раскрашивал получившиеся фрагменты. Метод нейрографики основан на использовании алфавита визуального языка, геометрических архетипов и специальных графических алгоритмов. Нарисовать можно все. Линии действия, узоры жизненных обстоятельств, графические решения сложных задач коммуникации. Нарисовать и перерисовать, снимая внутренние ограничения, накопленные за годы жизни. Один из принципов нейрографики гласит: любая задача имеет графическое решение. Любая задача может быть изображена графически, переведена в знак, символ, архетип, который является основой для образного моделирования, визуального мышления. И тогда, трансформация знака, трансформация символа позволяет таким образом запустить механизм (творческого) мышления, по определенным правилам рисования нейрографики, что это приведет к состоянию решения. Любую ситуацию можно изобразить «каракулями», спонтанными движениями на листе – и это будет не более, чем наш эмоциональный отпечаток, то есть рисунок о том, как рисующий нейрографика переживает что-то (рис. 1б).

В этих графических элементах, которые создаются своей рукой, можно выделить какие-то фигуры (рис. 1а). Те фигуры, которые выделяются бессознательно, являются важными для нас, их форма определяет характер субъектов внутри нас. Их взаиморасположение, масштаб и пропорции по отношению друг к другу определяют степень важности смысла и значения. Получая первый отпечаток диагностическим рисунком, можно начинать с этой диагностикой работать, даже не прибегая к тому, чтобы сразу придавать ей значение, смысл или обсуждать на вербальном уровне. Суть – это невербальная трансформация, когда выделяются главные объекты и они разносятся на листе таким образом, чтобы их положение приобрело гармоничное расположение, чтобы это был отпечаток, который приносит удовлетворение. Когда эти абстрактные фигуры приобретают между собой гармоничное значение, между ними налаживаются те или иные связи, и можно продолжать работать с ними дальше. По завершению арт-терапии определялся повторно психоэмоциональный статус ребенка.



Рисунок 1а. Нейрографический рисунок

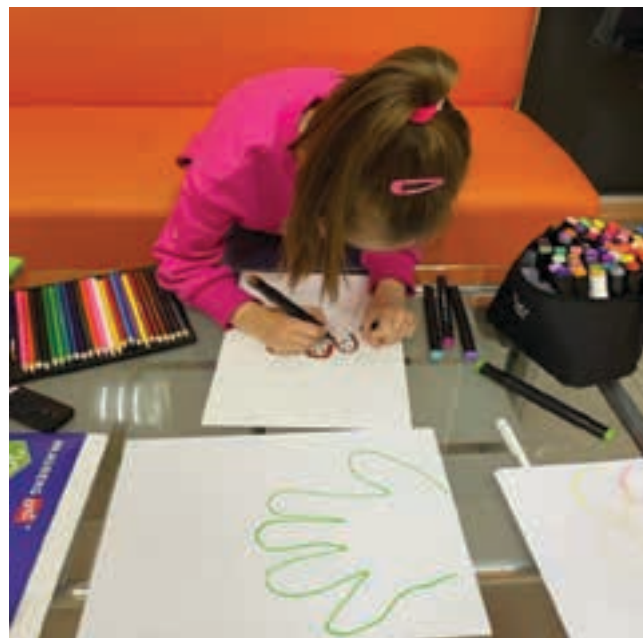


Рисунок 1б. Работа в технике нейрографики

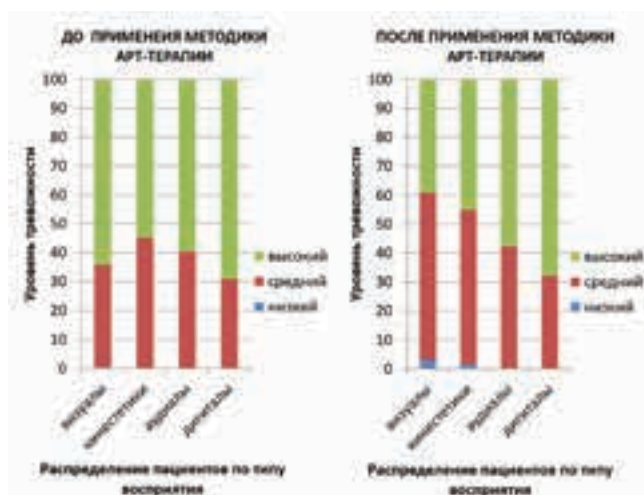


Рисунок 2. Результаты применения коррекционной программы арт-терапии

Особенность психологии ребенка младшего школьного возраста заключается в том, что он еще мало осознает свои переживания и далеко не всегда способен понять причины, их вызывающие. Тревога сказывается на всех сферах жизни ребенка, она дезорганизует учебную деятельность, начинает разрушать личностные структуры. Поэтому знания причин возникновения личностной и ситуативной тревожности, приведет к созданию и своевременному проведению коррекционных и профилактических программ, способствуя снижению тревожности и формированию адекватного поведения у детей младшего школьного возраста. Хочется отметить, что у детей младшего школьного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий, коррекционных и профилактических программ.

Результаты исследования

Выявление страха у детей перед стоматологическим приемом и определение степени его интенсивности позволяет врачу-стоматологу выработать индивидуальный подход к каждому пациенту. В результате исследования было установлено, что после проведения арт-терапии в группе визуалов снижение тревожности, улучшение контакта врача с ребенком, возможность осуществления стоматологического лечения без предварительной седации наблюдалось у 37,6%, в группе кинестетиков снижение состояния тревожности отмечалось у 17,8%, в группе аудиалов результат не превысил 3,28%, в группе дигиталов отмечалось снижение уровня тревожности на 1,74% (рис. 2).

Несмотря на проведенную терапию, высокий уровень тревожности сохранился в группах аудиалов и дигиталов, такие дети будут нуждаться в других предварительных седативных методах. Используя результаты проводимого исследования можно улучшить качество лечебного процесса на детском стоматологическом приеме и эффективнее проводить профилактику дентофобии, а именно: сформировать у детей позитивное отношение к стоматологическому лечению еще перед дверьми стоматологического кабинета, работать в тандеме с родителями, установить доверительные отношения с маленькими пациентами.

Выводы

Проведенное исследование установило, что по типу восприятия информации, из 168 детей дошкольного возраста 29,8% являются аудиалами, 28,6% можно отнести к кинестетикам, в свою очередь, визуалы составляют 23,2%, а дигиталы 18,4%. Отмечено, что наиболее высокие результаты после применения арт-терапии в виде нейрографики позволяют снять тревожность у детей дошкольного возраста группе визуалов – на 37,6%, однако,

у аудиалов и дигиталов снижение уровня тревожности произошло незначительно – на 3,28 и 1,74%, что свидетельствует о необходимости поиска других методов коррекции психо-эмоционального состояния. Разработанная методика может быть использована врачами в качестве улучшения контакта с ребенком на стоматологическом приеме, что позволяет достичь лучших результатов в лечении. Нейрографика оказывает наибольшее улучшение психо-эмоционального состояния у детей с доминирующим зрительным типом восприятия. Нейрографика – это очень простая, деликатная и естественная техника самопомощи. При освоении базовых принципов, любой человек может самостоятельно использовать этот метод для снятия ограничений и гармонизации своего эмоционального состояния, для трансформации реальности и моделирования будущего.

Таким образом, можно констатировать, что разработанная коррекционная программа, основанная на методах арт-терапии помогает снизить негативные эмоциональные проявления, у младших школьников, помогает повысить уровень эмоциональной стабильности, позволяющее оказать стоматологическую помощь на фоне стабильного психо-эмоционального состояния ребенка.

Список литературы / References

1. Абрамова Е.А. Дентофобия на приеме у врача-стоматолога // Научный журнал. 2016. № 2. С. 86–87.
Abramova E.A. Dentophobia at a dentist's appointment // Scientific journal. 2016. №2. pp. 86–87.
2. Булатова Т.А., Черных Е.И. Социальная тревожность в психологическом контексте // Вестник ТГПУ. 2010. № 2. С. 107–112.
Bulatova T.A., Chernykh E.I. Social anxiety in the psychological context // Vestnik TSPU. 2010. № 2. pp. 107–112.
3. Вальдес Одрихола М.С. «Формирование эмоционально-волевой сферы школьников с проблемами в развитии средствами арт-терапии». Valdes Odrichola M.S. «Formation of the emotional-volitional sphere of school-children with developmental problems by means of art therapy».
4. Величковский Б.М., Зинченко В.П., Лурия А.Р. «Психология восприятия» 1973 г. Velichkovsky B.M., Zinchenko V.P., Luria A.R. «Psychology of Perception» 1973.
5. Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.И., Добровольская Г.А. «Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании» М. – 2001.
Medvedeva E.A., Levchenko I.Yu., Komissarova L.I., Dobrovolskaya G.A. «Art pedagogy and art therapy in special education» М. – 2001.
6. Пискарев Павел. О нейронах и метамодерне Научно-популярный журнал «Колесо жизни» № 10 (122) октябрь 2018.
Piskarev Pavel. About neurons and metamodern Popular science magazine «Wheel of Life» No. 10 (122) October 2018.
7. Пискарев П.М. Метамодерн: к постановке проблемы // Актуальные проблемы психологического знания. – № 1 (50). – январь–март 2019. – С. 5–18.
Piskarev P.M. Metamodern: to the formulation of the problem // Actual problems of psychological knowledge. - No. 1 (50). – January-March 2019. – P. 5–18.
8. Mayer J.D. The intelligence of emotional intelligence, Vol. 17, / J.D. Mayer, P. Salovey. 1993, p. 52–60.
9. Kohn M.L. Social class and parent-child relationships: An interpretation // American Journal of Sociology/ M.L. Kohn. – 1963, 68, 471 480.

Статья поступила / Received 28.03.2022

Получена после рецензирования / Revised 31.03.2022

Принята в печать / Accepted 31.03.2022

Информация об авторах

Никольская Ирина Андреевна, к.м.н., доцент кафедры терапевтической стоматологии стоматологического факультета

E-mail: doknikolskaya@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8042-2884>

Копецкий Игорь Сергеевич, д.м.н., профессор, заведующий кафедрой терапевтической стоматологии

E-mail: kopetski@rambler.ru. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4723-6067>

ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, кафедра терапевтической стоматологии СФ, Москва

Контактная информация:

Никольская Ирина Андреевна. E-mail: doknikolskaya@gmail.com

Author information

Nikolskaya Irina A.², Ph.D., Associate Professor, Department of Therapeutic Dentistry, Faculty of Dentistry

E-mail: doknikolskaya@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8042-2884>

Kopetskiy I.S., Doctor of medical sciences, professor, head of the department of therapeutic dentistry

E-mail: kopetski@rambler.ru. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4723-6067>

Pirogov Russian National Research Medical University (Pirogov Medical University)

Contact information

Nikolskaya Irina Andreevna. E-mail: doknikolskaya@gmail.com

Для цитирования: Никольская И.А., Копецкий И.С. Арт-терапия как метод коррекции негативных эмоций на стоматологическом приеме. Медицинский алфавит. 2022;(7): 95–98. <https://doi.org/10.33667/2078-5631-2022-7-95-98>

For citation: Nikolskaya I.A., Kopetskiy I.S. Art therapy as a method of correction of negative emotions at dental appointment. Medical Alphabet. 2022;(7): 95–98. <https://doi.org/10.33667/2078-5631-2022-7-95-98>

