

## ОБОСНОВАНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ (ПЕСОЧНОЙ АНИМАЦИИ) ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ НЕБЛАГОПРИЯТНОГО ДЕЙСТВИЯ ПСИХОГЕННЫХ ФАКТОРОВ НА ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

*Федорова М. Д.*

Научный руководитель: к.м.н., доцент Семенова Наталья Владимировна  
Кафедра безопасности жизнедеятельности, медицины катастроф  
ФГБОУ ВО Омский государственный медицинский университет, Омск

**Контактная информация:** Федорова Мария Дмитриевна — студент 5 курса Педиатрического факультета.  
E-mail: masha-616616@mail.ru

**Ключевые слова:** песочная анимация, рисование песком, арт-терапия

**Актуальность исследования:** В последнее время популярность обрело рисование песком. Но сейчас его используют, в большинстве случаев, как развлечение. Однако такой метод арт-терапии был бы эффективен в коррекционных учреждениях, как терапия, и как профилактика и развивающая методика в детских дошкольных учреждениях. Ведь было доказано, что при использовании арт-терапии наблюдается положительная динамика у детей с нарушениями психического здоровья.

**Цель исследования:** обосновать влияние арт-терапии (песочной анимации) на коррекцию нарушений нервно-психического здоровья детей дошкольного возраста, на улучшения адаптационной способности детей к факторам образовательного процесса, на снижение частоты соматических заболеваний.

**Материалы и методы:** объект исследования — дети дошкольного возраста, посещающие дошкольные образовательные учреждения (ДОУ); предмет исследования — здоровье дошкольников и средовые факторы (качество жизни); численность выборки — 100 детей дошкольного возраста. Методы исследования: социологический метод, метод естественного гигиенического эксперимента, статистический метод.

**Результаты:** по данным медицинской документации у детей дошкольного возраста чаще встречаются заболевания органов дыхания и составляет 48%, второе по распространенности заболевание аллергические реакции — 34,5%, болезни ЛОР-органов и болезни полости рта составляют по 19% от всех заболеваний. При оценке здоровья детей было выяснено, что 88% относятся ко 2 группе здоровья, к первой — относятся всего 10%. При оценке физического развития детей дошкольного возраста в 45% случаев имеют избыток массы тела. Было выяснено, что в ДОУ дети относятся к группе часто болеющих. Уровень здоровья родителей достаточно высокий. Для того чтобы отследить динамику изменения уровня тревожности был проведен модифицированный 8-цветовой тест Люшера до и после песочной анимации, в начале, середине и конце цикла. После первого занятия уровень тревожности у детей увеличился в 40% случаев, что связано с адаптацией к новому виду занятий, новому человеку. Стоит отметить, что первое занятие и последующие проходили без слез, все дети занимались с интересом. В последующем уровень тревожности после занятий, снижался. В среднем тревожность снизилась на 23%. Так же есть изменения в степени тревожности, а именно снижение количества детей со средней и высокой степенью тревожности. После окончания цикла занятий высокая степень тревожности у дошкольников отсутствовала.

**Выводы:** по результатам анализа общей заболеваемости среди детей дошкольного возраста было выявлено, что чаще всего встречаются заболевания органов дыхания, аллергические реакции, болезни ЛОР-органов и полости рта. Дети дошкольного возраста относятся к группе часто болеющих детей. В 45% случаев дети дошкольного возраста имеют избыток массы тела. Проанализировав анкеты, мы оценили качество жизни и определили влияние средовых факторов на течение нервно-психических процессов у детей: личное пространство в квартире, воспитание ребенка в полной семье, наличие вредных привычек у родителей, уровень дохода семьи, ночной сон 8–9 часов, обращение за медицинской помощью, здоровье родителей. После

занятий песочной анимацией наблюдалась тенденция снижения уровня тревожности. После цикла занятий существенно снизилась степень тревожности. По результатам теста после комплекса занятий высокая степень тревожности отсутствовала. Рекомендуется применение арт-терапии (песочной анимации) для предотвращения неблагоприятного действия средовых факторов на здоровье у дошкольников.

**Литература**

1. Леонова Л.А. и др. Дошкольник и компьютер: Медико-гигиенические рекомендации. М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2014.
2. Попов, Т. Применение Арт-терапии в социальной сфере / Т.Попов // Вестник Восточно Сибирской Открытой Академии. — 2013. — № 7. — С. 11.