

Красноярский государственный педагогический
университет
им.В.П.Астафьева

**Кафедра социальной психологии
магистерская диссертация на тему:**

**Формирование психического здоровья у детей
подросткового возраста**

Выполнил :
Миллер Таяна Владимировна
Руководитель:
к.п.н., Черенева Елена
Александровна

г.Красноярск,2019

Актуальность исследования. Здоровье – это такое состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие.

Подростковый возраст – наиболее чувствительный период в развитии ребенка, сензитивный к формированию чувства самопринятия, самопонимания, необходимости саморазвития.

Арт-терапия является тем психокоррекционным направлением, которое можно использовать для решения данной задачи..

Цель исследования: на основе исследования психологического здоровья у подростков разработать эффективную арт-терапевтическую программу.

Объект исследования: психологическое здоровье подростков.

Предмет исследования: программы формирования психологического здоровья подростков средствами арт-терапии.

Задачи исследования:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования психологического здоровья, возможностей использования арт-терапии.
2. Выявить особенности формирования психологического здоровья личности.
3. Организовать и провести экспериментальное исследование, направленное на изучение компонентов психологического здоровья подростков.
4. Разработать и апробировать арт-терапевтическую программу, способствующую формированию компонентов психологического здоровья у подростков

Гипотеза исследования:

Мы предполагаем, что разработанная нами арт-терапевтическая программа по формированию психологического здоровья подростков будет позитивно влиять на развитие следующих компонентов психологического здоровья подростков: инструментального, аксиологического, мотивационно-потребностного, компонента отношения к здоровью.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.

2. Эмпирические методы: тестирование (методики: «Диагностика самоактуализации личности» А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина, «Методика исследования самоотношения» (МИС) С.Р. Пантелеева, «Методика определения уровня рефлексивности» А.В. Карпова, В.В. Пономаревой, «Индекс отношения к здоровью» С.Д. Дерябо, В.А. Ясвиной).

3. Методы качественной и количественной обработки полученных результатов, в том числе статистические методы (Т-критерий Вилкоксона).

Экспериментальное исследование компонентов психологического здоровья подростков проводилось в 2018 – 2019 гг. на базе МБОУ СШ №46 г. Красноярска. Выборка представлена подростками в возрасте 14-15 лет в количестве 50 человек.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что полученные результаты дополняют представления о психологическом здоровье как сложном феномене, а также о психологическом здоровье личности подростка как сложном динамическом состоянии. Предложенный в диссертации подход к изучению психологического здоровья личности дает возможность обобщить различные теоретические положения и реализовать принцип системности в процессе анализа эмпирических данных.

Практическая значимость исследования : психологическое здоровье разработана программа, обозначающая направления коррекционно-развивающей деятельности по формированию здоровой личности

Проанализировав психолого-педагогическую литературу по проблеме

исследования, мы пришли к выводу, что психологическое здоровье – это - динамическая совокупность психических свойств ,поддающихся коррекции.

Сопоставив результаты ,мы пришли к выводу об эффективности программы .