



# МЕТОД АРТ-ТЕРАПИИ КАК КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТРЕССА У ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ.

*PhD, доцент ОРТИКОВА НАРГИЗА ХАЙРУЛЛАЕВНА*

Самаркандский государственный медицинский университет, кафедра ортопедической стоматологии  
Самарканд, Узбекистан.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

В последние годы арт терапия стала все более популярным методом лечения и реабилитации в различных областях медицины, включая стоматологию. Арт терапия представляет собой специальный вид терапии, основанный на использовании художественных материалов и методов для достижения психологического и физического благополучия пациента. В стоматологии арт терапия может быть использована для уменьшения стресса и тревожности у пациентов, связанных с посещением стоматолога, а также для помощи в реабилитации после проведения различных процедур. Один из способов использования арт-терапии в стоматологии — это создание рисунков или других художественных работ перед или во время посещения стоматолога. Это может помочь пациентам сосредоточиться на творческом процессе и отвлечься от беспокойств перед процедурой. Исследования показывают, что арт терапия может значительно улучшить психологическое состояние пациентов перед посещением стоматолога и помочь им справиться с болями и дискомфортом после проведения процедур. Кроме того, арт терапия способствует улучшению коммуникации между стоматологом и пациентом, что повышает эффективность лечения. Продолжающаяся пандемия тоже внесла свой вклад в повышение уровня стресса у всех категорий населения. Но есть категория людей, особенно уязвимых для стресса и его негативных последствий – это дети, подростки и молодые люди. Для них стресс представляет особую опасность в связи с тем, что у них нет знаний и опыта для совладения со стрессом и ещё не развиты в достаточной мере механизмы психологической защиты. Известно, что наибольшую опасность представляет не столько сильный, сколько продолжительный, хронический стресс. С этим связана опасность хронического школьного стресса для обучающихся, значение ее своевременной профилактики и эффективной коррекции последствий. Школьный стресс может породить у детей дезадаптационные состояния, выражающиеся в пассивности, неуверенности в себе, чувстве собственной неадекватности.

## ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

Анализ и коррекция эмоционального стресса у подрастающего поколения

## ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ



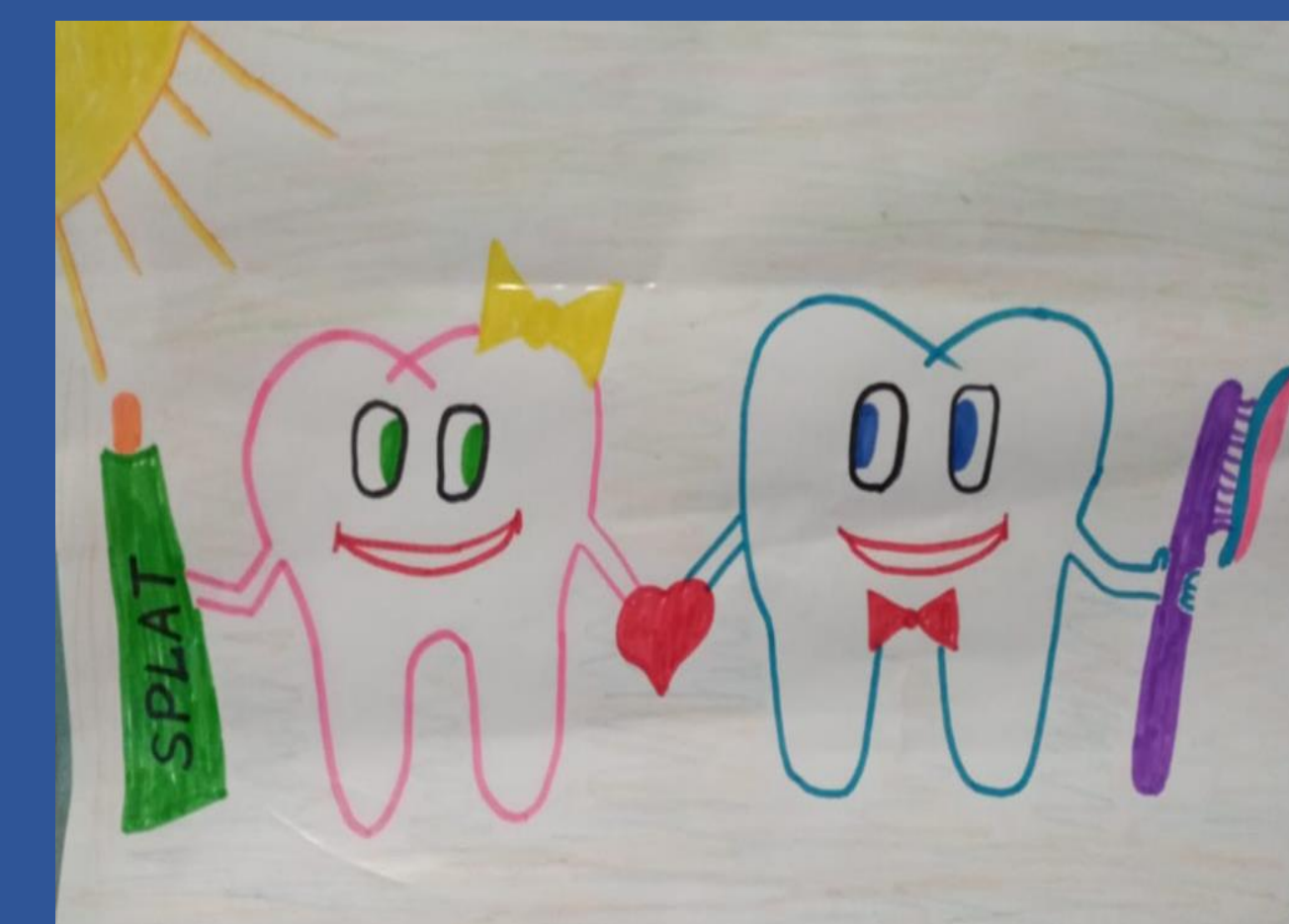
Диагностика



Психокоррекция



Развитие и удовольствие



## ДИЗАЙН ИССЛЕДОВАНИЯ



## МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

- Обзор научной литературы
- Анкетирование
- Анализ психотерапевтических публикаций
- Интерпритация результатов



## Заклучение

В заключении хотелось бы сказать ,что, учитывая важность этой проблемы, и опасность ее последствий, владение методами профилактики и снижения школьной тревожности должно быть одним из требований к подготовке будущих кадров образования. Арт терапия представляет собой эффективный метод снижения стресса и тревоги у пациентов стоматологических клиник. Она помогает улучшить коммуникацию между стоматологом и пациентом, а также создать более приятную атмосферу во время лечения. Использование арт терапии в стоматологии может значительно улучшить качество обслуживания и удовлетворение пациентов. Развитие данного направления в стоматологии может привести к снижению стресса у пациентов и повышению успеха лечебных манипуляций. Осознание своих эмоций, совладение с ними часто становится проблемой для многих. Арт-терапия позволяет использовать творчество для осознания, проживания и выражения своих эмоций и чувств.