

УДК 004.514

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ КОЛИЧЕСТВА ИНСТРУМЕНТОВ ДЛЯ РИСОВАНИЯ В ПРИЛОЖЕНИИ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ АРТ-ТЕРАПИИ

Добрякова Е. А. (ИТМО)

Научный руководитель – кандидат психологических наук Джумагулова А. Ф.
(ИТМО)

Введение. На данный момент значительное внимание уделяется поддержке психологического здоровья людей. Арт-терапия - это эффективный метод психологической помощи. С развитием цифровых технологий возникает потребность в адаптации приложений для терапевтических задач. Мобильное приложение для рисования в контексте арт-терапии должно быть ориентировано на специфические потребности пользователей. Это требует формирования новых принципов проектирования интерфейсов для приложений.

Основная часть. Для выявления ключевых аспектов интерфейсов арт-терапевтических приложений были проведены интервью с практикующими арт-терапевтами. Интервью включало вопросы о взглядах терапевтов на ключевые аспекты дизайна и на функционал приложений для арт-терапии. Были выделены наиболее важные аспекты: интуитивно понятный интерфейс, адаптивность приложения под различные устройства, возможность персонализации цветовой гаммы интерфейса и расположения инструментов с учетом ведущей руки пользователя. Также одним из ключевых требований к интерфейсам приложений было выделено ограниченное и структурированное количество инструментов, настраиваемое терапевтом лично для каждого пользователя. Данный аспект о влиянии количества кистей на удовлетворенность пользователей и их психологическое состояние было решено проверить. В пилотном эксперименте приняли участие 24 респондента (2 независимые группы по 12 человек). Участники выполняли одинаковое задание из арт-терапии в мобильном приложении с различным количеством кистей: первая группа - с 387 кистями, вторая - с 9, подобранными для конкретного задания. По результатам пилотного эксперимента были скорректированы гипотезы и уточнена методология основного исследования. Основное исследование проводилось с участием 60 респондентов (2 группы по 30 человек). Возраст участников от 18 до 45 лет, по возрасту и опыту в рисовании группы были сформированы равномерно, также в каждой группе было равное количество мужчин и женщин. Обе группы выполняли задание в одном приложении, но первая группа использовала версию приложения с ограниченным подобранным количеством кистей, вторая - с полным доступным набором. До и после выполнения задания измерялось самочувствие участников (опросник САН), а также фиксировалась удовлетворенность количеством представленных инструментов. Была выявлена более высокая удовлетворенность пользователей ограниченным набором кистей (p -value = 0,0115%). Также установлено, что группа с ограниченным количеством инструментов демонстрировала более выраженное улучшение самочувствия (p -value = 0,0703%). Анализ корреляции показал, что удовлетворенность количеством кистей положительно связана с изменением психологического состояния.

Выводы. Результаты исследования подтверждают, что ограниченное количество кистей, структурированное терапевтом в соответствии с заданием из арт-терапии, повышает удовлетворенность пользователей и способствует более выраженному улучшению самочувствия. Выявленные принципы могут быть использованы при разработке интерфейсов цифровых решений для арт-терапии.

Список использованных источников:

1. Anna Zubala, Nicola Kennell, Simon Hackett - Art Therapy in the Digital World: An Integrative Review of Current Practice and Future Directions. - 2021. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.600070>

2. A. Sion, J. Czamanski-Cohen, O.C. Halbrecht-Shaked, G. Galili, J. Cwikel. Self-correction, digital art making and stress reduction - 2023. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2023.102060>
3. Y. Mochimaru and K. Demaine. Digital Art Therapy and Social Withdrawal in Japan. - Creative Arts Educ Ther - 2022. DOI: 10.15212/CAET/2022/8/16