

Развитие духовно-нравственных ценностей у подростков с использованием арт-технологий

DOI 10.25991/y6052-6128-7697-j

УДК: 37.013.42:615.851

Мурнаева Н. С.,

ГБ ПОУ «Ленинградский
областной колледж культуры
и искусства», преподаватель,
аспирант СПб АППО
им. К. Д. Ушинского,
Санкт-Петербург, Россия,
natalia.mur@mail.ru,

Шингаев С. М.

ГБУ ДПО СПб АППО
им. К. Д. Ушинского, доктор
психологических наук,
доцент, заведующий
кафедрой психологии;
sshingaev@mail.ru,
Санкт-Петербург, Россия.
<https://orcid.org/0000-0001-7546-7375>

Аннотация

В статье рассматривается проблема развития духовно-нравственных ценностей у подростков в контексте современных социальных и психологических вызовов. Обосновывается актуальность данного вопроса в связи с быстрыми социальными изменениями, размыванием традиционных ценностей, особенностями подросткового возраста и влиянием информационного пространства. Представлен теоретический обзор понятий «ценностные ориентации», «духовность» и «нравственность». Особое внимание уделено методу арт-педагогики как эффективному инструменту развития эмоционального интеллекта и формирования духовно-нравственных ценностей у подростков в групповом формате. Описаны цели, задачи и структура групповых занятий с арт-технологиями, а также приведены примеры практической работы с эмоциями гнева и тревоги. Показана связь между работой с эмоциональной сферой и формированием таких духовно-нравственных ценностей, как эмпатия, сострадание, совесть, ответственность, уважение и др. Подчеркивается важность использования арт-педагогики для создания безопасного пространства, развития коммуникативных навыков и формирования позитивного образа «Я» у подростков.

Ключевые слова: Духовно-нравственные ценности, подростки, арт-технологии, арт-педагогика, арт-терапия, групповая работа, эмоциональный интеллект, эмоции, регуляция эмоций, эмпатия, сострадание, профилактика девиантного поведения.

Natalia S. Murnaeva,

State Budgetary Professional
Educational Institutions Leningrad
Regional College of Culture and Art,
lecturer, postgraduate student
at the St. Petersburg Academy
of Postgraduate Pedagogical Education,
St. Petersburg, Russia,
natalia.mur@mail.ru

Sergey M. Shingaev,

State Budgetary Institution
of Additional Professional Education
"St. Petersburg Academy
of Postgraduate Pedagogical Education
named after K. D. Ushinsky", Doctor
of Psychological Sciences, Associate
Professor, Head of the Department
of Psychology; sshingaev@mail.ru ,
St. Petersburg, Russia.
<https://orcid.org/0000-0001-7546-7375>

Для цитирования: Мурнаева, Н. С., &
Шингаев, С. М. (2026). Развитие духовно-
нравственных ценностей у подростков
с использованием арт-технологий.
Психология человека и социальной среды,
(1), 104–122. doi:10.25991/y6052-6128-7697-j

Developing spiritual and moral values in adolescents using art technology

Abstract

This article examines the development of spiritual and moral values in adolescents in the context of contemporary social and psychological challenges. It substantiates the relevance of this issue in light of rapid social change, the erosion of traditional values, the characteristics of adolescence, and the influence of the information space. A theoretical overview of the concepts of "value orientations," "spirituality," and "morality" is presented. Particular attention is paid to art pedagogy as an effective tool for developing emotional intelligence and fostering spiritual and moral values in adolescents in a group format. The goals, objectives, and structure of group art technology sessions are described, along with examples of practical work with emotions such as anger and anxiety. The connection between working with the emotional sphere and the development of such spiritual and moral values as empathy, compassion, conscience, responsibility, respect, etc. is demonstrated. The importance of using art pedagogy to create a safe space, develop communication skills, and foster a positive self-image in adolescents is emphasized.

Keywords: Spiritual and moral values, adolescents, art technology, art pedagogy, art therapy, group work, emotional intelligence, emotions, emotion regulation, empathy, compassion, prevention of deviant behavior.

Проблема развития духовно-нравственных ценностей молодежи является одной из важнейших в современном обществе. Ценностные ориентации — это избирательное отношение человека к материальным и духовным ценностям, система его установок, убеждений, предпочтений, выраженная в сознании и поведении. Духовно-нравственные ценности — это ценности, лежащие в основе отношения человека к миру и самому себе, придающие смысл его деятельности и отражающие его идеалы. Они являются фундаментом личности, определяя её моральные принципы и жизненные ориентиры. Усваивая ценности среды и превращая их в ценностные ориентиры, мотивационные силы своего поведения, человек становится активным субъектом общественной деятельности (Мухаметова & Филипенко, 2015, с. 1407).

Духовность — свойство души, состоящее в преобладании духовных, нравственных и интеллектуальных интересов над материальными (Ожегов и Шведова). Духовность проявляется в стремлении человека строить свои отношения с окружающим миром на основе добра, истины, красоты, в гармонии с окружающим миром. Это внутренняя потребность в самопознании и самосовершенствовании. Нравственность — совокупность норм, правил поведения человека в обществе и природе, определяемые этими качествами (Кузнецов, 2000). Таким образом, это способность человека действовать, думать и чувствовать в соответствии со своим духовным началом, это способы и приёмы передачи вовне своего внутреннего духовного мира. Примеры духовно-нравственных ценностей: человеколюбие, справедливость, честь, совесть, воля, личное достоинство, вера в добро, сострадание, ответственность, долг, патриотизм, уважение к другим людям, любовь к Родине, стремление к знаниям и др.

Формирование духовно-нравственных ценностей происходит в течение всей жизни человека, однако наиболее благоприятным периодом в формировании ценностей является школьный возраст. Актуальность развития духовно-нравственных ценностей у подростков российского общества обусловлена рядом факторов, связанных с современными социальными, культурными и психологическими вызовами. Такие как:

1. **Социальные изменения в обществе и кризис идентичности современной личности.** В современном обществе наблюдаются стремительные изменения, связанные с глобализацией, развитием информационных технологий и сменой социальных парадигм. Быстрая трансформация общества приводит к дезориентации подростков, возникают сложности с формированием устойчивой системы ценностей и идентичности. Под влиянием массовой культуры и информационного потока происходит размывание традиционных духовно-нравственных ценностей, таких как уважение к старшим, семейные ценности,

патриотизм. Усиливающееся социальное расслоение общества может породить у подростков чувство несправедливости, отчуждения и агрессии. Развитие духовно-нравственных ценностей, таких как справедливость, милосердие и сострадание, помогает преодолеть эти негативные тенденции.

2. **Психологические особенности подросткового возраста.** Подростковый возраст является кризисным периодом развития, связанным с физиологическими и психологическими преобразованиями человека. В этом возрасте начинает формироваться устойчивый круг интересов, который выступает психологической основой ценностных ориентаций подростков. Одновременно усиливается интерес к проблемам мировоззрения, этики и морали, а также значительно возрастает склонность к рефлексии собственных эмоциональных переживаний и к анализу эмоциональных реакций и мотивов поведения окружающих людей. Выражая сознательные отношения ко всем явлениям действительности, подростки выстраивают собственную систему ценностей по отношению к другим людям, обществу и самому себе (Мухометова & Филипенко, 2015, с. 1409).

Подростковый возраст характеризуется повышенной эмоциональной лабильностью, склонностью к депрессиям, тревожности и суицидальному поведению. Развитие духовно-нравственных ценностей, таких как жизнестойкость, оптимизм и вера в добро, помогает подросткам справляться с этими эмоциональными вызовами, обрести внутренние ориентиры, сформировать систему убеждений и определить свое место в мире. В силу этих особенностей подростки более подвержены влиянию негативных социальных факторов и могут проявлять склонность к девиантному поведению (правонарушения, употребление психоактивных веществ, агрессия). Но активное развитие духовно-нравственных ценностей, таких как ответственность, самоконтроль и уважение к закону, способствует профилактике девиантного поведения.

3. **Влияние информационного пространства.** Интернет и СМИ предоставляют подросткам неограниченный доступ к информации, в том числе к контенту, пропагандирующему насилие, жестокость, деструктивные идеологии и асоциальное поведение. Развитие критического мышления и духовно-нравственных ценностей помогает подросткам противостоять этому негативному влиянию.

Активное использование социальных сетей и виртуального общения может приводить к дефициту реального общения, социальной изоляции и снижению уровня эмпатии. Развитие духовно-нравственных ценностей, таких как сострадание, милосердие и уважение к человеческому достоинству, помогает преодолеть эти негативные последствия виртуализации.

4. **Задачи государства и общества.** Согласно Указу Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» говорится о необходимости рассматривать «традиционные ценности как основу российского общества, позволяющую защищать и укреплять суверенитет России, обеспечивать единство нашей многонациональной и многоконфессиональной страны, осуществлять сбережение народа России и развитие человеческого потенциала» (*Указ Президента РФ, 2022*).

Развитие духовно-нравственных ценностей является важным условием формирования гражданской идентичности и патриотизма у подрастающего поколения. Укрепление нравственных основ общества способствует снижению уровня социальной напряженности, преступности и других негативных явлений.

Выделим ведущие проблемы современных подростков:

- **Низкий эмоциональный интеллект:** подростки испытывают сложности с корректным распознаванием эмоций, плохо понимают собственные и чужие чувства, эмоции, мотивы. Это приводит к трудностям в общении, конфликтам и социальной дезадаптации.
- **Сложности в коммуникации:** трудности в установлении и поддержании контактов со сверстниками и взрослыми, чувствуют себя одиноко, испытывают дефицит общения. Многим подросткам легче общаться в интернете, прячась за «аватарами», что усугубляет проблему реального общения (*Некоз & Игнатович, 2022; Kardefelt-Winther, 2017*).
- **Повышенная тревога** (из-за учебы, предстоящих экзаменов, социального давления), панические атаки. Неуверенность в себе и в будущем порождает постоянное чувство тревоги и страха у подростков.
- **Неумение справляться со стрессом** (*Регуш, Алексеева, Веретина, Орлова & Пежемская, 2022*).
- **Отсутствие навыков совладания со стрессовыми ситуациями** приводит к эмоциональному выгоранию, депрессиям и психосоматическим расстройствам.
- **Склонность к депрессиям и самоповреждающему поведению** как способу справиться с эмоциональной болью.
- **Расстройство пищевого поведения**, часто являющееся следствием эмоциональных проблем и низкой самооценки (*Третьякова & Церковникова, 2021*).
- **Дефицит смысложизненных ориентаций**, отсутствие четких целей и идеалов, что приводит к апатии, безразличию и поиску сомнительных развлечений.
- **Подверженность деструктивному влиянию социальных сетей и СМИ**, пропагандирующих культ жестокости и потребления (*Некоз & Игнатович, 2022; Федонкина, 2025*).

Использование возможностей искусства и творческой деятельности играет ключевую роль в сохранении психического и физического благополучия детей и подростков, а также в их успешной социализации и адаптации к окружающему миру.

Здоровьесберегающий и адаптационный потенциал искусства и творчества лежит в основе современных инновационных подходов в медицине, образовании, социальной работе, деятельности учреждений культуры и некоммерческих организаций. Эти возможности активно проявляются и в самостоятельной творческой активности детей и подростков, и в их участии в жизни местных сообществ (Копытин, 2021).

Далее рассмотрим, как групповые занятия с использованием арт-технологий способствуют развитию духовно-нравственных ценностей у подростков и помогают им справляться с их актуальными жизненными трудностями.

Арт-терапия — это метод психокоррекции, основанный на развитии и изменении сознательных и бессознательных сторон психики личности посредством творческого процесса и основной целью которого является гармонизация внутреннего состояния клиента, т.е. восстановление способности человека находить оптимальное, способствующее активному продолжению жизни состояние равновесия (Киселева, 2018, с. 17). Арт-терапия считается одним из наиболее мягких и эффективных методов, используемых в работе психологами и психотерапевтами с подростками и взрослыми (Киселева, 2014; Киселева & Кулганов, 2014).

В основе арт-терапии лежат арт-технологии (изотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, танцедвигательная терапия, драматерапия и др.), которые с большим успехом применяются в системе образования для развития личности, эмоционально-волевой сферы, творческих способностей и воспитания обучающихся (Медведева, 2025).

Согласно определению Барышева Т. А. «арт-технологии — система действий, операций, методов, содержанием которых является язык и закономерности искусства, направленные на развитие личности и дающие возможность контактировать с глубинными аспектами духовной жизни, с внутренней реальностью» (Барышева, 2014). Психология творчества подчёркивает роль художественной деятельности как средства развития творческого мышления, эмпатии, восприятия и взаимодействия искусств в педагогическом процессе. Арт-технологии способствуют формированию художественного интеллекта, креативности и эмоционального благополучия, что особенно важно в воспитании и образовании, где творчество выступает не только как цель, но и как инструмент гармоничного развития личности. Автор обосновывает, что творческая активность через искусство помогает преодолевать барьеры в обучении, развивать мотивацию и способствовать личностному росту в условиях

современного образования (*Барышева, 2022*).

В образовательном контексте эти технологии приобретают преимущественно педагогическую направленность, способствуя не только коррекции, но и профилактике, гармоничному развитию и социализации детей и подростков. В этом случае принято говорить о педагогически-ориентированных арт-технологиях или арт-педагогике — самостоятельной отрасли педагогической науки, изучающей закономерности воспитания, обучения и развития человека средствами искусства (*Донская, 2013*).

Арт-педагогика интегрирует принципы педагогики, психологии и различных видов художественного творчества, позволяя решать задачи эстетического, нравственного, познавательного и личностного развития в условиях как общего, так и специального (в т.ч. инклюзивного) образования (*Медведева, Левченко, Комиссарова & Добровольская, 2001*).

Применение арт-терапевтических технологий способствует выходу внутреннего конфликта, вытесненных переживаний, освобождению от страхов, комплексов и зажимов. С помощью арт-педагогики можно помочь подростку выразить агрессию, негативные чувства и эмоции социально-приемлемым способом. Нарисовать подростку бывает легче, чем говорить словами. Когда есть результат творчества в виде рисунка, сказки, истории, фигурки и др., то беседа с подростком строится более продуктивно и открыто. В групповой работе элементы совпадения в художественном творчестве могут ускорить развитие эмпатии и положительных чувств в группе.

Остановимся более подробно на групповых способах работы с подростками с помощью арт-технологий. Предполагается работа в небольших группах от 4 до 7 человек. Возраст подростков 15–17 лет. Встречи проводятся 1 раз в неделю в течение нескольких месяцев. Длительность одной встречи 2 часа. Апробация программы проходила на базе частного психологического центра в Санкт-Петербурге (в условиях конфиденциальности и добровольного участия подростков и их родителей/законных представителей). Группы формировались из подростков, обратившихся за помощью в связи с эмоциональными трудностями, повышенной тревожностью, вспышками гнева, проблемами в общении со сверстниками и семьёй.

Перед началом цикла занятий проводилось входное (диагностическое) обследование для оценки исходного уровня эмоционального состояния, тревожности, агрессивности/гнева и общего психологического благополучия. Использовались стандартизированные методики, адаптированные для подросткового возраста:

- Шкала тревожности Спилбергера-Ханина (в подростковой версии);
- Опросник Басса-Дарки (для оценки уровня агрессии и гнева) (*Басс & Дарки, 1957*).

Входное обследование выявило у большинства участников (более 80% группы) следующие особенности:

- Повышенный уровень ситуативной и личностной тревожности;
- Выраженные проявления гнева как доминирующей реакции на стресс (высокие показатели по субшкалам «раздражительность», «физическая агрессия» и «вербальная агрессия» в опроснике Басса-Дарки).

Далее основная работа на занятиях велась с эмоциями гнева и тревоги — как наиболее часто встречающимися и взаимосвязанными проблемами в данной возрастной группе. Арт-технологии позволяли безопасно выводить эти эмоции на уровень осознания и творческого выражения, минимизируя вербальное сопротивление (типичное для подростков 15–17 лет).

Цель: улучшение психоэмоционального состояния подростка, развитие коммуникативных навыков в процессе взаимодействия в группе, формирование и развитие духовно-нравственных ценностей.

Задачи:

- Обеспечение безопасного и поддерживающего пространства для самовыражения.
- Развитие эмоционального интеллекта и навыков регуляции эмоций.
- Формирование позитивного образа «Я» и повышение самооценки.
- Развитие коммуникативных и социальных навыков.
- Формирование и укрепление духовно-нравственных ценностей.

Структура занятия:

1. Вхождение в арт-терапевтическое пространство. Разминка, небольшая игра, создание атмосферы доверия и безопасности.
2. Рисунок по заданной теме (темы должны быть направлены на исследование эмоционального состояния подростка, например: «Рисунки-линии чувств-состояний» и на выражение различных аспектов духовно-нравственных ценностей, например: «Мои ценности», «Мои отношения с миром», «Мои мечты и идеалы»).
3. Обсуждение рисунка участником. Важно создать атмосферу принятия и безоценочного суждения.
4. Обратная связь от группы. Участники делятся своими впечатлениями и чувствами, возникшими при просмотре рисунка.
5. Подведение итогов. Рефлексия, обобщение опыта, закрепление полученных знаний и навыков.

Работа с эмоциями подростков тесно связана с развитием их духовно-нравственных ценностей.

Эмоции играют важную роль в формировании моральных принципов, поведения и отношений с окружающим миром. Поэтому первый месяц в группе рекомендуется посвятить знакомству и работе с эмоциями.

Первоначально предлагается упражнение «Рисунки-линии чувств-состояний» (Киселева М. В.). На основании этих рисунков подростки делятся своими чувствами и эмоциями, описывают силу и частоту их проявления.



Рис. 1. Упражнение «Рисунки-линии чувств — состояний». Пример.

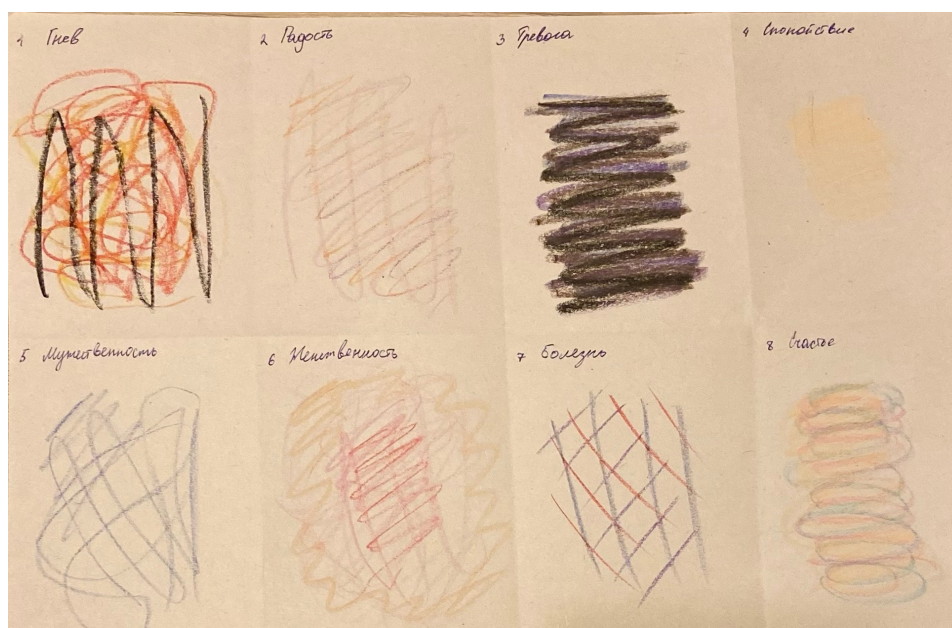


Рис. 2. Упражнение «Рисунки-линии чувств — состояний». Пример.

Инструкция к упражнению «Рисунки-линии чувств — состояний»:

1. Разделите лист писчей бумаги формата А4 на восемь равных прямоугольников.
2. Пронумеруйте каждый прямоугольник цифрами от 1 до 8, помещая номер в нижнем углу каждого прямоугольника.
3. Около цифры напишите слова, которые обозначают состояния, чувства или какие-либо качества человека: 1) Гнев; 2) Радость; 3) Тревога; 4) Спокойствие; 5) Мужественность; 6) Женственность; 7) Болезнь; 8) _____ (Последнее на ваш выбор).
4. Возьмите в ведущую руку простой карандаш (2М или 2В). Начинать рисовать вы можете с любого прямоугольника. Прочтите одно слово, например, радость, вспомните событие, которое вызвало у вас это чувство, наполнитесь этим чувством и затем разрешите этому чувству выйти наружу в виде линии на лист бумаги. Таким образом работайте со всеми понятиями.
5. Затем разрежьте лист на прямоугольники, их должно получиться 8 штук.
6. Теперь для каждого понятия подберите свой цвет и создайте рамочку. Таким образом каждое понятие — состояние будет отражено в виде линии и цвета.
7. Обсуждение результата упражнения (Киселева, 2018, с. 50).
8. Для примера рассмотрим несколько выполненных рисунков-линии чувств — состояний участников группы (рис. 1 и рис. 2).

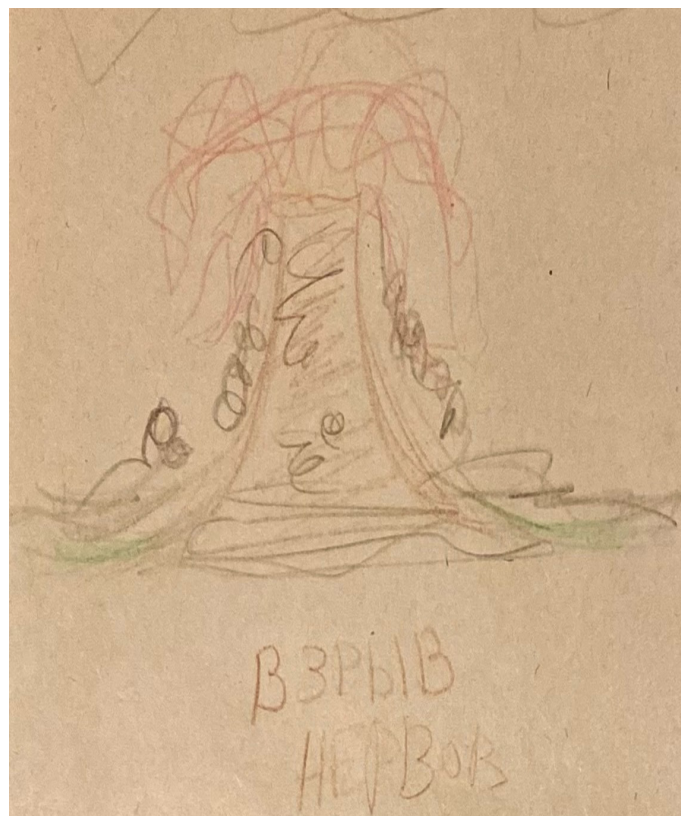


Рис. 3.

Из серии рисунков

«Извержение вулкана»

Анализ линий и нажима на рисунках позволил выявить преобладание эмоций тревоги и состояния, ассоциируемого с болезнью, на рисунке 1; на рисунке 2 доминируют эмоции гнева и тревоги. На основании этого можно заключить, что данные эмоциональные состояния являются актуальными



Рис. 4. Из серии рисунков
«Извержение вулкана»
(домашний вариант)

для исследуемых подростков и требуют первоочередного внимания и коррекции.

Далее несколько отдельных занятий были посвящены каждой базовой эмоции (состоянию), а именно гневу, тревоге, агрессии, страху, радости, грусти.

Подросткам предлагалось изобразить эмоцию гнева в виде природного явления.

Анализ линий и нажима на рисунках позволил выявить преобладание эмоций тревоги и состояния, ассоциируемого с болезнью, на рисунке 1; на рисунке 2 доминируют эмоции гнева и тревоги. На основании этого можно заключить, что данные эмоциональные состояния являются актуальными для исследуемых подростков и требуют первоочередного внимания и коррекции.

Далее несколько отдельных занятий были посвящены каждой базовой эмоции (состоянию), а именно гневу, тревоге, агрессии, страху, радости, грусти.

Подросткам предлагалось изобразить эмоцию гнева в виде природного явления.

Предложенный инвентарь — бумага А4 и цветные карандаши.

В качестве примера работы с гневом рассмотрим рисунок 3, представляющий собой метафорическое изображение вулкана гнева, названного участником «взрыв нервов». Изначально эта эмоция, направленная на близкого человека, была подавлена. В процессе арт-терапевтической работы, включавшей признание гнева, вербализацию и фиксацию переживаний на бумаге, подросток почувствовал облегчение.

Дома подросток продолжил работу, создав серию рисунков «Извержение вулкана». Если на первом рисунке (рис. 3) нажим линий был слабым и неярым, то на следующем рисунке (рис. 4) линии стали более яркими, с сильным нажимом.

Это позволяет предположить, что подросток выразил накопленные эмоции гнева в социально приемлемой форме посредством рисования и арт-терапии.

Следующий пример иллюстрирует работу с тревогой. Согласно отзывам участников группы, они часто испытывают тревогу, связанную с обучением и предстоящими Основным государственным экзаменом (ОГЭ) и Единым государственным экзаменом (ЕГЭ).

На рисунках 5–8 представлены результаты работы одного из участников с тревогой. Подростку было предложено изобразить на листе бумаги свое текущее тревожное состояние, а затем — эмоции, которые он испытывал в течение последней недели. В качестве материалов были предоставлены бумага формата А4 и цветные карандаши. На рисунке 5 зафиксировано первоначальное состояние участника. Видно, что тревога занимает центральное место на листе и интенсивно заштрихована. На рисунке 6 участнику было предложено изобразить желаемое расположение эмоций. На рисунке 7 участнику было предложено изобразить, что поможет осуществить переход от исходного состояния (рисунк 5) к желаемому (рисунк 6).

Участник определил внутренние ресурсы, способствующие переходу от тревоги к спокойствию.

Далее, расположив три рисунка в ряд, участник визуализировал «мостик» между исходным и желаемым состояниями (рисунк 8).

Спустя несколько занятий участник поделился своими наблюдениями: уровень тревоги, связанной с учебой, снизился; подросток разработал план подготовки к экзаменам и стал опираться не на тревогу, а на свои сильные стороны — рациональность и гибкость мышления:

«Раньше перед каждой темой или контрольной у меня сразу начиналась паника: «Всё, я ничего не пойму, завалю». А сейчас тревога как будто уменьшилась раза в два. Я сижу и думаю: «Да, это сложно, но я уже разобрал похожие задачи раньше — справлюсь».

«Я даже план подготовки себе написала — не просто учить всё подряд, а разбила по дням, что именно повторю, где слабые места, и добавила перерывы. Раньше тревога заставляла зубрить до ночи, а теперь опираюсь на то, что у меня хорошо получается: я быстро схватываю логику, могу гибко перестраиваться, если что-то не идёт. Это реально помогает, не так страшно».

«На прошлой неделе была контрольная по математике — волновалась, конечно, но не как раньше. Сдала нормально. Поняла, что тревога — не помощник, а шум в голове. Когда её меньше, мозг лучше работает».

«Раньше злилась, периодически кричала на родителей, замыкалась в себе. Когда нарисовала свой гнев в виде вулкана, стало легче. Теперь, когда злюсь, стараюсь рисовать свой гнев, меня это успокаивает. С родителями и друзьями стало общаться проще».

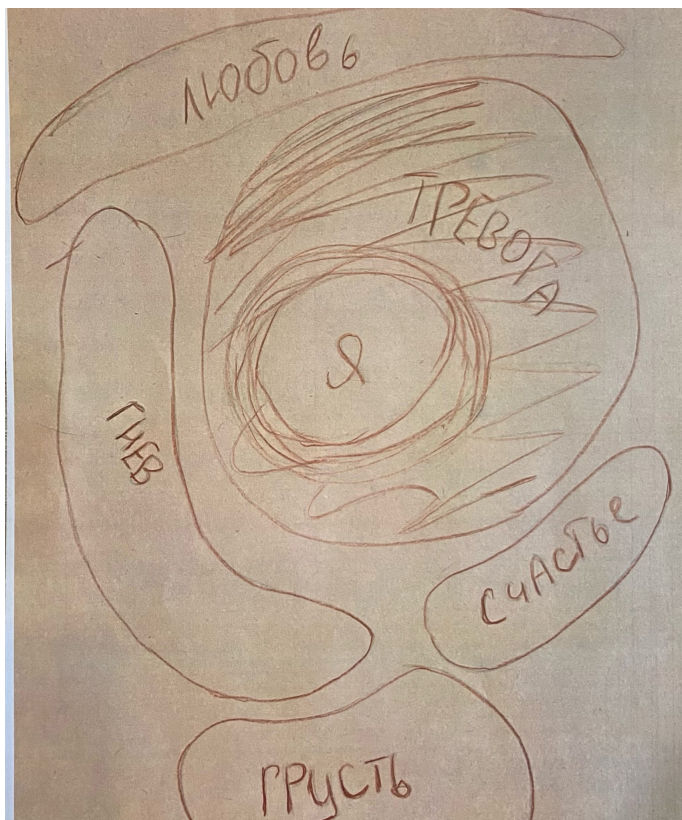


Рис. 5. Работа с тревогой. Пример.

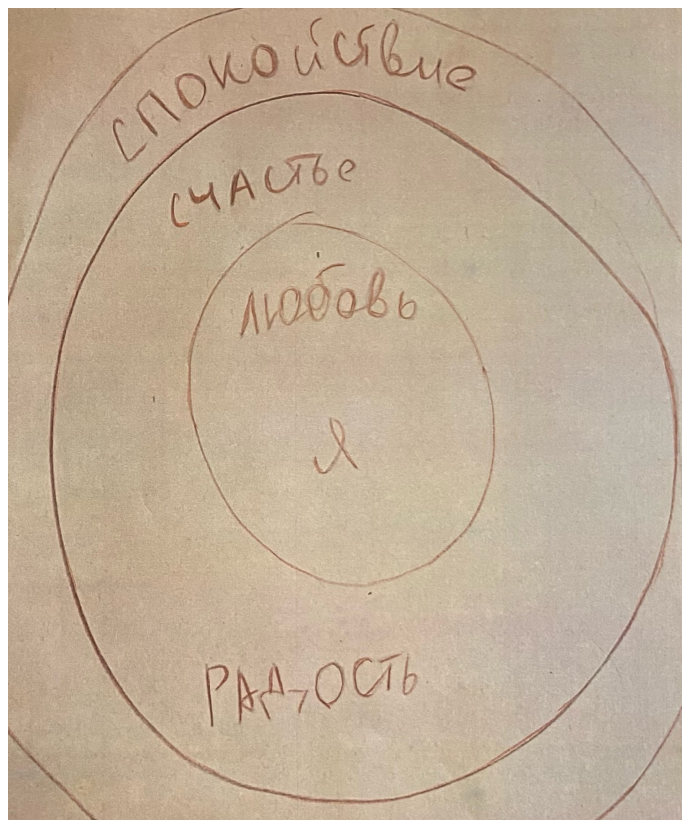


Рис. 6. Работа с тревогой. Пример.

Приведенные примеры демонстрируют важность не только идентификации эмоций, но и исследования их причин, проявлений и способов регуляции.

На занятиях обсуждаются экологичные способы выражения эмоций, не причиняющие вреда себе и окружающим. Благодаря групповой работе подростки осознают наличие схожих проблем и задач, что способствует формированию чувства общности и взаимной поддержки. В процессе взаимодействия они развивают такие качества, как терпение, внимание и принятие, что в свою очередь, ведет к развитию духовно-нравственных ценностей. Ведь работа с эмоциями подростков тесно связана с развитием их духовно-нравственных ценностей.

Эта связь проявляется:

1. **В понимании собственных эмоций.** Прежде чем понимать чувства других, подросток должен научиться распознавать и осознавать свои собственные эмоции. Работа с эмоциями помогает развить эмоциональный интеллект, что является фундаментом для эмпатии. Соответственно происходит развитие нравственных ценностей как сопереживание и сострадание.
2. **В формировании моральных суждений.** Наши моральные суждения часто основаны на эмоциональных реакциях. Например, чувство отвращения

к жестокости или чувство вины после совершения неправильного поступка. Работа с эмоциями помогает подросткам осознать эти эмоциональные реакции и понять, как они влияют на их моральный выбор. Благодаря работе с эмоциями развиваются такие моральные ценности как совесть.

3. **В адекватном поведении в обществе.** Неумение справляться с негативными эмоциями, такими как гнев, страх или обида, может привести к деструктивному поведению. Работа с эмоциями помогает подросткам научиться регулировать свои эмоциональные состояния и выбирать социально приемлемые способы выражения чувств. Позитивные эмоции, такие как радость от помощи другим или чувство удовлетворения от совершения доброго поступка, могут стать мощным стимулом для нравственного поведения.
4. **В развитии ценностных ориентаций.** Ценности приобретают для человека эмоциональную значимость. Например, ценность дружбы связана с такими эмоциями, как любовь, доверие и привязанность. Работа с эмоциями в группе помогает подросткам сплотиться, поддерживать друг друга.

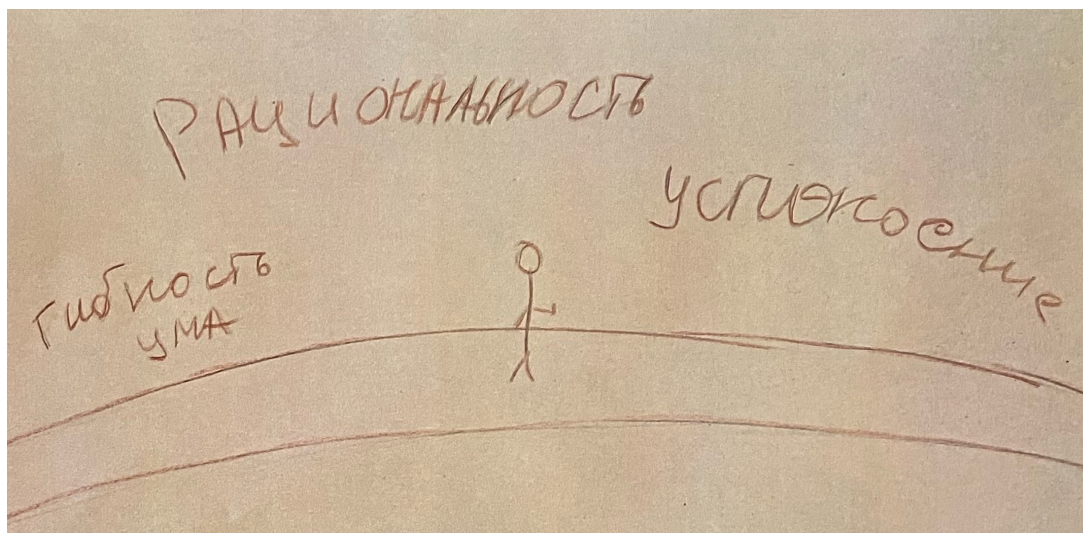


Рис. 7.

Работа с тревогой.
Пример.

Переживая различные эмоции в группе и наблюдая за эмоциями других участников, подросток формирует представления о том, что для него важно и ценно. В результате практической работы в группе можно наблюдать влияние арт-технологий на эмоциональную сферу и духовно-нравственное развитие подростков. Согласно проведенным опросам по методикам Спилбергера-Ханина на тревожность (в подростковой версии) (Спилбергер) и опросника Басса-Дарки (для оценки уровня агрессии и гнева) (Басс и Дарки, 1957) после занятий ситуативная тревожность и уровень агрессивности снизились. Через рисунок, написание сказки, рассказа

или другие виды творчества подросток может выразить сложные и противоречивые эмоции, которые трудно выразить словами.

Применение арт-технологий помогает пережить катарсис. Творческий процесс может привести к эмоциональному освобождению, катарсису, что способствует снятию внутреннего напряжения и улучшению эмоционального состояния.

У подростков в группе наблюдался катарсис — это был один из ключевых механизмов изменений в эмоциональном состоянии. Были прямые высказывания участников после занятий (особенно после техник «Нарисуй свой гнев/тревогу», «Трансформация эмоции»):

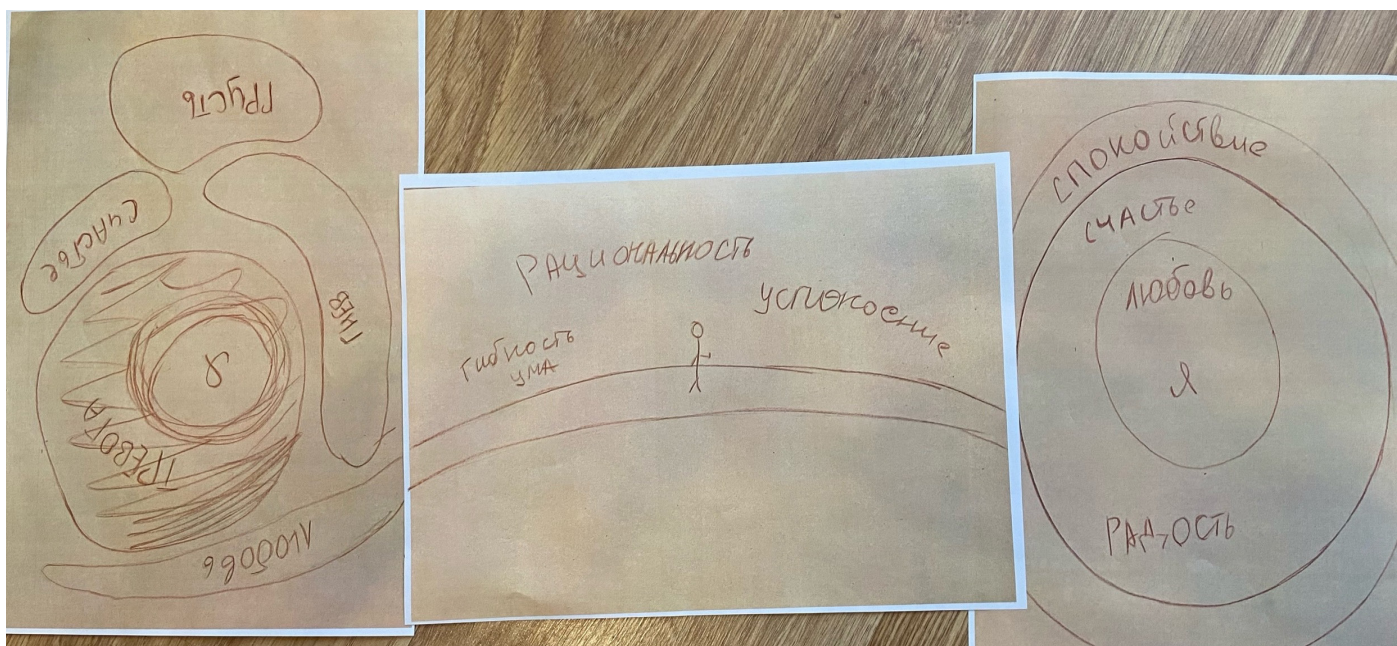


Рис. 8. Работа с тревогой. Пример.

«Когда я разорвала рисунок с гневом — как будто внутри что-то отпустило, стало легче дышать, злость ушла», «После того, как нарисовала тревогу как тёмный комок и потом добавила свет и цвета — почувствовала облегчение, будто сбросила тяжесть с плеч», «Когда я нарисовала вулкан гнева, который извергался и разбрасывал камни вокруг, мне стало легче».

Такие моменты часто сопровождались слезами (не обязательно сильными), вздохами облегчения, расслаблением тела или внезапным смехом, что является классическим признаком катарсиса. Обсуждение творческих работ в группе способствует развитию эмпатии и пониманию чужих чувств.

В результате работы в группе у подростка формируется позитивный образ «Я». Творческая деятельность способствует повышению самооценки и уверенности в себе, что является важным условием для развития нравственной устойчивости.

Подросток, научившийся распознавать и контролировать свой гнев, с большей вероятностью будет вести себя уважительно по отношению к другим людям. Подросток, развивший эмпатию, с большей вероятностью будет помогать нуждающимся и проявлять милосердие. Подросток, осознавший эмоциональную значимость таких ценностей, как дружба и любовь, будет стремиться к построению гармоничных отношений с окружающими.

Таким образом, работа с эмоциями является неотъемлемой частью процесса развития духовно-нравственных ценностей у подростков. Развитие эмоционального интеллекта, регуляция эмоций и осознание их влияния на поведение и моральные суждения способствуют формированию гармоничной, нравственной и социально ответственной личности.

Проведенный анализ теоретических и практических аспектов применения арт-терапии в групповой работе с подростками позволяет сделать следующие выводы.

- Развитие духовно-нравственных ценностей у подростков является актуальной и социально значимой задачей в современном обществе.
- Быстрые социальные изменения, особенности подросткового возраста и влияние информационного пространства создают условия для деформации ценностных ориентаций и эмоциональных проблем.
- Метод арт-терапии, особенно в групповом формате, является эффективным инструментом развития эмоционального интеллекта и формирования духовно-нравственных ценностей у подростков. Невербальный характер арт-терапии облегчает выражение сложных эмоций и переживаний, а групповая динамика создает поддерживающую среду для самопознания и развития социальных навыков.
- Работа с эмоциями играет ключевую роль в формировании духовно-нравственных ценностей.
- Развитие эмоционального интеллекта, умение регулировать эмоции и осознавать их влияние на поведение способствуют развитию эмпатии, сострадания, совести, ответственности и других важных нравственных качеств.
- Предложенная структура групповых занятий арт-терапией, включающая работу с эмоциями, обсуждение творческих работ и рефлексия, может быть использована в практике психологов, педагогов и социальных работников, работающих с подростками.

Перспективным направлением дальнейших исследований является изучение долгосрочного влияния арт-терапии на развитие духовно-нравственных ценностей у подростков, а также разработка и апробация новых арт-терапевтических техник и программ, направленных на решение конкретных проблем подросткового возраста.

Литература

Барышева, Т. А. 2014. Творчество: теория, диагностика, технологии. Словарь-справочник. СПб.: Изд-во ВВМ.

Барышева, Т. А. 2022. Психология творчества: учебник для вузов. Москва: Издательство Юрайт. <https://urait.ru/book/psihologiya-tvorchestva-449585>

Басс, А., и А. Дарки. 1957. Опросник агрессивности и враждебности [Электронный ресурс]. Адаптация А. А. Хвана, Ю. А. Зайцева, Ю. А. Кузнецовой. https://psylab.info/Опросник_уровня_агрессивности_Басса_-Дарки

Донская, Т. К. 2013. «Арт-педагогика в современной образовательной парадигме.» Наука — Искусство — Культура, Вып. 2: 144–151.

Киселева, М. В., и В. А. Кулганов. 2014. Арт-терапия в психологическом консультировании: учебное пособие. СПб.: Речь.

Киселева, М. В. 2014. Арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. СПб.: Речь.

Киселева, М. В. 2018. Загадка арт-терапии, или Пробуждение внутреннего ребенка. СПб.; М.: Речь.

Копытин, А. И. 2021. Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности. Сборник материалов V всероссийской научно-практической конференции. СПб.-г. Грязи (Липецкая область).

Кузнецов, С. А. 2000. Большой толковый словарь русского языка. Авторская редакция. <https://gramota.ru/biblioteka/slovari/bolshoj-tolkoviy-slovar>

Медведева, Е. А., И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, и Т. А. Добровольская. 2001. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: учебник для студентов средних и высших пед. учеб. заведений. М.: Изд. центр «Академия».

Медведева, Е. А. 2025. Артпедагогика и арттерапия в специальном и инклюзивном образовании: учебник для вузов. 2-е изд., испр. и доп. Москва: Издательство Юрайт.

Мухаметова, А. К., и Е. В. Филипенко. 2015. «Формирование духовно-нравственных ценностей современных подростков.» Экономика и социум, №1(14): 1407–1410.

Некоз, Я. О., и С. С. Игнатович. 2022. «Влияние социальных сетей на агрессивное поведение подростков.» Педагогика: история, перспективы, №2: 77–100. <https://doi.org/10.17748/2686-9969-2022-5-2-77-100>

Ожегов, С. И., и Н. Ю. Шведова. [Б. д.]. Толковый словарь русского языка [Электронный ресурс]. <https://gufo.me/dict/ozhegov>

Регуш, Л. А., Е. В. Алексеева, О. Р. Веретина, А. В. Орлова, и Ю. С. Пежемская. 2022. «Психологические проблемы подростков России периода цифровизации (2010–2020 гг.).» Известия Российского государственного педагогического университета имени А. И. Герцена, №203: 7–21. <https://psy.su/feed/10814/>

Спилбергер, Ч. Д. [Б. д.]. Шкала тревожности (State-Trait Anxiety Inventory, STAI): в подростковой версии [Электронный ресурс]. <https://psytests.org/anxiety/stai.html>

Третьякова, В. С., и Н. Г. Церковникова. 2021. «Цифровое поколение: потери и приобретения.» Профессиональное образование и рынок труда, №2: 53–65. <https://doi.org/10.52944/PORT.2021.45.2.004>

Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809. 2022. «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей.» Собрание законодательства Российской Федерации, №46, Ст. 7977. <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202211090019>

Федонкина, А. А. 2025. «Особенности психического развития детей и подростков в условиях цифровизации общества.» Психология и право 15, №3: 24–36. https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2025_n3/Fedonkina

Kardefelt-Winther, D. 2017. How Does the Time Children Spend Using Digital Technology Impact Their Mental Well-Being, Social Relationships and Physical Activity? An Evidence-Focused Literature Review. Innocenti Discussion Paper 2017-02. <https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/Children-digital-technology-wellbeing.pdf>

References

Barysheva, T. A. 2014. *Tvorchestvo: teoriya, diagnostika, tekhnologii. Slovar'-spravochnik* [Creativity: Theory, Diagnostics, Technologies. Dictionary-Reference]. St. Petersburg: Izd-vo VVM. (In Russ.)

Barysheva, T. A. 2022. *Psikhologiya tvorchestva: uchebnik dlya vuzov* [Psychology of Creativity: Textbook for Universities]. Moscow: Izd-vo Yurayt. <https://urait.ru/book/psihologiya-tvorchestva-449585> (In Russ.)

Bass, A., and A. Darki. 1957. *Oprosnik agressivnosti i vrazhdebnosti* [Aggression and Hostility Questionnaire] [Electronic resource]. Adapted by A. A. Khvan, Yu. A. Zaytseva, and Yu. A. Kuznetsova. https://psylab.info/Опросник_уровня_агрессивности_Басса_-Дарки (In Russ.)

Donskaya, T. K. 2013. *Art-Pedagogika v sovremennoy obrazovatel'noy paradigme* [Art Pedagogy in the Modern Educational Paradigm]. Nauka — Iskustvo — Kultura, no. 2: 144–151. (In Russ.)

Fedonkina, A. A. 2025. «Osobennosti psikhicheskogo razvitiya detey i podrostkov v usloviyakh tsifrovizatsii obshchestva [Features of Mental Development of Children and Adolescents in the Conditions of Societal Digitalization].» *Psikhologiya i pravo* 15, no. 3: 24–36. https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2025_n3/Fedonkina (In Russ.)

Kardefelt-Winther, D. 2017. How Does the Time Children Spend Using Digital Technology Impact Their Mental Well-Being, Social Relationships and Physical Activity? An Evidence-Focused Literature Review. Innocenti Discussion Paper 2017-02. <https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/Children-digital-technology-wellbeing.pdf>

Kiseleva, M. V., & V. A. Kulganov. 2014. *Art-terapiya v psikhologicheskom konsul'tirovanii: uchebnoe posobie* [Art Therapy in Psychological Counseling: Textbook]. St. Petersburg: Rech. (In Russ.)

Kiseleva, M. V. 2014. *Art-terapiya v rabote s det'mi: rukovodstvo dlya detskikh psikhologov, pedagogov, vrachey i spetsialistov, rabotayushchikh s det'mi* [Art Therapy with Children: Guide for Psychologists, Teachers, and

Specialists Working with Children]. St. Petersburg: Rech. (In Russ.)

Kiseleva, M. V. 2018. *Zagadka art-terapii, ili Probu-zhdenie vnutrennego rebenka* [The Mystery of Art Therapy, or Awakening the Inner Child]. St. Petersburg; Moscow: Rech. (In Russ.)

Kopytin, A. I. 2021. *Art-terapiya i art-pedagogika: novye vozmozhnosti dlya razvitiya i sotsializatsii lichnosti* [Art Therapy and Art Pedagogy: New Opportunities for Development and Socialization]. Collected Materials of the V All-Russian Scientific-Practical Conference. St. Petersburg–Gryazi (Lipetskaya oblast'). (In Russ.)

Kuznetsov, S. A. 2000. *Bol'shoy tolkovyy slovar' russkogo yazyka* [Big Explanatory Dictionary of the Russian Language]. <https://gramota.ru/biblioteka/slovari/bolshoj-tolkovyy-slovar> (In Russ.)

Medvedeva, E. A., I. Yu. Levchenko, L. N. Komisarova, and T. A. Dobrovol'skaya. 2001. *Artpedagogika i artterapiya v spetsial'nom obrazovanii: uchebnik dlya studentov srednikh i vysshikh ped. ucheb. zavedeniy* [Art Pedagogy and Art Therapy in Special Education: Textbook]. Moscow: Izd-centr "Akademiya." (In Russ.)

Medvedeva, E. A. 2025. *Artpedagogika i artterapiya v spetsial'nom i inkluzivnom obrazovanii: uchebnik dlya vuzov* [Art Pedagogy and Art Therapy in Special and Inclusive Education: Textbook]. 2nd ed., revised and expanded. Moscow: Izd-vo Yurayt. (In Russ.)

Muhametova, A. K., and E. V. Filipenko. 2015. *Formirovanie dukhovno-nravstvennykh tsennostey sovremennykh podrostkov* [Formation of Spiritual and Moral Values of Modern Adolescents]. *Ekonomika i sotsium*, no. 1(14): 1407–1410. (In Russ.)

Nekoz, Ya. O., and S. S. Ignatovich. 2022. *Vliyanie sotsial'nykh setey na agressivnoe povedenie podrostkov* [Influence of Social Networks on Aggressive Behavior of Adolescents]. *Pedagogika: istoriya, perspektivy*, no. 2: 77–100. <https://doi.org/10.17748/2686-9969-2022-5-2-77-100> (In Russ.)

Ozhegov, S. I., and N. Yu. Shvedova. [n.d.]. *Tolkovyy slovar' russkogo yazyka* [Explanatory Dictionary of the Russian Language] [Electronic resource]. <https://gufo.me/dict/ozhegov> (In Russ.)

Regush, L. A., E. V. Alekseeva, O. R. Veretina, A. V. Orlova, and Yu. S. Pezhemskaya. 2022. *Psikhologicheskie problemy podrostkov Rossii perioda tsifrovizatsii (2010–2020 gg.)* [Psychological Problems of Russian Adolescents During Digitalization (2010–2020)]. *Izvestiya Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena*, no. 203: 7–21. <https://psy.su/feed/10814/> (In Russ.)

Spielberger, Ch. D. [n.d.]. *Shkala trevozhnosti (State-Trait Anxiety Inventory, STAI): v podrostkovoy versii* [State-Trait Anxiety Inventory, STAI: Adolescent Version] [Electronic resource]. <https://psytests.org/anxiety/stai.html> (In Russ.)

Tret'yakova, V. S., and N. G. Tserkovnikova. 2021. *Tsifrovoe pokolenie: poteri i priobreteniya* [Digital Generation: Losses and Gains]. *Professional'noe obrazovanie i rynek truda*, no. 2: 53–65. <https://doi.org/10.52944/PORT.2021.45.2.004> (In Russ.)

Ukaz Prezidenta Rossiyskoy Federatsii ot 09.11.2022 № 809. 2022. «Ob utverzhdenii Osnov gosudarstvennoy politiki po sokhraneniyu i ukrepleniyu traditsionnykh rossiyskikh dukhovno-nravstvennykh tsennostey» [Decree of the President of the Russian Federation No. 809 on the Approval of the Fundamentals of State Policy

on Preservation and Strengthening of Traditional Russian Spiritual and Moral Values]. *Sobraniye zakonodatel'stva Rossiyskoy Federatsii*, no. 46, Stat'ya 7977. <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202211090019> (In Russ.)