

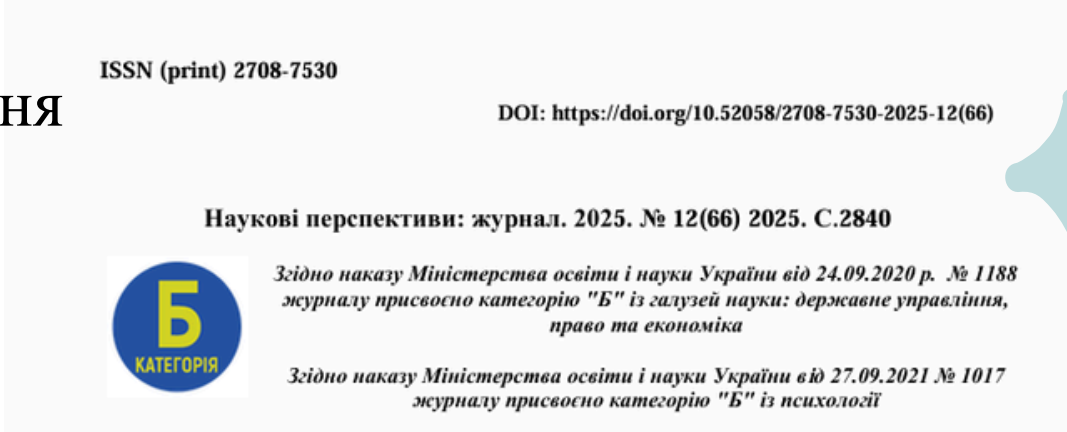


ПІСОЧНА ТЕРАПІЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ТА ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ



Роботу виконала:
ТАЛАНІНА Ірина Сергіївна,
Здобувачка бакалаврського рівня
вищої освіти, група П-11Б

Науковий керівник:
ЯЦЕНКО Тетяна Володимірівна,
завідувач кафедри практичної психології та реабілітаційних
технологій Комунального закладу вищої освіти “Гуманітарно-
технологічна академія” Полтавської обласної ради



Об'єкт дослідження

процес психоемоційної
регуляції молоді в контексті
психологічного благополуччя

Мета дослідження

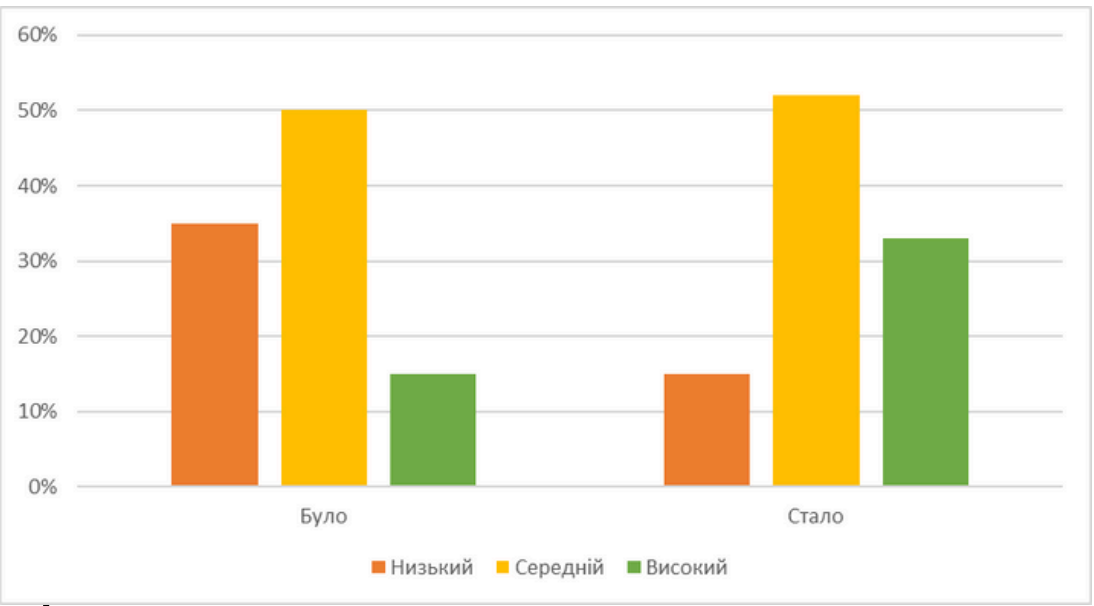
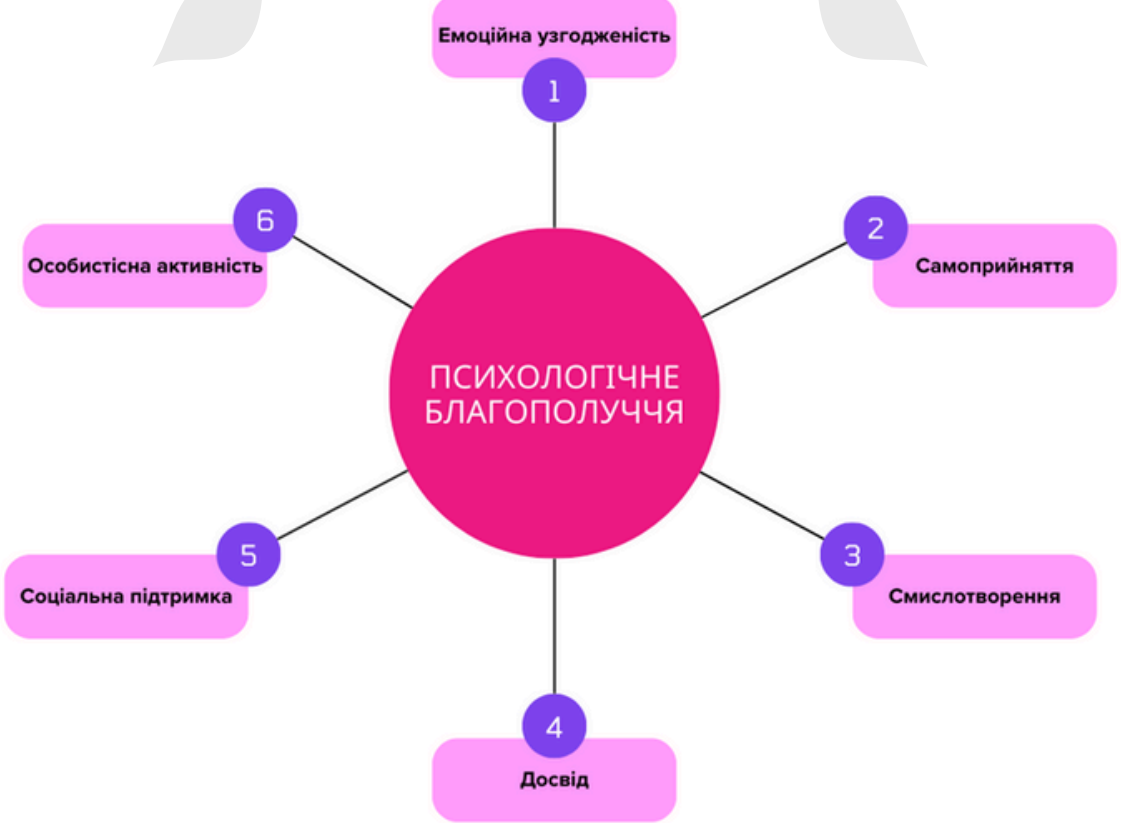
обґрунтувати та емпірично дослідити
ефективність традиційних та віртуальних
типів пісочної терапії як засобу
психоемоційної регуляції й відновлення
психологічного благополуччя особистості

Предмет дослідження

традиційні та віртуальні типи
пісочної терапії як інструмент
психоемоційної регуляції та
відновлення психологічного
благополуччя особистості

Завдання

- Здійснити теоретичний аналіз наукової психологічної літератури з проблеми психоемоційної регуляції та психологічного благополуччя.
- Розкрити сутність, принципи, види та психотерапевтичні можливості пісочної терапії.
- Дослідити особливості психологічного благополуччя молоді.
- Створити авторську модель психологічного благополуччя та визначити його критерії, рівні та показники.
- Провести емпіричне дослідження впливу традиційних та віртуальних типів пісочної терапії на рівень психологічного благополуччя учасників.
- Розробити практичні рекомендації щодо використання пісочної терапії як інструменту підтримки психоемоційної стабільності та благополуччя.



Методи

Теоретичні

Емпіричні

Статистичні

Висновки

1. Було проведено теоретичний аналіз проблеми психоемоційної регуляції та психологічного благополуччя, узагальнено підходи до пісочної терапії та розроблено авторську модель благополуччя з визначенням її критеріїв і рівнів.

2. Розкрито сутність і психотерапевтичні можливості пісочної терапії як ефективного інтегративного методу психокорекції з широким спектром застосування.

3. Встановлено, що у більшості молоді переважають середній і низький рівні психологічного благополуччя, з найбільшою вразливістю когнітивних і суб'єктивних компонентів та наявністю гендерних відмінностей.

4. Обґрунтовано авторську модель психологічного благополуччя як динамічного процесу та визначено критерії, рівні й показники його діагностики.

5. Емпірично доведено позитивний вплив традиційної та віртуальної пісочної терапії на підвищення психологічного благополуччя, з додатковими перевагами віртуального формату.

6. Розроблено практичні рекомендації щодо використання пісочної терапії для підтримки психоемоційної стабільності та благополуччя молоді.