

Особливості формування психологічного здоров'я молодих осіб з релігійним світоглядом

**Магістрант спеціальності 053
«Психологія»
Радиш Я.Ф.
науковий керівник
д. психол. н., проф. Матохнюк Л. О.**

2022

- **Об'єкт дослідження** – психологічне здоров'я молодих осіб з релігійним світоглядом
- **Предмет дослідження** – особливості формування психологічного здоров'я молодих осіб з релігійним світоглядом
- **Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному визначенні особливостей формування психологічного здоров'я молодих осіб з релігійним світоглядом

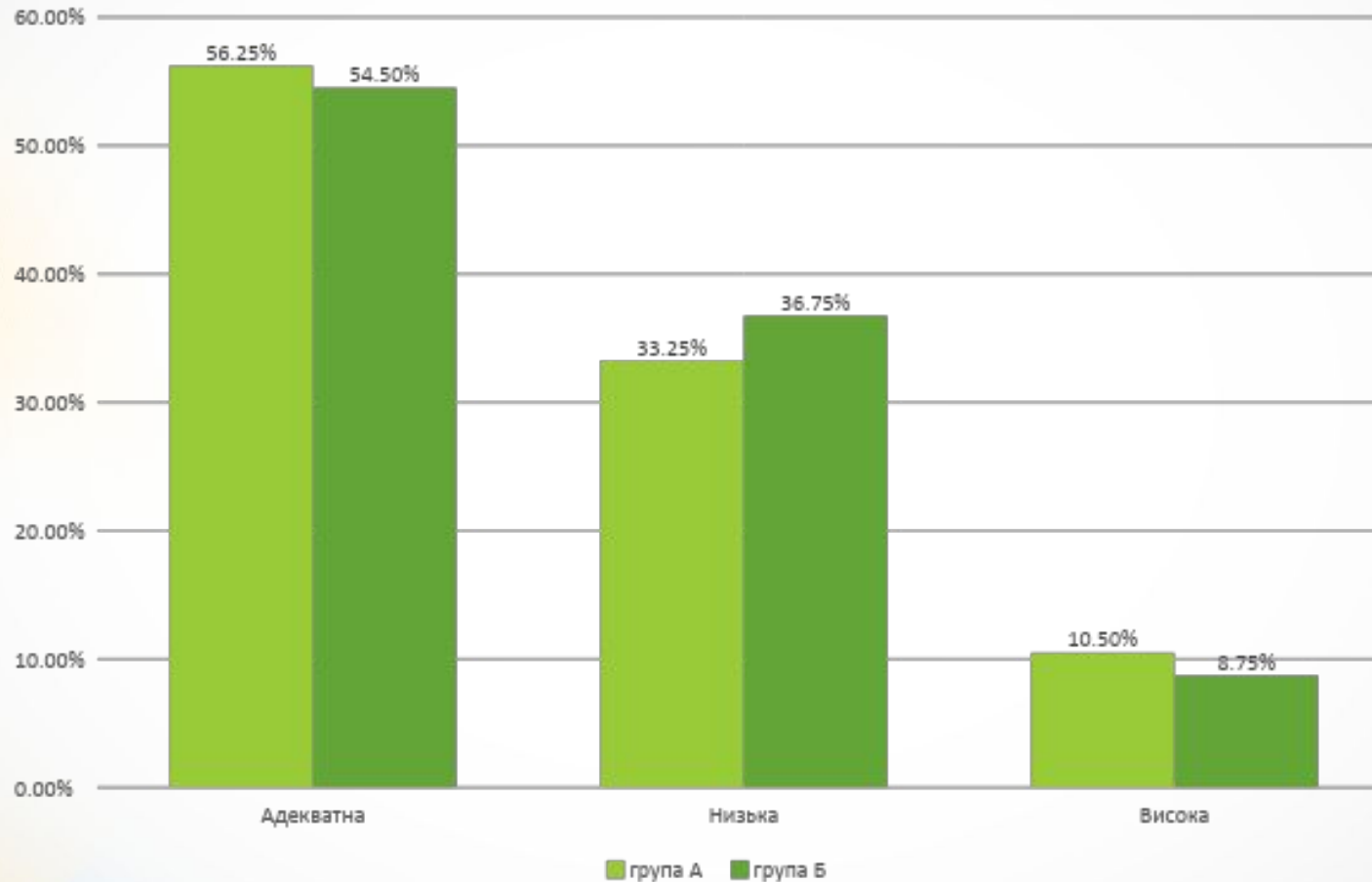
МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ:

- 1) теоретичний аналіз наукових джерел;
- 2) систематизація та узагальнення даних стосовно явища здійснення вибору, психологічних чинників, які його зумовлюють;
- 3) емпіричні - методики: методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда (СПА); методика визначення самоствавлення В. В. Століна; методика вимірювання самооцінки С. А. Будассі; методика визначення ставлення до життя у своїй сім'ї Т. Шрайбера; тест особистісної зрілості Ю. З. Гільбуха;
- 4) математично-статистичної обробки емпіричних даних - t-критерій Стьюдента - для незалежних та залежних вибірок.

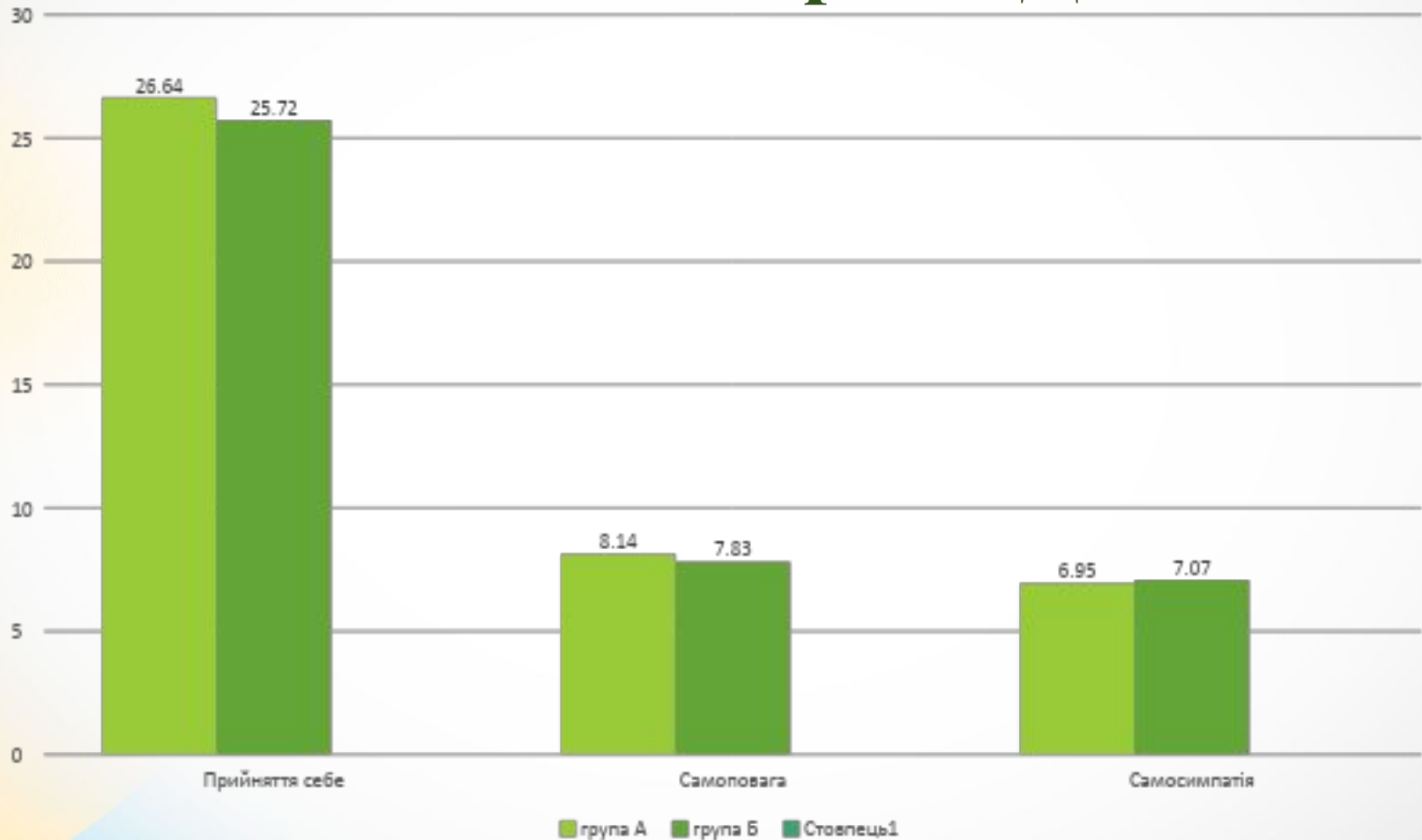
Теоретична модель психологічного здоров'я особистості, яка включає чотири основні його складові:

- 1) адекватність образу-Я;
- 2) гармонійність стосунків, готовність до конструктивної взаємодії з соціумом;
- 3) адаптивність до умов життя, психологічна установка на подолання життєвих труднощів;
- 4) здатність до самостійної організації діяльності.

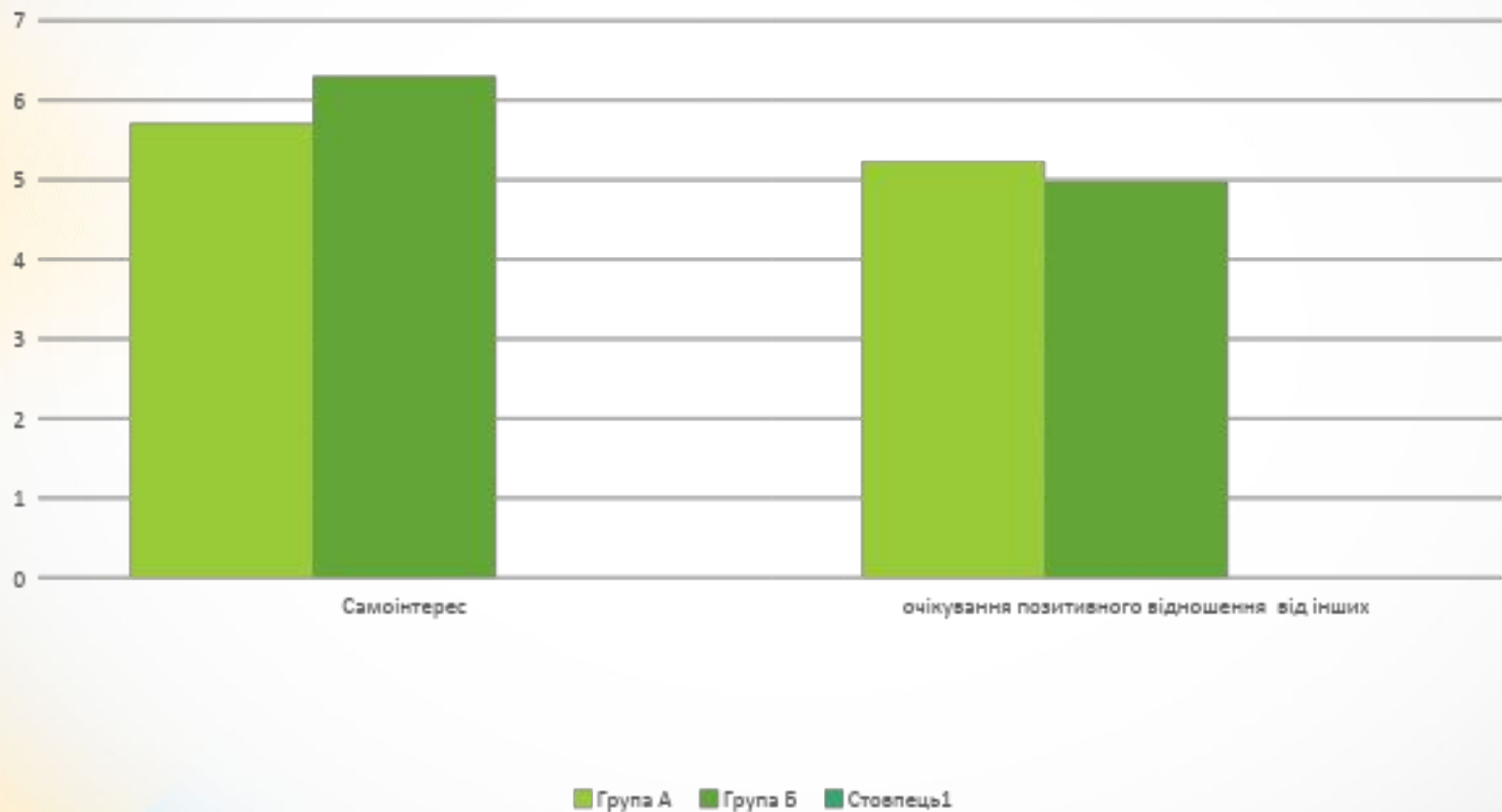
Результати дослідження рівнів самооцінки за методикою С.А. Будассі



Результати дослідження самовідношення молодих осіб за методикою К. Роджерса-Р.Даймонда



Результати дослідження уявлення про себе молодих осіб за методикою В. В. Століна



Було розроблено психокорекційну програму із забезпечення психологічного здоров'я молодих осіб.

Мета програми: цілеспрямоване забезпечення умов, сприятливих для збереження та розвитку складових психологічного здоров'я молодих осіб

Завдання програми:

1. Зменшити напругу психоемоційного стану.
2. Створити атмосферу успіху, й у такий спосіб підкріпити впевненість учнів у своїх силах.
3. Знизити тривожність та скутість досліджуваних.
4. Формувати в респондентів віру у свої сили й можливості.
5. Формувати адекватну самооцінку у молодих осіб.
6. Розвивати уміння контролювати рівень тривожності.

Очікуваний результат:

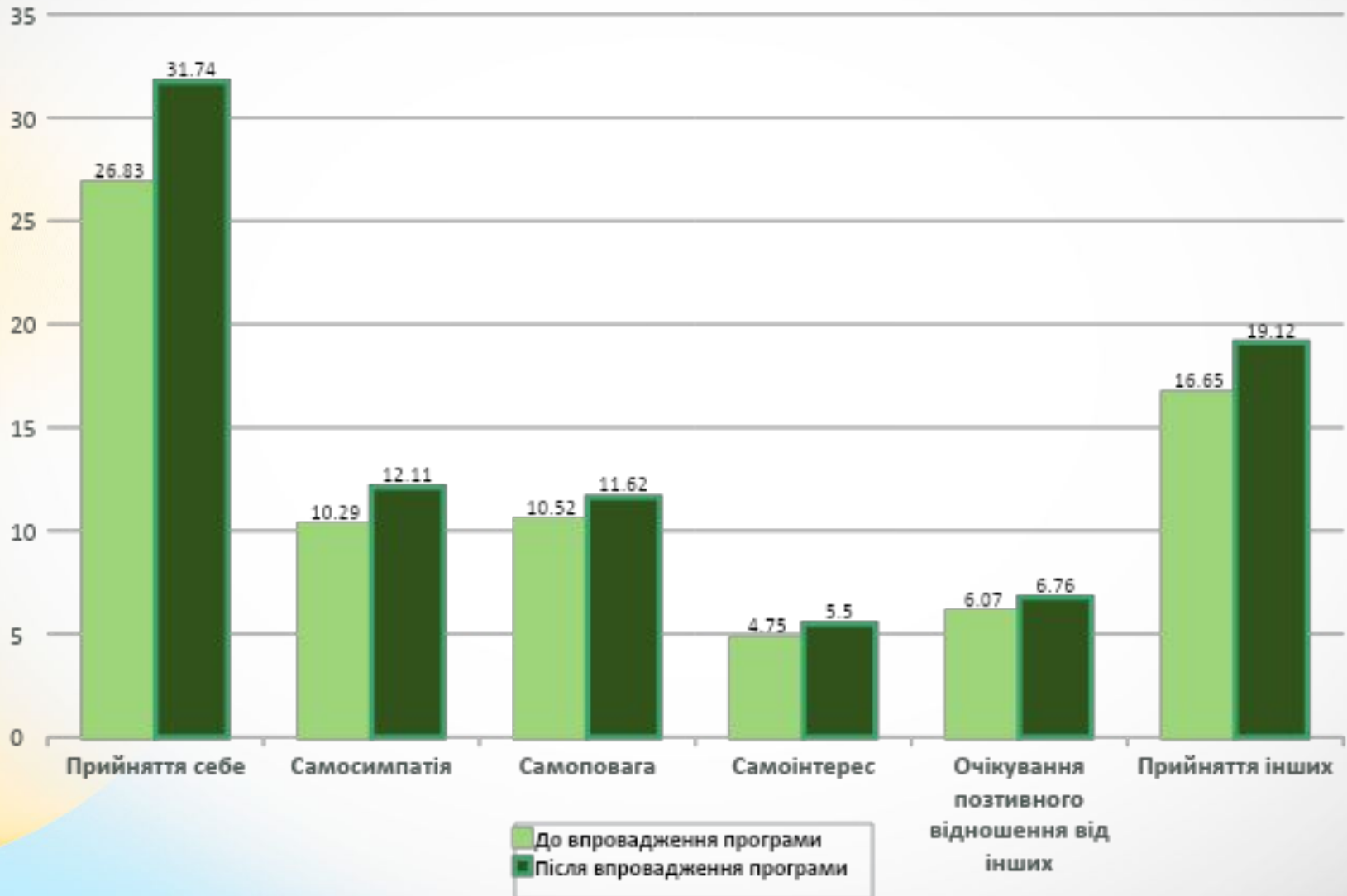
- Розвинути уміння в учнів долати емоційне напруження.
- Оволодіння методами релаксації.
- Підкріпити впевненість учнів у своїх силах та можливостях.
- Розвинути адекватну самооцінку.

Кількість занять: 12 тривалістю по 1 годині.

Навчально-тематичний план психокорекційної програми

з/п	Тема	Кількість годин
1	Вступ. Знайомство учасників. Визначення мети проведення занять	1
2	Стрес та боротьба з ним	1
3	Релаксація як засіб запобігання емоційного напруження	1
4	Наші страхи	1
5	Внутрішній стан людини	1
6	Самоаналіз якостей людини	1
7	Невпевненості у собі та тривожність	1
8	Поведінка упевненої у собі людини	1
9	Переоцінка цінностей	1
10	Самооцінка	1
11	Комунікативні якості особистості	1
12	Підсумкове заняття	1
	Усього:	12

Динаміка показників до та після впровадження програми



ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!!!