



Научно-исследовательский журнал «International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 6 / 2025, Vol. 8, Iss. 6 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

УДК 159.9.072.43

¹Бондарь Ю.Ю.,

¹ Тихоокеанский государственный медицинский университет

Психологическая помощь клиентам с использованием программного обеспечения «Песочная терапия»

Аннотация: цель: изучение возможностей программного обеспечения «Песочная терапия» при оказании психологической помощи людям с тревожно-депрессивными реакциями на базе психологического центра «Асимптота» при ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ особенностей психологического консультирования методом песочная терапия с использованием цифровых технологий;
2. Рассмотреть методологические основы песочной терапии в психологическом консультировании, специфику применения цифровых технологий, подобрать методы и методики для исследования тревожно-депрессивных реакций;
3. Ознакомиться с теорией и практикой применения ПО «Песочная терапия» при оказании психологической помощи;
4. Сформировать выборку, провести эмпирическое исследование тревожно-депрессивных реакций, выделить группу лиц с высоко выраженными тревожно-депрессивными реакциями;
5. Организовать и провести курс психологических консультаций для студентов с тревожно-депрессивными реакциями с использованием ПО «Песочная терапия»;
6. Проанализировать результаты контрольного исследования, определить эффективность работы с клиентами с тревожно-депрессивными реакциями при помощи ПО «Песочная терапия».

Практическая значимость: определена структура психологического консультирования с использованием программного обеспечения «Песочная терапия», проведен курс из 10 сессий психологического консультирования студентов с тревожно-депрессивными реакциями, выявлены достоинства и недостатки метода, исследованы тревожно-депрессивные реакции студентов 1-2 курсов, определена эффективность проведенного курса психологических консультаций. Использование программного обеспечения «Песочная терапия» рекомендуется в рамках институциональной практики (детские сады, школы, университеты, поликлиники, психологические центры) в качестве средства ведения протоколов и документирования работы.

Ключевые слова: песочная терапия, программное обеспечение в арт-терапии, психологическое консультирование, тревожно-депрессивные реакции, композиции на песке, работа с песком

Для цитирования: Бондарь Ю.Ю. Психологическая помощь клиентам с использованием программного обеспечения «Песочная терапия» // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 6. С. 215 – 221.

Поступила в редакцию: 17 апреля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 15 июня 2025 г.; Принята к публикации: 20 июля 2025 г.

¹ **Bondar Yu.Yu.**,
¹ Pacific State Medical University

Psychological assistance to clients using the software "Sand therapy"

Abstract: objective: to study the capabilities of the software "Sand therapy" in providing psychological assistance to people with anxiety-depressive reactions on the basis of the psychological center "Asymptota" at the PSMU Ministry of Health of the Russian Federation.

Research objectives:

1. To conduct a theoretical analysis of the features of psychological counseling using the sand therapy method using digital technologies;
2. To consider the methodological foundations of sand therapy in psychological counseling, the specifics of the use of digital technologies, select methods and techniques for studying anxiety-depressive reactions;
3. To get acquainted with the theory and practice of using the Sand Therapy software in providing psychological assistance;
4. To form a sample, conduct an empirical study of anxiety-depressive reactions, identify a group of people with highly expressed anxiety-depressive reactions;
5. To organize and conduct a course of psychological consultations for students with anxiety-depressive reactions using the Sand Therapy software;
6. To analyze the results of the control study, to determine the effectiveness of working with clients with anxiety-depressive reactions using the Sand Therapy software.

Practical significance: the structure of psychological counseling using the Sand Therapy software was determined, a course of 10 sessions of psychological counseling for students with anxiety-depressive reactions was conducted, the advantages and disadvantages of the method were identified, anxiety-depressive reactions of 1st-2nd year students were studied, the effectiveness of the course of psychological consultations was determined. The use of the Sand Therapy software is recommended within the framework of institutional practice (kindergartens, schools, universities, clinics, psychological centers) as a means of keeping records and documenting work.

Keywords: sand therapy, software in art therapy, psychological counseling, anxiety-depressive reactions, sand compositions, work with sand

For citation: Bondar Yu.Yu. Psychological assistance to clients using the software "Sand therapy". International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (6). P. 215 – 221.

The article was submitted: April 17, 2025; Approved after reviewing: June 15, 2025; Accepted for publication: July 20, 2025

Введение

В современном мире информационные технологии используются достаточно широко, даже в традиционных формах работы, что привело к появлению программного обеспечения в психологическом консультировании. Использование программного обеспечения направлено на расширение возможностей оказания психологических услуг населению, облегчение фиксирования сеансов психологического консультирования и определения результатов. Новые формы взаимодействия с клиентами способствуют уменьшению стигматизации, а использование цифровых технологий в арт-терапевтической практике позволяет оптимизировать процесс психологического консультирования.

Песочная терапия представляет собой метод арт-терапии, направленный на выражение глубинных процессов клиента, которому трудно выра-

зить свои эмоции вербально. В данном методе используются песочница и миниатюрные фигуры, с помощью которых клиент получает возможность выразить свою проблему и найти решение в игровой форме, носящей метафорический характер.

Несмотря на то, что методы арт-терапии и песочная терапия активно используются в психологической практике, существует недостаток глубокого научного анализа психологических аспектов применения песочной терапии с проблемами тревожных и депрессивных состояний. Кроме этого, недостаточно изучена эффективность программного обеспечения «Песочная терапия», его применение в психологическом консультировании проблемы тревожно-депрессивных реакций. Поэтому выбранная тема исследования является достаточно актуальной.

Материалы и методы исследований

Под тревожно-депрессивными реакциями в ра-

боте рассматриваются эмоциональные состояния, характеризующиеся сочетанием тревожных состояний, включающих внутреннее беспокойство, повышенную тревожность и страх, и депрессивных проявлений, таких как сниженное настроение, анhedония и потеря интереса, которые не достигают клинической степени, но значительно мешают нормальному функционированию личности. Поэтому методиками для эмпирического исследования стали:

Для исследования тревожных реакций: «Шкала тревоги» Ч.Д. Спилбергера (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) в адаптации Ю.Л. Ханина (1976) [1] и «Шкала проявлений тревоги» Дж. Тейлор (Taylor Manifest Anxiety Scale, TMAS) в адаптации В.Г. Норакидзе (1975) [2].

Для исследования депрессивных реакций: «Шкала депрессии» А.Т. Бека (Beck Depression Inventory, BDI) в адаптации Н.В. Тарабриной (1992) [3].

Качественный анализ состояния был сделан проективной экспресс-методикой для диагностики типа личности «Способ оценки личности – 12 архетипов плюс» Т.В. Капустиной и Р.В. Кадырова (2019) [4].

Исследование проводилось в 2024-2025 годах на базе психологического центра «Асимптома» при ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России. В исследовании принимали участие студенты 1 и 2 курсов дневного отделения различных специальностей. Возраст респондентов выборки составил 18-22 года. В исследовании приняли участие 71 учащийся: 54 девушки, 17 юношей. Из общей выборки в процессе диагностики была выделена группа респондентов с тревожно-депрессивными реакциями 16 человек, из них согласились участвовать в исследовании 10 человек.

Научная новизна исследования заключается в апробации программного обеспечения «Песочная терапия» для консультирования клиентов с тревожно-депрессивными реакциями.

Работа с песком в психотерапевтических целях, как показало исследование Е.Н. Полянской в соавторстве с Н.В. Каргиной, имеет древнюю историю. Песок использовался в ритуалах индейцев Северной Америки, при отсутствии воды в исламе ритуальные омовения производятся песком, в христианских ритуалах песок также используется для обрядов крещения [5]. Впервые «терапия песком» возникла в аналитической психотерапии К.Г. Юнга, который начал использовать песок, исходя из естественного стремления человека играть в песке, позволяя выразить свои внутренние переживания и конфликты без необходимости использовать слова [6]. Использование архетипического подхо-

да и индивидуальных представлений каждого индивида при создании миниатюрных сцен из жизни позволяет человеку под руководством психолога исследовать страхи, желания, внутренние конфликты и источники стресса [7]. Кроме того, такая работа может способствовать интеграции различных аспектов личности, что является одним из основных целей терапии по Юнгу [8].

Использование песочной терапии в психологическом консультировании позволяют увидеть проблему на символическом уровне, что позволяет раскрыть неосознаваемые переживания, используя творческий подход самовыражения, снизить уровень тревожности. При этом здесь способы решения находит сам клиент (инсайт, внезапное озарение), когда начинает по-новому воспринимать проблему, и понимает, что самостоятельно может сделать в сложившейся ситуации [9]. Как отмечает Л.И. Раимова, песочная терапия является универсальным методом психологического воздействия, подходящим для любых возрастных групп, экологичность этого метода обеспечивает комфорт при проживании эмоций, способствует глубинной рефлексии и нахождению новых способов решения жизненных проблем [10].

Основным принципом песочной терапии является процесс создания историй с игрушечными персонажами на песке, что позволяет человеку работать с неосознанными аспектами своего сознания, проявляя их в реальной игровой форме. Создавая миниатюрные миры с помощью фигурок и природных материалов, клиент получает возможность исследовать свои психические процессы как бы со стороны, что поддерживается безопасной психотерапевтической средой. Изменение композиции на песке является первым инновационным методом изменений, что дает большую легкость при воплощении этих навыков в реальной жизни [11].

Выделяют три этапа песочной терапии: 1) создание композиции на песке, отражающей реальную ситуацию, но в безопасном пространстве; 2) на этапе «переживания и реконструкции» происходит взаимодействие с миром, построенным на песке, клиент делится переживаниями с психологом; 3) психолог способствует более глубокому пониманию проблемы, помогает связать внутренний опыт с реальной жизнью, то есть трансформации и интеграции нового видения [12].

Особенно эффективным, как отмечает В.В. Ставровская, метод является в ситуациях, когда клиент не осознает причин тех событий, с которыми сталкивается в своей жизни. Песочная терапия дает возможность контакта с бессознательным, создавая условия для глубокого осознания

внутренних переживаний и противоречий, препятствующих достижению жизненных целей [13].

В современном мире рынок программного обеспечения предлагает психологам разнообразные инструменты для создания информационных баз данных и справочников, диагностики с использованием компьютерных технологий, моделирования психических явлений и процессов, а также статистической обработки полученных данных и многое другое. Цифровые технологии стремительно проникают в психологическое консультирование, предоставляя уникальные возможности для взаимодействия между клиентами и психологами-консультантами, особенно в условиях, когда традиционные форматы встреч затруднены [14]. Под программным обеспечением рассматривается набор программ, позволяющих выполнять определенные задачи: создание базы данных, обработка и анализ данных, автоматизация процессов [15]. Используемый в работе диагностический коррекционно-развивающий комплекс с видеорегистрацией «Песочная терапия» представляет программное обеспечение, предназначенное для ведения базы данных клиентов, интерактивного проведения и протоколирования диагностических сеансов и коррекционно-развивающих сессий, в том числе фото, видео и звукозаписи.

Таким образом, теоретический анализ показал, что метод песочной терапии может применяться для коррекции тревожно-депрессивных расстройств. Данный метод является достаточно щадящим для тревожных людей, так как позволяет выразить свои переживания через построение композиций на песке, что позволяет безопасно исследовать свои внутренние конфликты и переживания, дает ощущение контроля над происходящим в процессе психологического консультирования.

Результаты и обсуждения

Организационное обеспечение эмпирического исследования предполагает учет пространственно-временных условий проведения исследования. Для эмпирического исследования на кафедре общепсихологических дисциплин предоставлялось изолированное от посторонних лиц помещение с необходимым для проведения работы оборудованием, в том числе, песочницей и программным обеспечением: «Диагностический коррекционно-развивающий комплекс с видеорегистрацией «Песочная терапия»». Временные условия обеспечивались с учётом функциональной активности и работоспособности студентов, а также согласование выбора времени с их графиком занятости и свободных аудиторий на кафедре.

Базой исследования стало ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, на первом этапе выборку составили 71 студент в возрасте от 18 до 22 лет, при этом большинство из них (30 человек) в возрасте 18 лет, по 15 человек в возрасте 19 и 20 лет, меньшая часть выборки (4 человека) в возрасте 21 года и 22 года (7 человек). Большую часть выборки составили девушки (55 человек), юношей, принявших участие в исследовании выраженности тревожно-депрессивных реакций, всего 16 человек. Из них, дали согласие на посещение сессий психологического консультирования с использованием программного обеспечения «Песочная терапия» – 10 человек, все девушки, студенты 1-2 курсов.

Для проведения эмпирического исследования на кафедре общепсихологических дисциплин предоставлялось изолированное от посторонних лиц помещение с необходимым для проведения работы оборудованием, в том числе, песочницей и программным обеспечением: «Диагностический коррекционно-развивающий комплекс с видеорегистрацией «Песочная терапия»». Уникальность данного комплекса заключается в том, что у специалиста появляется возможность фиксировать как статические ключевые точки в процессе работы, так и отслеживать, точно протоколировать динамические характеристики процесса в автоматическом режиме, что, несомненно, повышает качество протоколирования и интерпретации важных элементов любой сессии. Кроме того, отслеживается и фиксируется ориентация подноса и её изменения относительно клиента в ходе сессии. Гибкая настройка видеорегистрации позволяет использовать программу с любыми размерами подносов в практике песочного терапевта. Программное обеспечение предоставляет возможность формирования и редактирования баз данных с неограниченным количеством клиентов, добавления и редактирования карточек клиентов, создания нескольких пользователей с возможностью ограничения доступа к базам пользователей с помощью пароля, протоколирования диагностических сеансов с фото и звукозаписью, составления набора игровых сюжетов и создания плана сессий, а также использования и дополнения словаря символов и обработки результатов психологических сеансов.

План консультаций из 10 сессий, по 60 минут, включал в себя следующие темы:

1. Знакомство и первичная диагностика состояния клиента.
2. Исследование страхов и тревог.
3. Проработка опыта ошибок и наказаний.
4. Поиск ресурсов и поддержки.
5. Исследование социальных связей и коммуникаций.

6. Работа с чувством одиночества.
7. Исследование самооценки и уверенности.
8. Преодоление страха ошибок.
9. Интеграция изменений в состоянии и жизненном пространстве.
10. Завершение работы и планирование будущего.

Каждая сессия начиналась с сенсорного упражнения, которое заключалось в том, что клиенты погружали руки в песок и пытались описать свои состояния, разные для каждого сеанса. Построение композиции на песке по заданной теме и его обсуждение занимало большую часть времени консультирования. Последовательность размещения фигур в песочнице и вид фигур фиксировалась в виртуальной песочнице, затем клиент рассказывал о каждой фигуре свою историю, а психолог задавал вопросы, которые у него возникали в процессе рассказа, опираясь на интерпретацию, данную в программном обеспечении. Сессия завершалась рефлексией респондентов о том, что нового о себе они узнали сегодня и давалось домашнее задание на осознание и понимание собственных эмоций и состояний и причин этого. На протяжении всей сессии психолог вносил заметки в электронную карту клиента.

Условия и структура сессий психологического консультирования способствовали созданию открытого самоосознания и самовыражения клиентов. Метод песочной терапии, включая сенсорные упражнения и визуализацию, позволил исследовать не только внутренние переживания и выявить барьеры в коммуникации, стимулировать развитие саморефлексии и позитивных изменений в самооценке. С использованием программного обеспечения фиксировалась важные моменты и инсайты, что обеспечивало более глубокую персонализацию каждого сеанса. В результате проведенного курса визуально наблюдалось улучшение в эмоциональном состоянии клиентов, а также повышение уверенности в себе и социальной активности, что подтверждает значимость интеграции информационных технологий в психологическое консультирование.

Проверка эффективности проведенного курса психологического консультирования с помощью программного обеспечения «Песочная терапия» проводилось качественным и количественным методами. Качественный анализ изменений в тревожно-депрессивных реакциях показал, что у студентов, прошедших курс психологического консультирования с помощью ПО «Песочная терапия», по сравнению с констатирующим этапом (перед началом курса), показал:

– уровень тревоги, определенный методикой Дж. Тейлора остается на высоком уровне ($32,1 \pm 7,5$), несмотря на снижение по сравнению с констатирующим этапом ($37,8 \pm 7,7$);

– выраженная депрессия по методике «Шкала депрессии Бека» остается средней тяжести ($28 \pm 5,5$), несмотря на снижение по сравнению с констатирующим этапом ($32,5 \pm 5,9$), когда ее можно было отнести к тяжелой;

– выраженная личностная тревожность по методике Ч.Д. Спилбергера остается высокой ($53 \pm 5,1$), несмотря на снижение по сравнению с констатирующим этапом ($58,5 \pm 7,9$);

– выраженная ситуативная тревожность по методике Ч.Д. Спилбергера остается высокой ($49 \pm 5,8$), несмотря на снижение по сравнению с констатирующим этапом ($59,7 \pm 5,2$).

Исследование респондентов методикой «Способ оценки личности – 12 архетипов плюс» (Т.В. Капустина, Р.В. Кадыров) позволило качественно описать группу респондентов с признаками тревожно-депрессивных реакций. Исследование показало, что респонденты, принявшие участие в эмпирическом исследовании, на констатирующем этапе характеризуются повышенной чувствительностью к внутренним переживаниям и тревожностью, стремление к одобрению и страх конфликтов усиливают тревожно-депрессивные реакции, тогда как импульсивность и непостоянство могут способствовать возникновению депрессии. На контрольном этапе после проведения 10 сессий психологического консультирования с использованием ПО «Песочная терапия» выбор архетипов характеризует личность респондентов, как обладающих богатым воображением, несмотря на частые столкновения с внутренними переживаниями и тревогами, особенно когда его творческие идеалы не совпадают с реальностью, они проявляют потребность в одобрении, испытывают страх перед конфликтами и склонны к депрессии и тревожным расстройствам из-за импульсивности и непостоянства.

Как видно, в исследуемой группе после проведения курса психологических консультаций с использованием программного обеспечения «Песочная терапия» можно увидеть тенденцию к снижению депрессивных симптомов, несмотря на еще высокие показатели, показатели тревожности остаются на прежнем уровне выраженности, несмотря на некоторое снижение.

Качественный анализ проводился посредством критерий Вилкоксона для связанных выборок, с учетом нулевого сдвига, результаты которого показали значимые изменения в выраженности депрессии ($T_{эмп}=80,5$ при $p=0,021$), ситуативной

тревожности ($T_{эмп}=78,5$ при $p=0,031$) и личностной тревожности ($T_{эмп}=86$ при $p=0,006$), по методике «Шкала тревоги Тейлора» значимых изменений не обнаружено ($T_{эмп}=72$ при $p=0,096$).

Эмпирическое исследование показало, что можно говорить об эффективности метода песочной терапии посредством программного обеспечения «Песочная терапия», так как он оказывает положительное воздействие на психические состояния индивида с признаками тревожно-депрессивных реакций.

Анализ существующих исследований на момент проведения данного эмпирического исследования показал, что в 2022 году М.И. Розеновой с соавторами была доказана эффективность краткосрочной психотерапии депрессивных и тревожных расстройств методом песочной терапии [16]. В данном исследовании песочная терапия использовалась для работы с тревожно-депрессивными реакциями, так как у респондентов не был поставлен медицинский диагноз, их состояние, несмотря на высокий уровень тревожности и депрессии, относится к норме. Также были обнаружены данные о том, что методы психотерапии, такие как интерперсональная терапия, продемонстрировали эффективность в лечении тревожных расстройств, что может быть сопоставимо с результатами песочной терапии [17].

Результаты проведенного эмпирического исследования, когда уровень тревоги и депрессии остается достаточно высоким, можно объяснить глубиной психологических проблем клиентов, которые возникли в результате деструктивных детско-родительских отношений. Клиентам, прошедшем курс психологического консультирования с использованием программного обеспечения «Песочная терапия» рекомендовано продолжить психотерапию для снижения тревожно-депрессивного расстройства.

В ходе анализа программного обеспечения «Песочная терапия» были выявлены следующие недостатки:

1. Ограниченность разнообразия фигур входящих в набор.

2. Длительность процесса установки и настройки оборудования.

3. Нарушение контакта с клиентом вследствие необходимости взаимодействия с ПО.

В силу вышеперечисленных недостатков, данное ПО представляется малоэффективным инструментом для частнопрактикующих психологов, работающих со взрослыми клиентами. Однако, в рамках институциональной практики (детские сады, школы, университеты, поликлиники, психологические центры) оно может быть использовано в качестве вспомогательного средства для ведения протоколов и документирования работы.

Выводы

В статье рассматривается опыт использования программного обеспечения «Диагностический коррекционно-развивающий комплекс с видеорегистрацией «Песочная терапия»» при психологическом консультировании респондентов с тревожно-депрессивными реакциями. Дано определение тревожно-депрессивных реакций, описана структура курса психологического консультирования из 10 сессий, проверена эффективность проведенного курса психотерапии методом «Песочная терапия». Так же в работе описаны недостатки работы психолога с программным обеспечением «Песочная терапия».

После проведенного курса психологических консультаций с 10 студентами выявлены качественные изменения снижения их тревожно-депрессивных реакций и повышения адаптированности. Использование программного обеспечения «Песочная терапия» рекомендуется в рамках институциональной практики (детские сады, школы, университеты, поликлиники, психологические центры) в качестве средства ведения протоколов и документирования работы.

Список источников

1. Балин В.Д., Гайда В.К., Горбачевский В.К. и др. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / Под общей ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. СПб: Питер, 2020. 560 с.
2. Норакидзе В.Г. Методы исследования характера личности. Тбилиси: Мецниереба, 1989. 307 с.
3. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб.: Питер, 2016. 272 с.
4. Капустина Т.В. Экспресс-диагностика типов личности: проективный метод: дисс. ... канд. псих. наук, Владивосток: ТГМУ, 2019. 229 с.
5. Полянская Е.Н., Каргина Н.В. Метод песочной терапии в работе с эмоциональной сферой человека, столкнувшимся с трудной жизненной ситуацией в период пандемии // Казанский педагогический журнал. 2022. № 1 (150). С. 218 – 226.
6. Большебратская Э.Э. Песочная терапия. Петропавловск, 2010. 74 с.
7. Bradway K. What Is Sandplay? // Journal of Sandplay Therapy. 2006. № 15 (2). P. 7.

8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Игра с песком. Практикум по песочной терапии. СПб.: Речь, 2016. 256 с.
9. Новак Н.Г. Основы песочной терапии: практическое руководство. Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2018. 33 с.
10. Раимова Л.А. Песочная терапия и ее возможности в работе с пожилыми клиентами: методическое пособие для специалистов, работающих с людьми пожилого возраста. Казань: Веда, 2018. 144 с.
11. Калфф Д. Сэндплей и его целительное воздействие на психику. М.: Центр гуманитарных инициатив, 2021. 134 с.
12. Сакович Н.А. Шаг за шагом в процессе песочной терапии // Вестник практической психологии образования. 2007. № 3. С. 105 – 108.
13. Ставровская В. В. История и современные направления песочной терапии // Новое слово в науке: перспективы развития. 2016. № 3 (9). С. 72 – 75.
14. Крутин Ю.В. Информационные технологии в психологии. Екатеринбург: РГППУ, 2016. 247 с.
15. Лукьянова М.В., Сойко Е.В. Вызовы цифровизации в психологическом консультировании // Наукоменные исследования как основа инновационного развития общества. Стерлитамак: АМИ, 2020, 491 с.
16. Розенова М.И., Огнев А.С., Лихачева Э.В., Екимова В.И. Методы оценки эффективности Sandplay-терапии для взрослых // Современная зарубежная психология. 2022. Т. 11. № 4. С. 61 – 72.
17. Эльзессер А.С., Кадыров Р.В., Маркелова Е.В. Эффективность краткосрочной психотерапии депрессивных и тревожных расстройств // СибСкрипт. 2018. № 2 (74). С. 122 – 130.

References

1. Balin V.D., Gaida V.K., Gorbachevsky V.K. et al. Workshop on General, Experimental and Applied Psychology: textbook. Under the general editorship of A.A. Krylov, S.A. Manichev. St. Petersburg: Piter, 2020, 560 p.
2. Norakidze V.G. Methods for studying personality character. Tbilisi: Metzniereba, 1989. 307 p.
3. Tarabrina N.V. Workshop on the Psychology of Post-Traumatic Stress. St. Petersburg: Piter, 2016. 272 p.
4. Kapustina T.V. Express diagnostics of personality types: projective method: diss. ... Cand. of Psychology, Vladivostok: TSMU, 2019. 229 p.
5. Polyanskaya E.N., Kargina N.V. The method of sand therapy in working with the emotional sphere of a person faced with a difficult life situation during a pandemic. Kazan pedagogical journal. 2022. No. 1 (150). P. 218 – 226.
6. Bolshebratskaya E.E. Sand therapy. Petropavlovsk, 2010. 74 p.
7. Bradway K. What Is Sandplay? Journal of Sandplay Therapy. 2006. No. 15 (2). P. 7.
8. Zinkevich-Evstigneeva T.D. Playing with sand. Practical training in sand therapy. SPb.: Rech, 2016. 256 p.
9. Novak N.G. Basics of sand therapy: a practical guide. Gomel: GSU im. F. Skoriny, 2018. 33 p.
10. Raimova L.A. Sand therapy and its possibilities in working with elderly clients: a methodological manual for specialists working with the elderly. Kazan: Veda, 2018. 144 p.
11. Kalff D. Sandplay and its healing effect on the psyche. Moscow: Center for Humanitarian Initiatives, 2021. 134 p.
12. Sakovich NA Step by step in the process of sand therapy. Bulletin of practical psychology of education. 2007. No. 3. P. 105 – 108.
13. Stavrovskaya VV History and modern directions of sand therapy. New word in science: development prospects. 2016. No. 3 (9). P. 72 – 75.
14. Krutin Yu.V. Information technologies in psychology. Ekaterinburg: RSPU, 2016. 247 p.
15. Lukyanova M.V., Soyko E.V. Challenges of digitalization in psychological counseling. Science-intensive research as the basis for innovative development of society. Sterlitamak: AMI, 2020, 491 p.
16. Rozenova M.I., Ognev A.S., Likhacheva E.V., Ekimova V.I. Methods for assessing the effectiveness of Sandplay therapy for adults. Modern foreign psychology. 2022. Vol. 11. No. 4. P. 61 – 72.
17. Elzesser A.S., Kadyrov R.V., Markelova E.V. Efficiency of short-term psychotherapy of depressive and anxiety disorders. SibScript. 2018. No. 2 (74). P. 122 – 130.

Информация об авторе

Бондарь Ю.Ю., Тихоокеанский государственный медицинский университет

© Бондарь Ю.Ю., 2025