

DOI: 10.58168/ MPFSSC2025_151-153

УДК 159.9

СИМВОЛЫ ТРАНСФОРМАЦИИ В ЮНГИАНСКОЙ ПЕСОЧНИЦЕ

SYMBOLS OF TRANSFORMATION IN THE JUNGIAN SANDBOX

Кандыбина Е.Л., кандидат филологических наук, доцент
 ФГБОУ ВО «Воронежский государственный лесотехнический университет им. Г.Ф. Морозова», Воронеж, Россия

Kandybina E.L., Candidate of Filological Sciences, Associate Professor
 Voronezh State University of Forestry and Technologies named after G.F. Morozov, Voronezh, Russia

Аннотация: В статье рассматривается психологическое консультирование – форстайминг с использованием юнгианской песочницы. Данный modernподход основывается на философско-психологических воззрениях К.Г. Юнга и современных изысканиях в русле постюнгианской аналитической психологии. В настоящем подходе фокусом работы психолога-консультанта становятся трансформации элементов внутреннего мира, проходящие в процессе построения разных модулей песочной картины.

Abstract: The subject under the consideration of the given article is Force timing using Jung sandpit. Current view is based on philosophical and psychological opinion of K.G. Jung and modern investigations due to post Jung analytical psychology. In Force timing phycho-consultant is focused on the transformation of subconscious which occur while sand modules being constructed.

Ключевые слова: Песочная терапия, архетипы, интерпретация, картина мира, установки, паттерны поведения, рефлексия, самосознание.

Key words: Sand therapy, archetypes, interpretation, Picture of the world, attitudes, behavior patterns, reflection self-consciousness.

К.Г. Юнг по праву считается основателем песочной терапии [1-5]. Его аналитическая психология, основанная на первичных архетипических образах, легла в основу нового метода работы с личным бессознательным клиентов. Юнг работал на природном песке, используя природные материалы (веточки, листики, палочки и другие предметы, оказавшиеся поблизости). Основой для данного направления является тесное сотрудничество психолога-консультанта и клиента. Терапия проходит в недерективном, принимающем ключе. Психолог, работающий в рамках данного подхода, учитывает индивидуальные особенности клиента, поощряет проявление его уникальных качеств, понимая, что индивидуальность или «самость» клиента наделена своей внутренней мудростью и «знает» свой особый путь по обретению целостности.

Необходимо отметить, что юнгианский подход представляет не столько направление психотерапии и психологического консультирования, сколько особое мировоззрение. Во

главу угла своей терапии К.Г. Юнг ставил цель достижения гармонии и душевной целостности сознательной и бессознательной частей личности. Говоря точнее, именно познание собственной самости и постоянный контакт с нею ведут человека по его неповторимому пути познания себя.

По Юнгу вся жизнь человека разделяется на два периода. Первый 0-35 лет, в этот период человек «завоевывает» внешний мир, познаёт жизнь вокруг, находит работу, создаёт семью. Во втором периоде, который наступает в районе 35 лет, но может прийти намного позже, человек обращается к своему внутреннему миру, изучает его, знакомится со своим личным бессознательным, находит в нём преломление коллективных образов (архетипов) из коллективного бессознательного. Итогом путешествия вглубь себя становится индивидуация, то есть познание собственной Тени, избавление от травмирующих деструктивных комплексов, восприятие и понимание посланий, идущих из глубин личного бессознательного.

Так, рука об руку с психологом, клиент проходит «путь к себе». На этом трудном, иногда болезненном и мучительном пути его (клиента) ждёт много великих открытий, но все они из одного источника – бессознательного анализанда. С точки зрения великого психолога, бессознательное человека стремится к равновесию. Психологические проблемы с глубинной точки зрения – это нарушение равновесия психики. Для восстановления баланса психики активирует «эмоционально окрашенные комплексы, образующие интимную душевную жизнь личности» [4, с. 98], которые находятся в пластах индивидуального бессознательного. Сами комплексы когда-то находились в сознании, но были изгнаны из него по причине своей травматичности.

Песочница и другой инструментарий представляют клиенту возможность выражать свои подсознательные образы и эмоции, манипулируя фигурками на глади песка. Играя с фигурками, природными материалами и другими элементами, клиент может выразить и отреагировать внутренние переживания, конфликты, желания и фантазии. В песочнице могут сочиняться сказки, создаваться новые мифы. Всё это помогает человеку погрузиться в глубины бессознательного и исследовать свои внутренние образы без прямой, вербальной коммуникации.

Во время сессии песочной терапии психолог предоставляет поддержку и безусловное принятие клиента. Он наблюдает и задаёт вопросы, способствующие осознанию и пониманию связей между продуцируемыми образами и внутренним осознаваемым миром клиента. Консультант знакомит клиента со своими интерпретациями его внутреннего мира, его комплексами и конфликтами. В процессе совместной работы клиент может осознать глубинные движители своего поведения. Интерпретация символов и ассоциаций, происходящая в течение песочной терапии, может быть использована для помощи клиенту в осмыслении своего опыта и в поиске новых путей развития и решения личностных проблем.

Таким образом, сессии песочной терапии создают мост от бессознательных комплексов к их осознанию, от вытесненных проблем к трансформации и решению, от невербального к вербальному и осознанному. Бессознательные образы проявляются во взаимодействии с песком, в выборе фигурок, в расположении их в песочнице или на подносе.

Необходимо отметить, что существует множество схем, трактующих именно пространственное расположение фигур: в песочнице есть семейное пространство, сфера бессознательных глубин, духовный центр, диагонали песочницы согласуются со временем. Например, центр песочницы указывает на фокус, то есть наиболее яркое и чёткое выражение исследуемой проблемы.

В отличие от классической юнгианской терапии форстайминг (направление, открытое и разработанное Е.Я. Мищенко) центрируется не на медитативной составляющей данного метода, а на возможных трансформациях, изменениях, происходящих в терапевтическом пространстве песочницы. Консультант помогает понять клиенту, что внутренние процессы нуждаются не только в интерпретации, но и в новом опыте трансформации.

Каждая фигура песочной картины потенциально многозначна, например, цербер символизирует страх и фобию, но может быть и фигурой защиты. Материнские и отцовские фигуры могут символизировать как отца и мать клиента, так и указывать на великие архетипические образы человечества. Храм в песочнице часто понимается как образ базового доверия, но может становиться и источником хаоса и разрушения. Наиболее важен смысл фигурки, обозначенный самим клиентом. Так, анализанд создаёт в пространстве песочницы свой внутренний мир, а консультант помогает ему отреагировать нахлынувшие эмоции, увидеть в воссозданном внутреннем мире не только проявление проблемы, но и возможные ресурсы. Метод форстайминга позволяет выйти на трансформацию проблемы через отстраивание нескольких песочниц, центрирование на одной, специально ресурсной песочнице, внесение движения в статичную расстановку фигур, пролонгирование времени нахождения фигурок в песочнице, разбиение целостной песочной композиции на несколько модулей, а затем соединение всех модулей в один трансформационный, внесение телесного контакта во взаимодействие с фигурами.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Юнг К.Г. Об энергетике души. – М.: Академический проект, 2008. – 297 с.
2. Юнг К.Г. Дух и жизнь. – М.: Практика, 2006. – 560 с.
3. Юнг К.Г. Эон. – М.: АСТ, 2009. – 411 с.
4. Юнг К.Г. Архетип и символ. – М.: Ренессанс, 1991. – 304 с.
5. Юнг К.Г. Структура психики и архетипы. – М.: Академический проект, 2009. – 303

с.

REFERENCES

1. Jung K.G. About the energy of the soul. – M.: Academic project, 2008. – 297p.
2. Jung K.G. Spirit and Life. – M.: Practice, 2006. – 560 p.
3. Jung K.G. Eon. – M.: AST, 2009. – 411 p.
4. Jung K.G. Archetype and symbol. – M.: Renaissance, 1991. – 304 p.
5. Jung K.G. Structure of the psyche and archetypes. – M.: Academic project, 2009. – 303 p.