

УДК 159.99
ББК 88

Маргарита Юрьевна Плотникова,
кандидат психологических наук, доцент,
Забайкальский государственный университет
(672039, Россия, г. Чита, ул. Александрo-Заводская, 30)
e-mail: Margo2978@mail.ru

Юнгианская песочная терапия как технология формирования профессионального самосознания студентов-психологов в процессе обучения в вузе

В статье рассматриваются некоторые аспекты использования юнгианской песочной терапии как технологии формирования профессионального самосознания студентов-психологов в процессе обучения в вузе. Описывается спектр рассматриваемых вопросов, решаемых с помощью песочной психотерапии, опыт применения авторской техники «Мой профессиональный мир» в работе со студентами психологического профиля. Представленный качественный анализ результатов применения техники даёт возможность осмыслить полученные данные по исследованию и становлению таких компонентов профессионального самосознания будущих специалистов как когнитивный, эмоциональный и поведенческий.

Итоги научной работы подчёркивают, что предоставление будущим специалистам возможности творческого преобразования, переосмысления, коррекции собственного профессионального становления в процессе обучения в вузе посредством работы в психологической песочнице позволяет участникам песочной психотерапии накопить опыт конструктивных изменений, самопознания, выстраивания перспектив будущего.

Внедрение технологий юнгианской психотерапии в процесс освоения таких дисциплин, как «Тренинг развития профессионально важных качеств», «Психодраматические техники в консультировании», «Тренинг личностного роста» позволяет целенаправленно ставить и решать вопросы исследования и становления профессионального самосознания и профессионального опыта студентов-психологов в процессе обучения в вузе.

Ключевые слова: юнгианская песочная терапия, профессиональное становление, профессиональное самосознание.

Margarita Yurevna Plotnikova,
Candidate of Psychology, Associate Professor,
Transbaikal State University
(30 Aleksandro-Zavodskaya St., Chita, Russia, 672039)
e-mail: Margo2978@mail.ru

Jungian Sand Therapy as a Technology of Formation of Psychology Students' Professional Consciousness in the Process of Studying at the University

The article considers some aspects of use of Jungian sand therapy as a technology of formation of psychology students' professional consciousness in the process of studying at the university. The article describes the spectrum of the issues that can be solved by using of sand psychotherapy, the experience of use of the author's technique «My professional world» to work with the students of psychological profile. The presented qualitative analysis of results of use of this technique gives the chance to comprehend the obtained data on research and formation of such components of future specialists' consciousness as cognitive, emotional and behavioral.

The results of scientific work emphasize that providing possibility of creative transformation, reconsideration, correction of professional formation to future experts in the process of studying at the university by means of work in a psychological sandbox, allows the participants of sand psychotherapy to save the experience of constructive changes, self-knowledge, forming of future prospects.

The introduction of Jungian psychotherapy technologies in the process of development of such disciplines as «Training of professionally important qualities», «Psychodrama techniques in counseling», and «Training of personal growth» allows purposefully set and solve issues of research and formation of professional identity and professional experience of psychology students in the process of studying at the university.

Keywords: Jungian sand therapy, professional formation, professional consciousness.

В современных условиях модернизации высшего образования проблема становления профессионального самосознания студентов-психологов в процессе обучения в вузе приобретает всё большую значимость и актуальность. Остаются открытыми вопро-

сы разработки и реализации эффективных психологических технологий и механизмов формирования профессионального самосознания. Эффективной технологией по формированию компонентов профессионального самосознания будущих специалистов пред-

ставляется юнгианская песочная психотерапия.

В настоящее время данный вид психотерапевтического направления становится всё более популярным и находит своё применение в психологической, психодраматической, сказкотерапевтической и педагогической практике. Спектр рассматриваемых вопросов, решаемых с помощью песочной психотерапии, также широк. В психологической практике рассматриваются такие аспекты личностного и профессионального развития, как творческое самовыражение, разрешение внутренних и внешних конфликтов, адаптация к новым социальным условиям, познание внутреннего мира, формирование ответственности, обозначение жизненных перспектив и многое другое. Технологии песочной психотерапии многофункциональны и позволяют психологу решать диагностические, коррекционные и терапевтические задачи.

Применение технологий юнгианской психотерапии возможно и при организации психологического сопровождения профессионального становления будущих специалистов-психологов в процессе обучения в вузе, а именно в вопросах становления профессионального самосознания. Техника «Мой профессиональный мир», разработанная автором статьи, направлена на развитие эмоционального, когнитивного и поведенческого компонентов профессионального самосознания личности.

В основу разработанной нами техники «Мой профессиональный мир» легла «Техника построения мира» (создана в 1929 году психотерапевтом Маргарет Ловенфельд), которая изначально использовалась как игровая среда для детей, а впоследствии стала ключевой для изучения внутреннего мира человека.

Студенту предлагается в песочнице построить страну, которая бы носила название «Мой профессиональный мир». Студент может изменять ландшафт, использовать воду, делая песок влажным, символически прокладывая реки, озера, использовать миниатюрные фигуры.

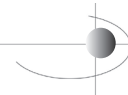
Имеющийся опыт применения данной техники дает возможность осмыслить и описать некоторые результаты по исследованию и становлению профессионального самосознания студентов. В процессе создания песочной картины – символически выстроенного профессионального мира – студенты-психологи вступают в контакт с песочной

средой, располагают миниатюрные фигуры в подносе с влажным или сухим песком, тем самым облачают свои глубинные сознательные или бессознательные мысли и чувства в физическую форму. Подобная работа обеспечивает будущему специалисту возможность увидеть целостную картину своих внутренних переживаний, чувств, установок, убеждений, представлений, касающихся своего профессионального настоящего и будущего.

В результате взаимодействия с объектами песочной картины происходит эмоционально-смысловая оценка профессионального мира, себя, значимых других, включённых в мир. Благодаря активной работе эмоционального компонента профессионального самосознания запускается внутренняя работа, движение, процесс представления, видения собственного профессионального мира, осознания отношения к нему. Будущий специалист во время построения профессионального мира, его описания, рассказа о нём, дальнейшего анализа и интерпретации осознаёт своё место и роль в профессии, отношение к себе, к своим профессиональным и личностным качествам, к средствам и способам достижения целей, к системе межличностных отношений с другими людьми. Он оценивает результаты своей деятельности, степень ответственности своему собственному «идеальному Я» – образу профессионала, а также чувство принадлежности к психологической профессиональной общности.

В ходе активного освоения песочной среды активизируется и когнитивный компонент профессионального самосознания студентов-психологов. Так, студенты проявляют установки, связанные с восприятием своих актуальных психологических особенностей, своей роли, статуса. При интерпретации песочных картин происходит осознание имеющегося житейского и профессионального опыта, уровня мотивационной готовности и активности освоения профессионального пространства, готовности к формированию профессиональных компетенций, наличия средств и инструментов их наращивания.

При работе с песком проявляются и представления студентов о себе в учебно-профессиональном мире, их отношение к профессии, к себе как к будущему специалисту. Так, использование в песочном подносе миниатюрной фигуры, обозначающей будущего специалиста в профессиональном мире, её характер, форма, цвет, место расположения раскрывают имеющиеся образы себя как субъекта профессиональной деятельности



и профессионального общения. Благодаря анализу песочной картины студента-психолога можно говорить об уровне сформированности когнитивных представлений, о содержании профессиональной деятельности психолога, требованиях, предъявляемых к личности профессионала, перспективах профессионального и личностного развития.

Уровень сформированности поведенческого компонента профессионального самосознания выявляется при интерпретировании песочной картины, созданной студентом. С целью выявления уровня сформированности поведенческого компонента профессионального самосознания анализируется готовность к профессиональному развитию, имеющиеся на сегодняшний день ресурсы для дальнейшего развития, сильные и слабые стороны учебно-профессиональной деятельности, средства самосовершенствования, представленные в символическом виде в песочном поле «Профессионального мира».

Построенный сюжет, сценарий, характер песочной картины отражают жизненные ценности, актуальные потребности, планы и жизненные перспективы будущих специалистов. Сюжет, режиссированный студентом, может выступать критерием динамики внутреннего процесса профессионального становления,

готовности к активному самосовершенствованию, развитию, самопознанию.

Как показывает опыт применения техники песочной психотерапии «Мой профессиональный мир» со студентами-психологами разных курсов, подобный опыт работы имеет богатейший ресурс – возможность созидательного изменения формы, сюжетной линии, событий, взаимоотношений. Предоставление будущим специалистам возможности творческого преобразования, переосмысления, коррекции собственного профессионального становления в процессе обучения в вузе посредством работы в психологической песочнице позволяет участникам песочной психотерапии накопить опыт конструктивных изменений, самопознания, выстраивания перспектив будущего.

Внедрение технологий юнгианской психотерапии в процесс освоения таких дисциплин, как «Тренинг развития профессионально важных качеств», «Психодраматические техники в консультировании», «Тренинг личностного роста», позволяет целенаправленно ставить и решать вопросы исследования и становления профессионального самосознания и профессионального опыта студентов-психологов в процессе обучения в вузе.

Список литературы

1. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. СПб.: Речь, 2008. 340 с.
2. Копытин А. И., Корт Б. Техники аналитической арт-терапии: исцеляющие путешествия. СПб.: Речь, 2007. 144 с.
3. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб.: Речь, 2008. 176 с.
4. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная психотерапия. СПб.: Питер, 2001. 320 с.

References

1. Zinkevich-Evstigneeva T. D., Grabenko T. M. Chudesa na peske. Praktikum po pesochnoi terapii. SPb.: Rech', 2008. 340 s.
2. Kopytin A. I., Kort B. Tekhniki analiticheskoi art-terapii: itselyayushchie puteshestviya. SPb.: Rech', 2007. 144 s.
3. Sakovich N. A. Tekhnologiya igry v pesok. Igry na mostu. SPb.: Rech', 2008. 176 s.
4. Shteinkhardt L. Yungianskaya pesochnaya psikhoterapiya. SPb.: Piter, 2001. 320 s.

Статья поступила в редакцию 17.01.2015