

Роль образной сферы как средства психологической трансформации личности (на материале переживания утраты).

Абрамевич Ольга Владиславовна

Аспирант

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия
E-mail: hellsehen@yandex.ru*

Актуальность работы обусловлена рассмотрением роли образной сферы как средства психологической трансформации личности в ходе осуществления человеком духовной практики, понимаемой как форма психологической помощи. Цель нашей работы – изложить опыт применения духовной практики Буддистской медитации для совладания с горем.

Проблематика переживания человеком утраты разрабатывалась в рамках психологии в работах Магомед-Эминова М. Ш., Василюка Ф. Е., Фрейда З., Боулби Дж., Worden W., Stroebe M., Bonanno G. A., Rubin S., Neimeyer R. и других [3,4,5,7,8,9]. Господствующими в современной литературе являются негативно-ориентированные подходы, которые предлагают преодолеть горе при помощи конфронтации с утратой [7,9]. Модель работы личности с утратой, предложенная М. Ш. Магомед-Эминовым, в которой учитываются факторы удержания бытия утраченного в результате обретения места утраченным в феноменальном жизненном мире и времени во временной структуре мира утратившего, конструирования новой идентичности личности утраченного и соответствующей новой структуры связей, служит нам методологическим основанием при исследовании данной проблематики [3,4,5].

Нами проведено исследование медитативных практик Буддизма, в которых происходит работа с образной сферой практикующего через представление позитивных образов божеств. На сегодняшний день важность рассмотрения духовной проблематики в психологической науке и применения опыта духовных традиций в рамках психологической помощи признают такие отечественные психологи, как Б. С. Братусь, Ф. Е. Василюк, А. А. Гостев, М. Ш. Магомед-Эминов, В. Ф. Петренко и В. В. Кучеренко и др. [1,2,3,8]. Изучением образных явлений в отечественной психологии занимались, в частности, Величковский, Смирнов, Гостев, Леонтьев и др. [1,2]

Мы поставили задачу исследовать роль позитивного конструирования образов в сочетании с медитативной практикой и сделать выводы для оказания психологической помощи при преодолении утраты. Участники были люди, которые практикуют медитативные практики Буддизма более пяти лет. Для сбора эмпирических данных были применены: включенное наблюдение; методика «Семантический дифференциал»; структурированное интервью (бланк вопросов разработан для целей проводимого исследования). Исследование проходило в несколько этапов. Обработка результатов осуществлялась методом контент-анализа, нарративным анализом содержания ответов интервью, факторным анализом методики «семантический дифференциал».

В результате были выявлены возможности применения навыков позитивного конструирования образов, которые вырабатываются в ходе медитативных практик, а также

погружения в состояние релаксации и чувство защищенности в сочетании с активизацией как средства психологической трансформации личности в рамках психологической помощи горюющему.

На основе полученных данных может быть разработана техника психологической помощи, сочетающая практику погружения в медитативные состояния с внутренней работой с репрезентацией утраченного, в ходе которой будет также создано психологическое пространство для размещения объекта утраты [4]. Таким образом, опыт медитативных практик может быть с успехом применен при психологической помощи горюющему в рамках дополнения метода конфронтации с утратой методом постутратного личностного роста и развития, что определяется стратегией сочетания кризисной интервенции с фокусированием на благополучии [3, 5].

Литература

1. Гостев А. А. Образная сфера человека /А. А. Гостев// М.: Институт психологии РАН. - 1992. – С. 194
2. Леонтьев А. Н. Психология образа. – Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 14. Психология. - 1979, №2, С. 3-13
3. Магомед-Эминов, М. Ш. Возвращение идентичности личности при горе: авторский постмодернистский подход. Развитие личности. - 2009. № 1. С. 110-120
4. Магомед-Эминов М.Ш. Позитивная психология. Том 2. – М.: Психоаналитическая Ассоциация, - 2007. – С. 624.
5. Магомед-Эминов М.Ш. Психология уцелевшего. / М. Ш. Магомед-Эминов // Вестник МГУ. Сер.Психология, № 3, 2005.– С. 3-19.
6. Петренко В. Ф., Кучеренко В. В., Психологические аспекты медитации / В. Ф. Петренко, В. В. Кучеренко // Вестник Московского университета. Серия «Психология» . - 2008. - С. 68-96
7. Фрейд З. Основные психологические теории в психоанализе. Очерк истории психоанализа: Сборник. / З. Фрейд// – СПб., "Алетейя". - 1998. – С. 211-231.
8. Bonanno, G.A., Kaltman, S. The varieties of grief experience. Clin Psychol Rev; 21. – 2001. – P. 705–734.
9. Worden, W. Grief counselling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner (4th ed.). New York: Springer 2008.

Слова благодарности

Научному руководителю, М. Ш. Магомед-Эминову, и коллективу кафедры экстремальной психологии и психологической помощи