

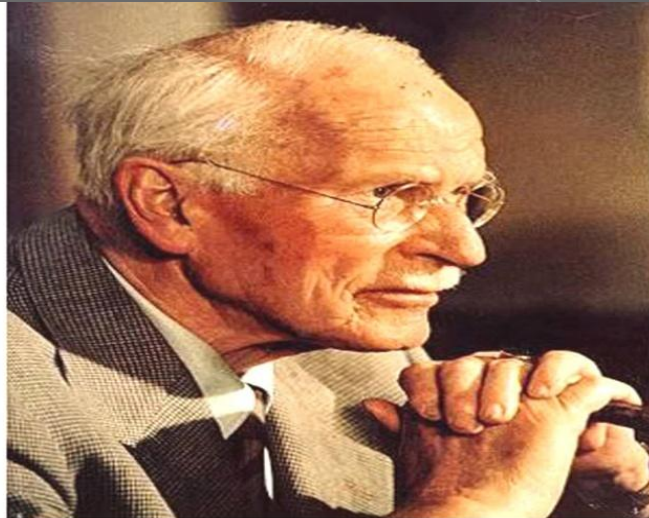
Юнгианский анализ



Исполнитель: Спицына Ю.В.

Карл Густав Юнг

К.Г.Юнг (1875-1964) продолжил исследования З.Фрейда. Швейцарский психиатр, ученик З.Фрейда, который пошёл значительно дальше своего учителя, создав так называемую «глубинную (аналитическую) психологию», психологию коллективного бессознательного. Юнговская концепция бессознательного строится на глубоком и всестороннем анализе литературы, истории, мифологии и психопатологии. Юнг ввёл в научный оборот понятие «коллективного бессознательного». Его работы по психологии, по анализу современной культуры и места человека в ней были настоящим откровением для многих людей, которые и сейчас считают его неким духовным пророком.



Карл Густав Юнг

Юнгианский анализ - это одно из направлений психологии и психотерапии, которое решает *не медицинские проблемы и использует не медицинские методы*. Сам К.Г.Юнг начинал как психиатр, но разработанный им метод далек от психиатрии, это - скорее *исследование души*, а не её лечение.



Юнгианский анализ помогает человеку понять себя, найти **ПУТЬ К СЕБЕ**, всему тому настоящему, что заложено в нас с рождения. Анализ помогает понять, каков этот сценарий. И в случае, если нам его навязали социальные нормы и семейные верования, его можно изменить, создать по настоящему свой сценарий, чтобы прожить **СВОЮ** жизнью.

Юнгианский аналитик

— не беспристрастный, отстраненный, объективный эксперт проблем клиента, а реальный собеседник, эмоционально, лично, даже в какой-то мере бессознательно вовлеченный в происходящее.



Юнгианский анализ почти никогда не бывает быстрым и кратким, он требует, как минимум, 2 — 3 ч (встреч) в неделю и обязательно должен проводиться *ритмично* (в начале работы — чаще, к концу — реже). В центре внимания юнгианского анализа — образы сновидений и фантазий клиента.

К. Г. Юнг предложил следующую схему психотерапевтического процесса

Первая стадия — исповедание.

Вторая стадия (прояснение причин) - на этом этапе человек должен освободиться от «неадекватных детских притязаний», «инфантильного потакания себе» и пр.

Третья стадия (обучение и воспитание) — она направлена на лучшую адаптацию к повседневной реальности.

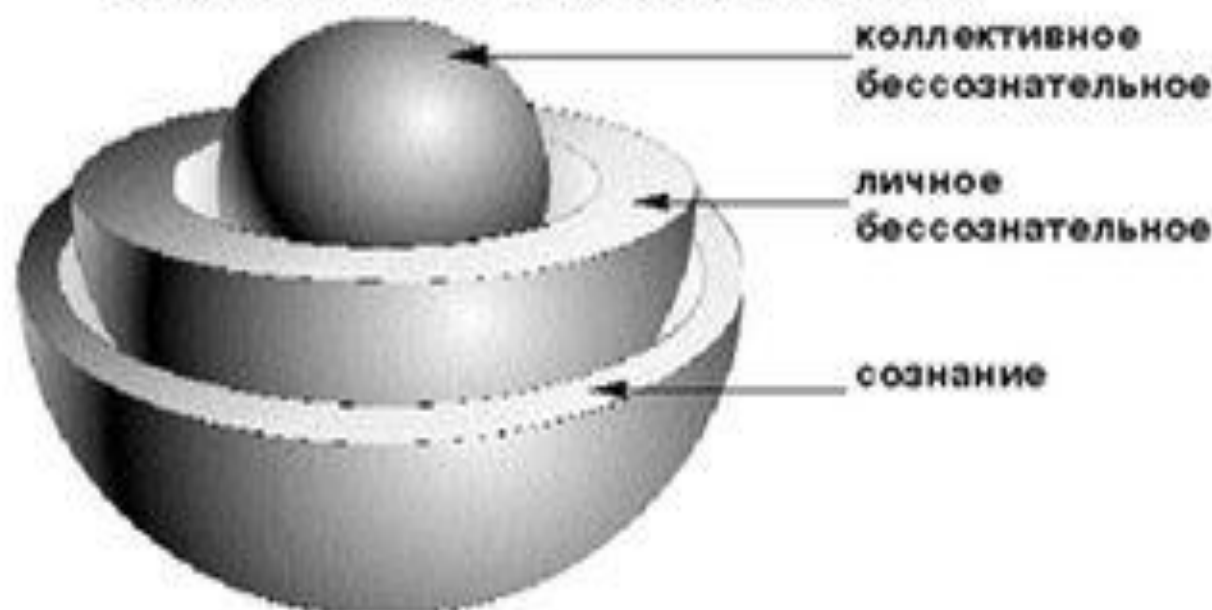
Четвертый этап — это собственно психическая трансформация.

Психоаналитические теории

Карл Густав Юнг (Jung, 1875—1961)



Модель личности Юнга:



Личное бессознательное содержит в себе локальные проблемы, конфликты, порожденные в течение одной отдельной жизни.

Коллективное бессознательное ставит перед человеком проблемы иного — экзистенциального — уровня, решение которых даже в индивидуальном порядке важно для выживания и эволюции всего вида. *..архетипы..*

Перед первой мировой войной К.Юнг в течение нескольких недель видел один и тот же сон. Будто бы из земли проступает кровь и поднимается всё выше и выше, заливая всё вокруг. Юнг бежит от этого потопа в горы, но море крови подходит и туда, и в нём плавают обрубки человеческих тел. Он уже решил, что сходит с ума и решил обратиться к врачу, как вдруг разразилась мировая война, и сны прекратились. Потом Юнг выяснил, что подобные сны снились многим людям. Коллективное бессознательное жило в предчувствии войны и предстоящих ужасов массового уничтожения людей



Коллективное бессознательное Юнга

Коллективное бессознательное

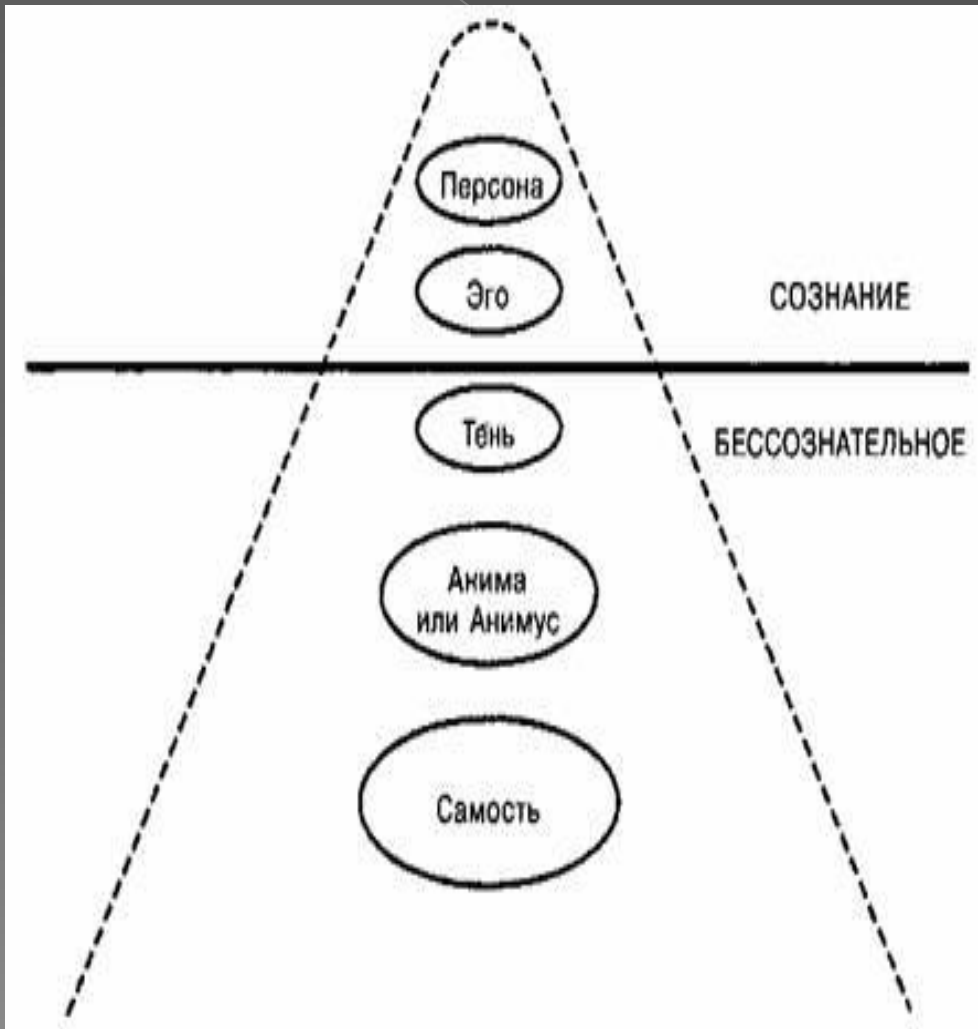


К.Г.Юнг

«Наша психология тащит за собой длинный, как у ящерицы, хвост, заключающий в себе всю историю индивидуального рода, нации, Европы и всего человечества».

Универсальное начало психики, память всего человечества, общечеловеческий опыт

Структура психики по К.Юнгу



Юнг выделяет пять структурных элементов психики:

Персона, Эго, Тень, Анима и Анимус, Самость.

Персона

Персона — это маска, которую человек бессознательно надевает на себя, чтобы производить впечатление на других и скрывать свою истинную природу



Тень



Тень – это всё мерзкое, грязное, неприятное, что живёт внутри нас, и что мы прячем где-то глубоко в себе

Анима – бессознательное женское начало в психике мужчины и мужское в психике женщины

Анима – это природный архетип. Она сводит воедино все проявления бессознательного, она есть основа настроений, реакций, импульсов, всего, что психически спонтанно. Она живёт из самой себя и делает нас живущими.

Самость

Самость — это когда все структуры психики находятся между собой в относительной или полной гармонии, это — целостный человек, как бы образ Бога в нас, идеал, к которому мы постоянно стремимся



Символическое
выражение самости
в буддизме

Юнгианские аналитические техники:

- ◎ Активное воображение
- ◎ Метод амплификации
- ◎ Песочная терапия
- ◎ Анализ сновидений



Активное воображение

– техника, направленная на порождение символов для интеграции сознательных и бессознательных процессов.

Метод амплификации

– выстраивание взаимосвязей между индивидуальными и универсальными символами через интерпретацию образов.

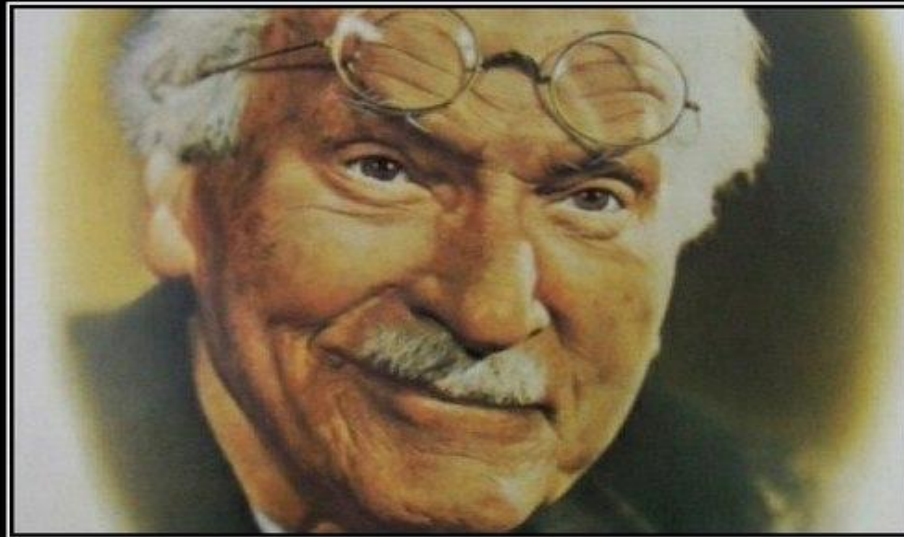
Песочная терапия

– метод, предложенный ученицей К.Г. Юнга Дорой Кальф. С одной стороны, метод является «песочницей в миниатюре», с другой стороны – миниатюрной моделью мира.

Анализ сновидений

– интерпретация снов с помощью поиска взаимосвязей между культуральными и индивидуальными символами. Сновидения рассматривались Юнгом как прямой канал связи с бессознательным, всегда решающий конкретную сущностную задачу.

Юнгианский анализ во всех его вариантах — занятие достаточно сложное и виртуозное, поэтому кроме владения методом аналитик сам должен быть проработанной личностью.



Карл Юнг

Если мы не осознаем, что происходит у нас внутри, то извне нам кажется, что это судьба.

A black and white close-up portrait of an elderly man with white hair, glasses, and a mustache. He is wearing a suit and tie and is holding a pipe in his mouth. The background is dark and out of focus.

**Спасибо
за
внимание!**