

Научная статья

УДК 159.923

<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2024-1-141-148>

Нивелирование негативных проявлений нарциссизма у студентов методом юнгианской песочной терапии

Евгения Николаевна Рядинская¹, Вахтанг Вячеславович Волобуев²,
Кристина Борисовна Богрова³

^{1, 2, 3} Донбасская аграрная академия, Макеевка, Россия

¹ muchalola@mail.ru

² goodpsychologist@gmail.com

³ K.Bogrova@yandex.ru

Аннотация

Исследуется актуальный вопрос нивелирования негативных проявлений нарциссизма методом юнгианской песочной терапии, так как на практике отмечается недостаток методических разработок по оказанию помощи людям с нарциссическими проявлениями, не достигшими клинического уровня. Цель исследования: апробировать тренинговую программу по нивелированию негативных проявлений нарциссизма среди студентов методом юнгианской песочной терапии. Технология реализации тренинговой программы включала в себя следующие формы работы: психодиагностика, мини-лекция, экспресс-опрос, воркшоп, амплификации, индивидуальное консультирование, групповой тренинг. Анализ результатов исследования удостоверяет в положительной тенденции по трансформации нарциссических проявлений и может быть рекомендован к использованию в психологической практике для помощи людям с проявлениями нарциссизма.

Ключевые слова: нарциссизм, юнгианская песочная терапия, гендерная идентичность

Для цитирования: Рядинская Е. Н., Волобуев В. В., Богрова К. Б. Нивелирование негативных проявлений нарциссизма у студентов методом юнгианской песочной терапии // Научно-педагогическое обозрение. 2024. Вып. 1 (53). С. 141–148. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2024-1-141-148>

Original article

Leveling the negative manifestations of narcissism in students by the method of jungian sand therapy

Evgeniya N. Ryadinskaya¹, Vakhktang V. Volobuev², Kristina B. Bogrova³

^{1, 2, 3} Donbass Agrarian Academy, Makeevka, Russian Federation

¹ muchalola@mail.ru

² goodpsychologist@gmail.com

³ K.Bogrova@yandex.ru

Abstract

In recent decades, there has been an increase in the destructive influence of narcissistic patterns on the life of modern society. Such phenomena as selfishness, pride, and skepticism are promoted in

social networks and advertising and offer a new model of behavior. More and more people are striving to improve various aspects of their lives – from their own body to family and business. However, the desire for excellence and success can lead to bitter disappointment and dissatisfaction. This article is devoted to the issue of leveling the negative manifestations of narcissism by the method of Jungian sand therapy, since in practice there is a lack of methodological developments to help people with narcissistic manifestations that have not reached the clinical level. The purpose of the study: to test a training program for leveling the negative manifestations of narcissism among students using the Jungian sand therapy. The training program developed by us is dedicated to the transformation of narcissism based on sand therapy and is a synthesis of Carl Jung's ideas and personal experience of using art therapy. Such work is based on the creation of artistic images from various materials: stones, sand, water, etc. The technology for implementing the training program included the following forms of work: psychodiagnostics, mini-lecture, express survey, workshop, amplification, individual counseling, group training. Analysis of the results of the study confirms a positive trend in the transformation of narcissistic manifestations and can be recommended for use in psychological practice to help people with manifestations of narcissism.

Keywords: *narcissism, Jungian sand therapy, gender identity*

For citation: Ryadinskaya E. N., Volobuev V. V., Bogrova K. B. Nivelirovaniye negativnykh proyavleniy nartsissizma u studentov metodom yungianskoy pesochnoy terapii [Leveling the negative manifestations of narcissism in students by the method of jungian sand therapy]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2024, vol. 1 (53), pp. 141–148. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2024-1-141-148>

В последние десятилетия отмечается усиление деструктивного влияния нарциссических паттернов на жизнь населения. Такие явления, как эгоизм, самолюбие, скепсис, пропагандируются в социальных сетях, рекламе и предлагают новую модель поведения в обществе. В современном обществе все больше людей стремятся к совершенствованию различных аспектов своей жизни – от собственного тела до семьи и бизнеса. Однако жажда совершенства и успеха может привести к горькому разочарованию и неудовлетворенности. К примеру, при моделировании идеального тела в воображаемом регистре создается образ физической совершенности – стройного телосложения, безупречной кожи и прекрасной фигуры [1, 2]. Однако реальность может оказаться не такой радужной, и вместо желаемого результата происходит столкновение с неудовлетворенностью и недовольством своим внешним видом [3]. В контексте нарциссизации общества особое значение приобретает изучение изменений, происходящих в сознании современной студенческой молодежи, это позволяет спрогнозировать то, как изменения в обществе могут влиять на развитие жизнедеятельности личности в дальнейшем.

Актуальность исследования обуславливается недостаточной разработанностью понятия «нарциссизм» в отечественном психологическом дискурсе, разрозненной концептуализацией теоретических находок и эмпирических данных, в целом не интегрированных и до конца не осмысленных психологической наукой в пределах психической нормы, не достигающей уровня проявления патологического нарциссизма [4]. Также отметим, что в психологической практике отмечается недостаток психокоррекционного арсенала для людей с нарциссическими проявлениями, что обуславливает выбор темы данного исследования.

На фоне дефицита научных работ феномен нарциссизма получил свое выражение в ряде зарубежных психологических исследований З. Фрейда, К. Хорни, М. Кляйн, Х. Кохут и других ученых. В отечественной психологии стали появляться исследования не только в клинической сфере, а прицельно на контингенте психической нормы в трудах Н. В. Дмитриевой, О. Н. Павловой, Н. М. Клепиковой, О. А. Шамшиковой, С. Е. Соколова и др.

Цель исследования: апробировать трениговую программу по нивелированию негативных проявлений нарциссизма среди студенческой молодежи методом юнгианской песочной терапии.

Для изучения выделенной проблемы были использованы следующие методики: методика диагностики личностных черт «Темная дюжина» (адапт. «Темная триада»), авт. Т. В. Корнилова, С. А. Корнилов, М. А. Чумакова, М. С. Талмач – для изучения уровневой выраженности нарциссизма; Я-структурный тест Аммона (Ich-Struktur-Test nach Ammon, ISTA), авт. Г. Аммон – для ди-

агностики соотношения выраженности конструктивного деструктивного и дефицитарного нарциссизма; опросник «Нарциссические черты личности» (О. А. Шамшикова, Н. М. Клепикова) – для исследования явных и скрытых факторных характеристик нарциссизма. Также в исследовании использовался t-критерий Стьюдента.

В ходе теоретического анализа относительно современного состояния проблемы нарциссизма и юнгианского метода песочной терапии были сформулированы следующие определения данных феноменов. Под термином «нарциссизм» понимается характерная черта личности, проявляющаяся в сильном самолюбании и завышенной самооценке, которые не соответствуют реальности. В повседневной речи слово «нарциссизм» обычно используется для обозначения таких негативных качеств, как эгоцентризм, претензии на важность и заносчивость. В широком смысле термин «нарциссизм» применяется в современной психологии, чтобы описать повышенный интерес человека к самому себе, включая как здоровые, так и патологические аспекты [5]. Также есть нарциссические проявления личности в рамках психической нормы. Это набор стабильных повторяющихся черт поведения, таких как преувеличенное чувство собственной значимости, захваченность фантазиями о неограниченном успехе, вера в собственную уникальность, потребность в постоянном восхищении, манипуляции в межличностных отношениях, ощущение привилегированности, отсутствие эмпатии, зависть к достижениям других, дерзкое и высокомерное поведение.

Основные аспекты юнгианской песочной терапии сводятся к тому, что данный метод дает возможность клиентам развиваться и исследовать свое внутреннее мироощущение через использование символов, метафор и перевоплощений. Юнгианская песочная терапия показывает свою эффективность в работе с различными возрастными группами и в различных контекстах, помогая людям обрести глубокое понимание себя и своих внутренних процессов. В работе используются символическая и метафорическая работа с песком и миниатюрными фигурами для исследования и преодоления эмоциональных и психологических проблем клиента.

Разработанная тренинговая программа посвящена трансформации нарциссизма на основе идей песочной терапии К. Юнга [6] и его последователей – Р. Амманн [7], Д. Кальфф [8], Sandplay [9] и др. Мы стремились синтезировать представления К. Юнга и личный опыт использования методов арт-терапии. В основе такой работы положено создание художественных образов из различных материалов: камни, песок, вода и т. д. Создание изобразительного образа в песочной терапии, отражающего внутренний мир человека, начинается с прямого тактильного контакта с естественными материалами, который представляет собой некий диалог между руками и песком. Создание своего мира может трактоваться как процесс оформления внутренних основ психического бытия человека через песок, воду и другие природные средства. Недолговечность существования создаваемых образов и игровой посыл самого процесса манипулирования с естественными природными материалами придают песочной терапии символизм коммуникации, который позволяет человеку транслировать свои глубинные переживания [10, 11].

Наша тренинговая программа реализовывалась на базе Научно-консультационного психологического центра Донбасской аграрной академии. Выборку разделили поровну испытуемые мужского и женского пола в возрасте 22–29 лет. Для участия в формирующем эксперименте были отобраны 40 студентов с маскулинным и андрогинным типом гендерной идентичности, у которых наблюдались негативные проявления нарциссизма (высокий уровень или деструктивный характер). Представителей феминной гендерной принадлежности в данном исследовании не было выявлено.

Технология реализации тренинговой программы включала в себя такие формы работы, как экспресс-опрос, мини-лекция, амплификации, психодиагностика, воркшоп, индивидуальное консультирование, групповой тренинг. Индивидуальное консультирование осуществлялось по два раза в неделю по одному часу, а групповая тренинговая работа – два дня по шесть часов. Индивидуальная проработка была спланирована с учетом выявленных корреляций проявлений нарциссизма у людей с разными гендерными принадлежностями. Для андрогинного типа гендерной идентичности основной акцент был сделан на работе над потребностью в постоянном внимании и восхищении, а также манипуляциях во взаимоотношениях. Для маскулинного типа гендерной идентичности проработка шла с упором на анализ потребности в постоянном внимании и восхищении, отсутствии эмпатии, испытывании зависти и заносчивом поведении. В рамках групповой

проработки использовались различные техники и методы для трансформации нарциссизма. В песочной терапии применялись специальные методики работы с нарциссами, основанные на подходе Юнга. Также проводился разбор и анализ работы с участниками группового тренинга и определение нарциссических проявлений, которые сложно поддаются трансформациям. Для работы с нарциссическими людьми использовались амплификации, техника, разработанная Юнгом, которая позволяет расширить понимание и значение психологически значимого материала. Амплификации использовались при анализе фильмов, сказок, мифов, литературных произведений, героями которых выступали нарциссы. Также проводились воркшопы [9].

Внедрение разработанной программы предусматривало пре- и постэкспериментальный контроль. Для проверки эффективности разработанной программы методом случайного отбора испытуемые были разделены на две группы: экспериментальная (ЭГ) и контрольная (КГ) – по 20 испытуемых в каждой. Для подтверждения отсутствия статистически значимых отличий в показателях нарциссизма у испытуемых ЭГ и КГ до начала эксперимента использовался t-критерий Стьюдента (табл. 1).

Таблица 1

Результаты расчета t-критерия Стьюдента до тренинговой программы

Методика		Показатель		
		Среднее значение		Эмпирическое значение $t_{\text{эмп}}$
		ЭГ	КГ	
Темная дюжина (Т. В. Корнилова, С. А. Корнилов, М. А. Чумакова, М. С. Талмач)	Нарциссизм	5,3	6,4	2,4
Виды нарциссизма (Г. Аммон)	Конструктивный	39,6	43	0,7
	Деструктивный	59,3	60,8	0,3
	Дефицитарный	63,9	63,4	0,1
Нарциссические черты личности (О. А. Шамшикова, Н. М. Клепикова)	Грандиозное чувство значимости	24,6	25,8	0,5
	Поглощенность фантазиями	28,3	29,6	0,4
	Вера в собственную уникальность	23,2	23,4	0,1
	Потребность в постоянном внимании и восхищении	28,3	31,6	1,8
	Ожидание особого отношения	25,3	25,4	0
	Манипуляции в межличностных отношениях	23,7	26,2	1,3
	Отсутствие эмпатии	28	30,8	0,6
	Сверхзанятость чувством зависти	27,5	29,8	1,9
	Дерзкое заносчивое поведение	18,1	19,6	1

Критическое значение для $n = 20$ и уровня значимости $p = 0,01$ равняется: $t_{\text{кр}}(0,01) = 2,88$. Так как $t_{\text{эмп}} > t_{\text{кр}}$, принимается гипотеза H_0 , т. е. разница между показателями нарциссизма КГ и ЭГ к началу эксперимента не является статистически значимой.

Далее в одной группе (экспериментальной) осуществлялась целенаправленная коррекция проявлений нарциссизма методом юнгианской песочной терапии. В другой группе (контрольной) ничего не проводилось. Сравнение двух групп позволило сделать заключение о результативности апробации программы.

После проведения формирующего эксперимента, то есть внедрения программы в экспериментальной группе, испытуемые обеих групп были протестированы повторно. Для оценки различий величин средних значений двух выборок, которые распределены по нормальному закону, используем t-критерий Стьюдента (табл. 2).

Анализ результатов исследования удостоверяет, что индивидуальная и групповая работа осуществила выраженное психокоррекционное воздействие на оптимизацию проявлений нарциссизма. Так, если по методике диагностики личностных черт «Темная дюжина» (Т. В. Корнилова, С. А. Корнилов, М. А. Чумакова, М. С. Талмач) до проведения формирующего эксперимента в ЭГ наблюдался средний и высокий уровень нарциссизма, то есть испытуемые демонстрировали нере-

алистическую самооценку, уход в свой внутренний мир, негативизм, частые обиды и ощущение, непонятое окружающими, то после внедрения нашей программы показатели улучшились, на что указывает среднее значение данных в экспериментальной группе – 4,9 балла. До эксперимента средний балл в ЭГ составлял 6,4 (рис. 1). У испытуемых наблюдались изменения в самооценке, снизился негативизм, улучшилась способность к восприятию критики, и большая часть испытуемых научилась принимать эмоциональную поддержку окружающих.

Таблица 2

Результаты расчета *t*-критерия Стьюдента после тренинговой программы

Методика		Показатель				
		Среднее значение		Эмпирическое значение $t_{\text{эмп}}$	Критическое значение $t_{\text{кр}}$	p
		ЭГ	КГ			
Темная дюжина (Т. В. Корнилова, С. А. Корнилов, М. А. Чумакова, М. С. Талмач)	Нарциссизм	4,9	6,4	3,1	2,88	<0,01
Виды нарциссизма (Г. Аммон)	Конструктивный	29,8	43	2,9		<0,01
	Деструктивный	43,3	60,8	3		<0,01
	Дефицитарный	60,4	63,4	0,4		>0,01
Нарциссические черты личности (О. А. Шамшикова, Н. М. Клепикова)	Грандиозное чувство значимости	23,2	25,8	1,1		>0,01
	Поглощенность фантазиями	26,9	29,6	0,9		>0,01
	Вера в собственную уникальность	22	23,4	0,6		>0,01
	Потребность в постоянном внимании и восхищении	25,3	31,6	4		<0,01
	Ожидание особого отношения	24,2	25,4	0,6		>0,01
	Манипуляции в межличностных отношениях	20,6	26,2	3,2		<0,01
	Отсутствие эмпатии	20,1	30,8	2,9		<0,01
	Сверхзанятость чувством зависти	25,6	29,8	3,9		<0,01
	Дерзкое заносчивое поведение	15,4	19,6	3		<0,01

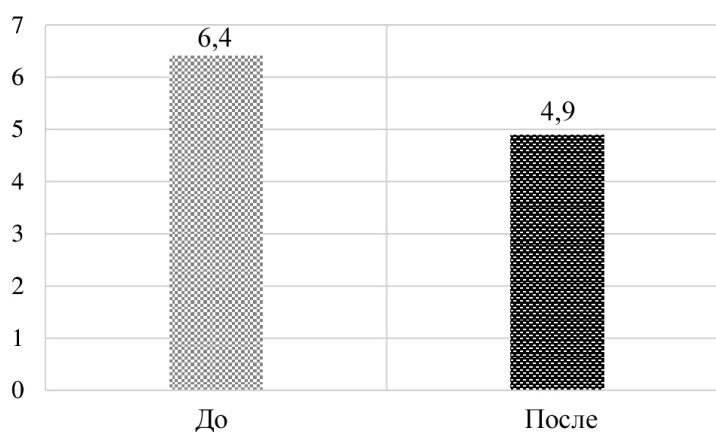


Рис. 1. Средние показатели уровня нарциссизма до и после применения программы в ЭГ по методике «Темная дюжина»

По методике «Я-структурный тест Аммона» после применения нашей программы в ЭГ средний балл конструктивного нарциссизма снизился с 41 до 29,8 и деструктивного – с 62,4 до 43,3. По шкале «дефицитарный нарциссизм» значительные изменения не были зафиксированы (до эксперимента 63,9, после 60,4) (рис. 2). После проведения тренинговой работы в поведении большинства испытуемых демонстрировалась уверенность в себе, хороший эмоциональный самоконтроль, способность находить интуитивные решения, действовать спонтанно, самостоятельно, брать на себя ответственность. Испытуемые стали проявлять терпимость к собственным слабостям и недостаткам других, недоброжелательным оценкам.

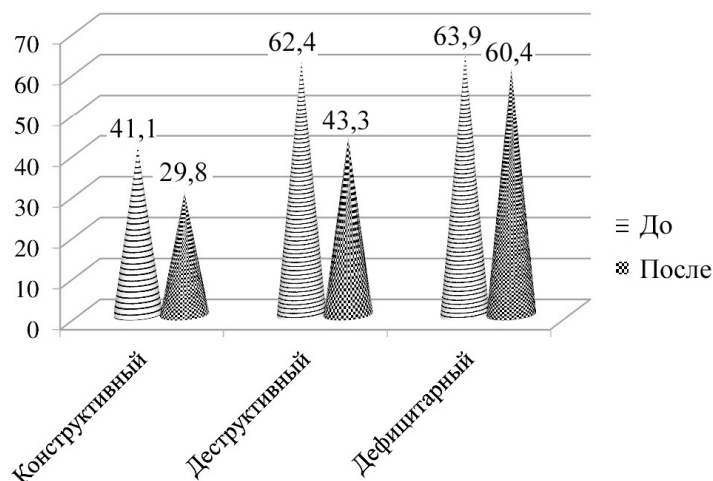


Рис. 2. Средний балл выраженности нарциссизма в ЭГ по методике «Я-структурный тест Аммона» до и после проведения тренинга

Результаты по опроснику «Нарциссические черты личности» (О. А. Шамшикова, Н. М. Клепикова) представлены на рис. 3.

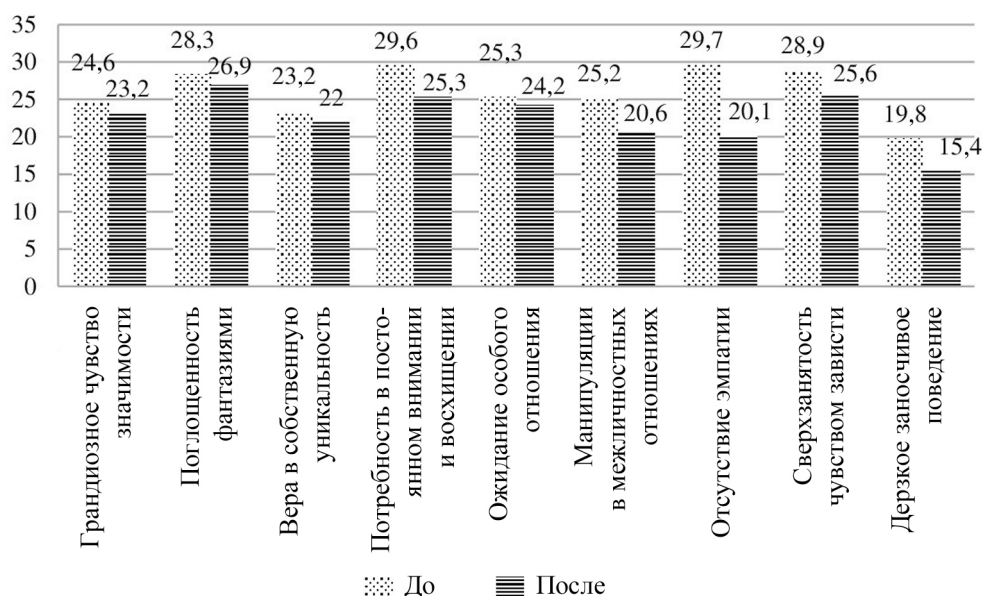


Рис. 3. Средний балл результатов опросника «Нарциссические черты личности» в ЭГ до и после проведения тренинга

В целом у испытуемых наблюдались следующие качественные изменения: снижение проявлений нарциссизма, негативных социально-психологических факторов, болезненных ощущений, улучшение состояния и увеличение эффективности, а также изменения в самооценке, снизился негативизм, улучшилась способность восприятия критики, позитивное и адекватное реальности отношение к себе.

Таким образом, в ходе реализации программы были проанализированы изменения, которые были выражены как количественно, так и качественно, что подтвердилось математическими расчетами. В экспериментальной группе наблюдались позитивные изменения после проведения тренинговой работы, а в контрольной группе практически нет. Подытоживая все вышеизложенное, можно заключить, что небольшое количество респондентов позволило лишь наметить определенную тенденцию положительного воздействия проделанной работы. Для более основательных умозаключений в перспективах дальнейших исследований требуется увеличить объем выборки.

Список источников

1. Лабунская В. А., Дроздова И. И. Теоретико-эмпирический анализ влияния социально-психологических факторов на оценки, самооценки молодыми людьми внешнего облика // Российский психол. журнал. 2017. Т. 14, вып. 2. С. 202–226. doi: 10.21702/rpj.2017.2.12
2. Пищик В. И. Нарциссизм и уровень тревожности азербайджанских и российских студентов с различными оценками ауостереотипов поведения // Психол. журнал. 2021. Т. 42, вып. 5. С. 24–36. doi: 10.31857/S020595920016044-4
3. Соколова Е. Т. Нарциссизм как клинический и социокультурный феномен // Вопросы психологии. 2009. Вып. 1. С. 67–80.
4. Афанасенко И. В., Махрина Е. А., Левчук А. В. Нарциссические особенности и их связь с ценностями и направленностью личности у студентов-гуманитариев // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2016. Т. 5, вып. 6А. С. 65–80.
5. Шамшикова О. А. Операционализация понятия «нарциссизм» в пределах психической нормы // Мир науки, культуры, образования. 2011. Вып. 3. С. 151–158.
6. Юнг К. Г. Аналитическая психология: ее теория и практика. Тавистокские лекции. СПб., 2007. 236 с.
7. Ammann R. The sandtray as a garden of the soul // Journal of Sandplay Therapy. 1994. Vol. 4, № 1. P. 46–65.
8. Kalff D. Sandplay. A Psychotherapeutic Approach to the Psyche. Temenos Press, 2003. 169 p.
9. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб., 2006. 172 с.
10. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная психотерапия. СПб., 2001. 314 с.
11. Волобуев В. В. Разработка тренинговой программы по трансформации нарциссизма методом юнгианской песочной терапии // Гуманитарные научные исследования. 2022. Вып. 7. URL: <https://human.snauka.ru/2022/07/51231> (дата обращения: 01.07.2023).

References

1. Labunskaya V. A., Drozdova I. I. Teoretiko-empiricheskiy analiz vliyaniya sotsial'no-psikhologicheskikh faktorov na otsenki, samootsenki molodymi lyudmi vneshnego oblika [Theoretical and empirical analysis of the influence of socio-psychological factors on assessments, self-assessments of young people's appearance]. *Rossiyskiy psikhologicheskiy zhurnal – Russian Psychological Journal*, 2017, vol. 14, no. 2. pp. 202–226. doi: 10.21702/rpj.2017.2.12. (in Russian).
2. Pishchik V. I. Nartsissizm i uroven' trevozhnosti azerbaydzhanskikh i rossiyskikh studentov s razlichnymi otsenkami autostereotipov povedeniya [Narcissism and the level of anxiety of Azerbaijani and Russian students with different assessments of autostereotypes of behavior]. *Psikhologicheskiy zhurnal – Psychological journal*, 2021, vol. 42, no. 5. pp. 24–36. doi: 10.31857/S020595920016044-4 (in Russian).
3. Sokolova E. T. Nartsissizm kak klinicheskiy i sotsiokul'turnyy fenomen [Narcissism as a clinical and sociocultural phenomenon]. *Voprosy psikhologii – Voprosy Psychologii*, 2009, no. 1, pp. 67–80 (in Russian).
4. Afanasenko I. V., Makhrina E. A., Levchuk A. V. Nartsissicheskiye osobennosti i ikh svyaz' s tsennostyami i napravlennost'yu lichnosti u studentov-gumanitariyev [Narcissistic features and their relationship with the values and orientation of the personality of students in the humanities]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskiye obzory i sovremennyye issledovaniya – Psychology. Historical-critical reviews and contemporary research*, 2016, vol. 5, no. 6A, pp. 65–80 (in Russian).
5. Shamshikova O. A. Operatsionalizatsiya ponyatiya “nartsissizm” v predelakh psikhicheskoy normy [Operationalization of the concept of “narcissism” within the limits of the mental norm]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya – The world of science, culture, education*, 2011. no. 3, pp. 151–158 (in Russian).
6. Yung K. G. *Analiticheskaya psikhologiya: eye teoriya i praktika. Tavistokskkiye lektsii* [Analytical psychology: its theory and practice. Tavistock Lectures]. Saint Petersburg, ABC Classics Publ., 2007. 236 p. (in Russian).

7. Ammann R. The sandtray as a garden of the soul. *Journal of Sandplay Therapy*, 1994, vol. 4, no.1, pp. 46–65.
8. Kalff D. *Sandplay. A Psychotherapeutic Approach to the Psyche*. Temenos Press, 2003. 169 p.
9. Sakovich N. A. *Tekhnologiya igry v pesok. Igry na mostu* [Sand play technology. bridge games]. Saint Petersburg, Rech Publ., 2008. 172 p. (in Russian).
10. Shteynkhardt L. *Yungianskaya pesochnaya psikhoterapiya* [Jungian sand psychotherapy]. Saint Petersburg, Piter Publ., 2001. 314 p. (in Russian).
11. Volobuev V. V. Razrabotka treningovoy programmy po transformatsii nartsissizma metodom yungianskoy pesochnoy terapii [Development of a training program for the transformation of narcissism by the method of Jungian sand therapy]. *Gumanitarnye nauchnye issledovaniya – Humanitarian scientific research*, 2022, vol. 7 (in Russian). URL: <https://human.snauka.ru/2022/07/51231> (accessed 01 July 2023).

Информация об авторах

Рядинская Е. Н., доктор психологических наук, доцент, Донбасская аграрная академия (ул. Ленина, 87, Макеевка, Россия, 286157).

Волобуев В. В., кандидат медицинских наук, член-корреспондент МАНПО, Донбасская аграрная академия (ул. Ленина, 87, Макеевка, Россия, 286157).

Богрова К. Б., кандидат психологических наук, доцент, член-корреспондент МАНПО, Донбасская аграрная академия (ул. Ленина, 87, Макеевка, Россия, 286157).

Information about the authors

Ryadinskaya E. N., Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Donbass Agrarian Academy (ul. Lenina, 87, Makeevka, Russian Federation, 286157).

Volobuev V. V., Candidate of Medical Sciences, Corresponding member of IATP, Donbass Agrarian Academy (ul. Lenina, 87, Makeevka, Russian Federation, 286157).

Bogrova K. B., Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Corresponding member of IATP, Donbass Agrarian Academy (ul. Lenina, 87, Makeevka, Russian Federation, 286157).

Статья поступила в редакцию 06.08.2023; принята к публикации 22.12.2023

The article was submitted 06.08.2023; accepted for publication 22.12.2023