

Блінов О. А. Поняття метафоричних асоціативних карт та їх використання в психологічній реабілітації / Актуальні проблеми вищої професійної освіти України: Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції 19 березня 2015 р. / За заг. ред. Е.В. Лузік, О.М. Акмалдінової. – К. : НАУ, 2015. – С. 14.

*Олег Блінов*

*к. психол. н., доцент, м. Київ*

## **ПОНЯТТЯ МЕТАФОРИЧНИХ АСОЦІАТИВНИХ КАРТ ТА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

Впровадження новітніх ефективних методів роботи практичним психологом є однією з вимог сучасності, запорукою його професійного успіху та гарантією позитивного настрою від результатів роботи.

Метафоричні асоціативні карти – це універсальний психологічний інструмент, який базується на метафорі, апелюючи до підсвідомості людини і вживаний для діагностики, корекції, розвитку, розкриття творчих здібностей та коучингу.

Перша колода метафоричних асоціативних карт була створена канадським професором мистецтвознавства Елі Раманом в 1975 році. Свою колоду він назвав «Oh» (англійське вигук, що виражає здивування). У співпраці з психотерапевтом Джо Шліхтером були розроблені правила і принципи використання карт як психологічного інструменту.

У нашій країні метафоричні асоціативні карти з'явилися порівняно недавно. Вони були прийняті з натхненням, як фахівцями професій, які допомагають людині (психологами, соціальними педагогами, психотерапевтами та соціальними працівниками), так і широким колом людей, що цікавляться самопізнанням і саморозвитком.

Метафоричні асоціативні карти – це набір картинок розміром від гральної карти до листівки, що упаковані в коробці. До карток, як правило

прикладається інструкція з описом структури колоди, її призначення та вправами.

У психологічній реабілітації військовослужбовців мною використовуються колоди: «108: пространство бесконечных вариантов», «Страх как ресурс», «Дерево как образ человека», «О природе и погоде. Метафора эмоциональной сферы», «Стресс-стоп!» та ін. колоди карт.

При роботі з пораненими і контуженими військовослужбовцями метафоричні асоціативні карти дозволяють налагодити конструктивний діалог між клієнтом і психологом. У зв'язку з масовою відмовою військовослужбовців від роботи з традиційними методами психодіагностики (анкетуванням, роботі з бланковими тестовими методиками, автоматизованими психологічними методиками на базі ПЕОМ та ін.) метафоричні асоціативні карти дозволяють не тільки оперативно провести психодіагностику клієнтів, але і вирішити з їх допомогою багато психологічних проблем.

Коли військовослужбовець бачить в перший раз метафоричні асоціативні карти перед собою – це викликає у нього завжди непідробний інтерес і бажання взяти участь у роботі. При роботі з МАК було встановлено, що самопочуття клієнтів піднімається на 44%, настрій піднімається на 54%, активність на 37%.

Таким чином, метафоричні асоціативні карти є ефективним практичним методом психологічної роботи з клієнтами і перспективним напрямком розвитку психологічної науки.