

Сергієнко Ірина,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології,
глибинної корекції та реабілітації
Черкаського національного
університету імені Богдана
Хмельницького

**МЕТАФОРИЧНІ АСОЦІАТИВНІ КАРТКИ «ФАНТОМИ ДУШІ»
(І.М. СЕРГІЄНКО, К.М. БОНДАР)**

Анотація. У тезах розкрито сутність та техніки застосування метафоричних асоціативних карт «Фантоми душі». Набір метафоричних карт створено на основі співпраці психологів І.М. Сергієнко (теоретичне обґрунтування) та К.М. Бондар (художнє відтворення). Розглянуто процедури застосування набору метафоричних асоціативних карт відповідно до запропонованих технік.

Аннотация. В тезисах раскрыты сущность и техники применения метафорических ассоциативных карт «Фантомы души». Набор метафорических карт создан на основе сотрудничества психологов И.М. Сергиенко (теоретическое обоснование) и К.М. Бондарь (художественное воплощение). Рассмотрены процедуры применения набора метафорических ассоциативных карт в рамках предложенных техник.

Summary

The theses reveal the essence and techniques of using metaphorical associative cards "Phantoms of the Soul". A set of metaphorical cards is created on the basis of cooperation of psychologists I.M. Serhiienko (theoretical analyses) and K.M. Bondar (painting). Procedures for applying a set of metaphorical associative cards in accordance with the proposed techniques are considered.

Актуальність. Сучасне суспільство насичене процесами віртуалізації головних сфер життя людини. Особистість все більше часу віддає віртуальному світу (інтернет-магазини, банки, замовлення товарів та послуг, знайомства та спілкування, тощо). Психіка людини починає вчитися орієнтуватися в сфері абстрактної, уявної реальності. небезпека для людини виявляється у тому, що віртуалізація життєвого простору призводить до звуження зони взаємодії людини з матеріальним світом, який відображається нашими органами відчуттів. Психіка сучасної людини уходить все далі і далі у простір абстрактного та уявного, що породжує ризик «відриву від дійсної реальності». Практична психологія має розробляти методи, які б здійснювали діагностику та вчасну корекцію психіки осіб, що втрачають збалансованість взаємодії із віртуальним та матеріальним світом.

Розробку практичних методів допомоги особистості у наближенні до справжнього, чуттєво відображеного світу було започатковано ще такими фахівцями, як Я.Л. Морено (метод психодраматичної роботи із «зверх-реальністю»), К. Роджерс та У. Шутц (методологія Зустрічі), Н. Роджерс (терапія експресивними мистецтвами), Т.С. Яценко (метод активного соціально-психологічного навчання). Не зважаючи на велику кількість досліджень у контексті виникнення інтернет-залежностей у користувачів, вивчення впливу соціальних мереж на психіку дитини, поза увагою дослідників залишається питання міри і змісту віртуалізації психіки сучасної людини. Постає нове актуальне завдання - розробка адекватних методів психологічної допомоги, а саме: діагностики, корекції, терапії з метою здійснення психопрофілактики дисбалансу взаємодії (абстрактної та чуттєвої) людини зі світом.

Метою роботи є презентація авторської концепції фантомної реальності та методу метафоричних асоціативних карт «Фантоми душі» для роботи психолога у сфері психопрофілактики дисгармоній у психіці клієнтів.

Виклад основного матеріалу дослідження (зміст арттехнології).

Метафоричні асоціативні картки «Фантоми душі» створено в липні 2017 року завдяки творчій співдружності психолога, психодраматерапевта І.М. Сергієнко, автора теорії фантомної реальності, відображеної в книгах «Фантоми душі: нотатки психодраматерапевта» (2014), «Фантомна реальність і психодраматична практика» (2017), і психолога, арттерапевта, художниці К.М. Бондар, яка втілила у вигляді метафоричних образів низку психологічних фантомів.

Набір налічує 15 карток, які відображають різні види фантомних явищ. На кожній картці синтезовано кілька їх різновидів, тому загальна кількість ідентифікованих психологічних ілюзій становить набагато більше. Опис та інтерпретація кожної карти надано в «Методичному керівництві до карт «Фантоми душі» (Сергієнко І.М., 2018). МАК «Фантоми душі» презентовано громадськості на науково-практичних конференціях та методичних семінарах протягом 2017 - 2020 рр.

Техніка роботи з метафоричними асоціативними картами «Фантоми душі» (автор запропонованої техніки І.М. Сергієнко).

«Внутрішні бар'єри на шляху до мети»

Рекомендується для індивідуальної роботи з клієнтом.

Мета: діагностика фантомів (підсвідомих інтрапсихічних перешкод захисного спрямування) як психологічних бар'єрів на шляху досягнення суб'єктом власної мети, виявлення психологічних причин внутрішніх конфліктів у клієнта, тощо.

Матеріали: набір метафоричних карт «Фантоми душі» та інші набори МАК, наприклад, «Persona», «Personita», «ОН», «Core» і «Діалог сердець».

Процедура:

1 крок. Учасник вибирає «наосліп» будь-яку карту із набору карт, намагаючись знайти відповідь на питання: «Які внутрішні бар'єри заважають мені рухатися вперед до моїх цілей?». (Техніка може виконуватися також з відкритими картами, коли клієнт підбирає карту, яка б асоціювалася з відповіддю на його запитання). Особистість може пояснити, як вона сприймає обрану карту, що саме бачить на ній, які при цьому виникають думки та почуття щодо змісту образів.

2 крок. Для прояснення емоційного аспекту сприймання особистістю змісту карти психолог може запропонувати інші набори МАК. Наприклад, доречно попросити підібрати карти з назвами емоцій з наборів «ОН» (рамки з назвами) або «Що в серці

...Діалог сердець» (із зображеннями символічних сердець і рамками до них). Таким чином, суб'єкт може точніше рефлексувати ті почуття, що пов'язано у нього з обраною раніше картою із зображеннями психологічних фантомів.

3 крок. Також може бути використано набори МАК «Persona», «Personita» з метою знайти мімічні аналоги емоційних станів. Їх опис клієнтом є необхідним для самоусвідомлення особистістю власних почуттів і потреб.

4 крок. Діалог психолога і суб'єкта самопізнання щодо інтерпретації фантомів (психологічних ілюзій), які стали бар'єром на шляху особистості в її русі до поставлених цілей. За необхідності може бути використано інформацію з «Методичного керівництва до карт «Фантоми душі» (Сергієнко І.М., 2018), а також із посібників «Фантоми душі: нотатки психодраматерапевта» (Сергієнко І.М., 2014), «Фантомна реальність та психодраматична практика» (2017).

5 крок. Пошук ресурсу та вибір стратегії нейтралізації фантома (карти з наборів «ОН», «Соре»).

6 Крок. За необхідності психотерапевтичної роботи із нейтралізації впливу ілюзії, знайденої на попередніх етапах роботи, психологічна допомога клієнту може здійснюватися засобами психодрами у відповідності до послідовності дій: прийняття, прощання, відпускання та пошук нових рішень на основі врахування дійсності.

7 крок. Висновки особи щодо результатів проведеної роботи.

Висновки. Таким чином, метафоричні асоціативні картки «Фантоми душі» спрямовано на діагностику інтрапсихічних підсвідомих ілюзорних явищ в психіці суб'єкта життя. Цей набір карт може бути застосовано психологом з метою визначення захисних психологічних бар'єрів у психіці клієнта. Опрацювання МАК «Фантоми душі» із суб'єктом самопізнання може відбуватися у комплексі із іншими наборами МАК. Психологічна допомога щодо нейтралізації фантома передбачає діалог та застосування психодраматичних прийомів з метою проходження етапів: прийняття, прощання, відпускання, пошук нових рішень.

Подальші дослідження може бути спрямовано на визначення можливості поєднання метафоричних асоціативних карт «Фантоми душі» та ізотерапії.