

2. Даниленко, А. В. Исторические аспекты использования поэзии в терапии и коррекции эмоциональных состояний / А. В. Даниленко, С. С. Даниленко // Актуальные вопросы помощи личности в кризисных состояниях : материалы науч.-метод. семинара, Брест, 23 марта 2016 г. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина. – Брест : БрГУ, 2016. – С. 59–63.

3. Даниленко, А. В. Поэзия как психотерапевтическое средство: теоретическое обоснование / А. В. Даниленко // Весн. Брэсц. ун-та. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія. – 2017. – № 1. – С. 183–191.

4. Даниленко, А. В. Особенности и возможности поэзии в контексте терапии кризисных состояний и решении других проблем / А. В. Даниленко // Актуальные вопросы помощи личности в кризисных состояниях : материалы Междунар. науч.-практ. конф, Брест, 23–24 марта 2017 г. : в 2 ч. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина. – Брест : БрГУ, 2017. – Ч. 1. – С. 75–79.

5. Элиот, Т. Социальное назначение поэзии [Электронный ресурс] / Т. Элиот. – Режим доступа: <http://noblit.ru/node/1277>. – Дата доступа: 17.02.2017.

6. Хейзинга, Йохан. Homo Ludens; Статьи по истории культуры / Йохан Хейзинга ; пер., сост. и вступ. ст. Д. В. Сильвестрова ; науч. коммент. Д. Э. Харитоновича. – М. : Прогресс-Традиция, 1997. – С. 50–55.

7. Юнг, К. Об отношении аналитической психологии к поэзии / К. Юнг, Э. Нойманн // Психоанализ и искусство. – М. : Ваклер : Рефл-бук, 1996. – 304 с.

## **Ю. П. ДАНЧУК, О. А. ЛОГВИНА**

Украина, Каменец-Подольский, КПНУ имени Ивана Огиенко

### **ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТ В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА**

В работе с человеком, у которого есть психологические трудности, психолог может столкнуться с разными ситуациями. К их числу относятся сложности в описании клиентом тех чувств и переживаний, которые он испытывает в отношении имеющейся у него проблемы, затруднения в определении возможных вариантов ее решения и т. д.

Эффективным средством, которое практический психолог может использовать для выхода из таких ситуаций, являются метафорические карты. Они представляют собой набор картинок размером с игральную карту или открытку, которые могут содержать только изображение либо изображение со словом или фразой. При этом достаточно часто колода метафорических карт содержит два набора, один из которых с картинками,

а другой – с надписями. Введение таких карт в ход работы с клиентом предполагает размышление над метафорой, скрытой в изображении либо в изображении со словом или фразой. Как правило, для людей встреча с метафорой является интересной, она облегчает для них выражение собственных эмоций и подталкивает к активной работе (Н. В. Дмитриева, 2015). В связи с этим представляется важным изучение возможностей использования метафорических карт в работе практического психолога.

В настоящее время у психологов есть возможность использовать свыше 40 уникальных колод метафорических карт. С помощью метафорических карт психолог в ходе работы может создать обстановку, способствующую подлинно глубокому, искреннему общению людей, их самовыражению, раскрытию и рефлексии. Также к числу их достоинств относятся:

- возникновение у клиента чувства доверия и безопасности, поскольку он сам выбирает, насколько глубоко готов раскрыться в данный момент;
- создание общего контекста для психолога и клиента, общего метафорического языка при обсуждении той или иной ситуации из жизни клиента;
- возможность решения проблем на символическом уровне, возможность привлекать неосознаваемые ресурсы психики;
- развитие творческих способностей;
- легкость освоения методики психологом;
- отсутствие необходимости длительного обучения: с базовыми техниками можно разобраться по инструкции к любой колоде;
- гибкие правила использования, возможность разрабатывать новые авторские техники и адаптировать существующие техники под требования актуальной ситуации;
- привлекательность методики для клиента: яркие цветные картинки нравятся людям любого возраста и вызывают приятные эмоции (Мартинова, 2017).

Говоря о метафорических картах, выделяют следующие важные моменты в их использовании. Во-первых, практический психолог должен помнить о том, что карта – это дверь во внутреннее пространство человека, обеспечивающая быстрый контакт с его бессознательным. Метафоры, образы и ассоциации, возникающие в процессе работы с картами, позволяют с легкостью соприкоснуться с вытесненным материалом. Кроме того, поскольку само бессознательное проявляется в виде метафор, изображения на картах воспринимаются этой структурой психики как содержащие в себе некоторый символ. Каждый клиент видит в любом символе определенный, значимый только для него смысл, возникающий в результате интеграции сознательного (мысли, представления, идеи, воспоминания и пр.) и бессознательного материала. Следовательно, мотивы, ценности, потреб-

ности, диспозиции и конфликты человека могут проявляться в символическом варианте. В процессе интерпретации карт происходит трансформация языка, используемого в повседневной жизни, в особый символический язык – продукт символической логики (М. А. Мартынова, 2017).

Во-вторых, благодаря возникающим в ходе работы с метафорическими картами ассоциациям клиент может заново пережить некоторые события и истории своей жизни, в том числе и травматичные. Подобное повторное проживание является безопасным для клиента, так как работа с картами увлекает его и позволяет отключиться на время от тревожного материала, спроецировать на карты свое внутреннее состояние (М. А. Мартынова, 2017).

В-третьих, психолог при работе с клиентом должен выстраивать последовательность предъявления карт и сопровождающих их вопросов. Формулировка вопросов психологом при работе с клиентом с использованием метафорических карт должна быть корректной и точной, а обращенная к нему речь – понятной и совпадать с его речевой практикой.

Таким образом, метафорические карты представляют собой терапевтический инструмент, который психолог может использовать в своей работе. Они могут применяться в рамках проективной диагностики, коррекционной и консультативной практики, могут быть включены в содержание как индивидуальной, так и групповой формы работы.

Существует огромное количество приемов работы с использованием метафорических карт, при этом психолог, имеющий опыт их применения на практике, может придумывать собственные варианты. Включение карт в ход работы с клиентом позволяет психологу создать комфортную обстановку в рамках встречи, а также предложить безопасные упражнения для исследования проблемы клиента, даже такой, которая связана с травматическими событиями.

**В. И. ДОМБРОВСКИЙ, Н. С. МИЛАШУК**

Беларусь, Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

### **ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ НА ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ**

Отношение студентов к физической культуре и спорту – одна из актуальных социально-педагогических проблем. Среди множества задач, стоящих перед педагогами, одной из основных является формирование мотивационного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, потребности в систематических занятиях спортом.