

## ДІАГНОСТИЧНІ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ МЕТОДИКИ «ІНСАЙТ»

С. В. Куценко

Черкаський фізико-математичний ліцей

Підлітковий вік, серед періодів життя людини, є одним із найважливіших періодів становлення людини в якості біологічного виду і особистості. Цей період життя пов'язаний із усвідомленням себе, самовизначенням у майбутній професії, індивідуалізацією, відносинами з іншими людьми, любов'ю. Підліткам властиві сильні коливання емоційного стану, небажання приймати на себе серйозні зобов'язання тому вони мають відчуття, що суспільство їх не розуміє й не приймає.

Актуальним завданням стає обґрунтування методів і розробка методик, які б давали швидкі позитивні результати, дозволяли б нейтралізувати хронічні несприятливі емоційні стани людини і перетворювати їх у позитивні. Для вирішення цього завдання ми пропонуємо новостворену методику «Інсайт».

Метою нашого дослідження є розробка і апробування універсальних метафоричних асоціативних карт, що можуть бути інструментом для діагностики і психокорекції при взаємодії практичного психолога з підлітком (основна ідея карт – підліток має побачити та створити власну метафору).

Новизна роботи – створення і випробування карт «Інсайт». В основу методики покладено 2 ідеї (додаток А): пробудження внутрішніх асоціацій (методика використання метафоричних асоціативних карт) та самовираження через художні засоби (методика ізотерапії). Карти «Інсайт» (додаток Б):

- Мають форму кола. Це дає можливість зрозуміти, що на будь-яку ситуацію можна дивитись з різних сторін. Також це дає сигнал підсвідомості підлітка про можливість руху у вирішенні його актуальних питань.

- Одна карта «Інсайт» містить у собі багато різних сюжетів. Це створює уявлення про ситуацію, в якій знаходиться клієнт, як багатовимірне явище, тобто одночасно існує декілька варіантів розвитку подій поставленої проблеми і декілька варіантів її вирішення.

- Чорно-білі картки, які призначені для доопрацювання самим підлітком.

- Блобси - чоловічки, зображені в сюжетах, не мають жодних ознак, за якими їх можна розділити на статі, національності чи людей з різними рівнями інтелектуального розвитку. Це надає картам широкий спектр застосування.

У ході дослідження були використані теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення) та емпіричні (спостереження, опитування) методи. Була випробувана методика «Інсайт» та складено план роботи з нею (додаток В):

1. Налагодження контакту між психологом та клієнтом.

2. Клієнт обирає сюжет із запропонованих на карті; у нього є змога розмалювати або домалювати щось нове у вибраному сюжеті за допомогою олівців/фарб.

3. Обговорення малюнку із психологом.

4. Усвідомлення актуальної проблеми та пошук ресурсів для її вирішення. У ході спостережень та випробувань було підтверджено гіпотезу про те, що підліткам набагато цікавіше працювати з картами «Інсайт» тому, що їм подобається ідея створити власну метафору, а це, в свою чергу, пробуджує ідею створення власного життя; дані карти є дієвим засобом для самоусвідомлення та самовираження підлітка.

Використання даних карт дає можливість психологу: усунути недоліки у розвитку особистості підлітка; формувати навички, що роблять поведінку підлітка більш гнучкою; підвищити адаптивні можливості особистості підлітка; діагностувати індивідуально-психологічні особливості підлітка.

Використання даних карт дає можливість підлітку:

- Подивитись на свою ситуацію з мета-позиції
- Виразити і усвідомити свої почуття, потреби та суб'єктивне бачення ситуації при створенні власної метафори та розповіді особистої історії
- Задовольнити прагнення в самовираженні, самоусвідомленні, бути прийнятим однолітками (в особі учасників при колективній роботі) та психологом
- Отримати допомогу у вирішенні актуальних питань через зворотній зв'язок учасників групи та професійний супровід психолога
- Знайти і використати власні ресурси для пошуку і реалізації шляхів вирішення виникаючих життєвих задач

Методика «Інсайт» повністю підтвердила наші припущення щодо діагностичних та психокорекційних її можливостей; показала, що даний метод є дієвим засобом допомоги підлітку урівноважити його емоційний стан та підвищити рівень усвідомлення своєї особистості, власного життя; при пошуках відповідей стосовно актуальних питань, дана методика сприяє формуванню у підлітка відповідальності за власне життя і можливості самому його творити, як він творив власну метафору.

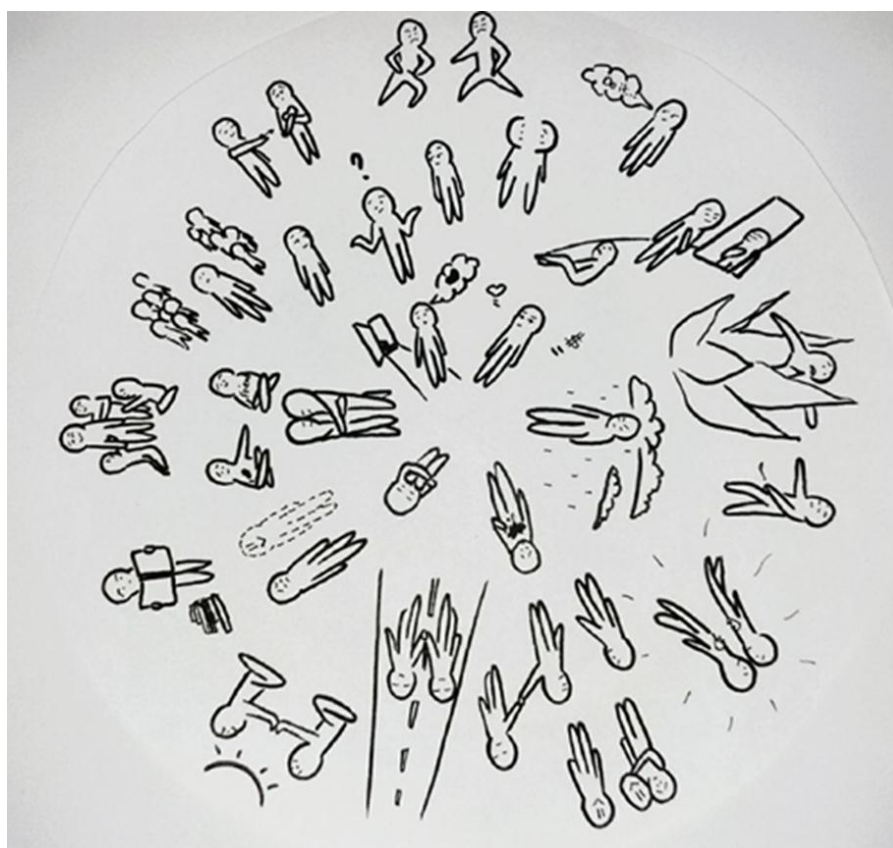
Теоретичне значення роботи полягає в узагальненні положень про специфіку використання метафоричних асоціативних карт.

Практичне значення – 1) створено та випробувано карти «Інсайт» для роботи психолога з підлітками, які допомагають клієнтам реалізовувати основні життєві прагнення і сприяють вирішенню їх особистих задач; 2) результати дослідження можуть бути використані або доопрацьовані психологами при роботі з підлітками і дорослими.

#### **Список використаної літератури:**

1. Арт-терапія в роботі практичного психолога: арт-терапевтичні технології в освіті: Підручник/ О. Вознесенська, Л. Мова. – К.: Шкільний світ.
2. Асоціативний експеримент // Короткий психологічний словник / За ред. проф. В. І. Войтка. - Київ: Видавниче об'єднання "Вища школа". Головне видавництво, 1978. Вікова психологія / За ред. Г.С. Костюка. - К.: Рад. школа. - 1976, - 268с.
3. Блінов О. А. Метафоричні асоціативні карти як сучасний метод психологічної хірургії / О. А. Блінов // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки : зб. наук. пр. Київського Національного університету ім. Тараса Шевченка. – К., 2016. – Вип. 4 (29). – С.21-26.
4. Булах І.С., Коробка Н.М. Вивчення проблеми морального зростання особистості підліткового вік // К.: Національний педагогічний університет, 2013. – 147 с.
5. Виготський Л. С. Педологія підлітка/ Л. С. Виготський// Концепція про психічний розвиток людини. - 1931, с. 17.
6. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб./ О.В.Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: Просвіта, 2001. – 416 с.
7. Голл Гренвіл Стенлі [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Холл,\\_Грэнвилл\\_Стэнли](https://ru.wikipedia.org/wiki/Холл,_Грэнвилл_Стэнли).
8. Young Scientist № 12 (15) – грудень, 2014. – 267с.
9. <https://textbook.com.ua/psihologiya/1473452522/s-18>
10. <http://ukrbukva.net/page,3,91926-Proektivnye-karty-v-rabote-psihologa.html>

*Науковий керівник: Ю. О. Дерябіна*



Зображено тему «Кохання»



Випробування карт «Інсайт» в літньому таборі «ФОТОН»