*Жидкова Ю.М., магистр, педагог-психолог, КГУ «средняя общеобразовательная школа имени Б.Момышулы»*

**Метафорические ассоциативные карты – как инструмент работы педагога-психолога**

***Аннотация.***В данной статье автором рассматриваются особенности метафорических карт, направления работы педагога-психолога, в котором используются метафорические ассоциативные карты. Автор описывает, как применить МАК в диагностическом, консультативном, развивающем (коррекционном) направлениях, а также правила использования карт.

Ключевые слова: метафорические ассоциативные карты, запрос, психолог, колода.

В нашей стране за последнее десятилетие произошло множество изменений в сфере образования, которые акцентируют внимание на непрерывности саморазвития и адаптации к изменениям. Школьный психолог в данных изменениях занимает одну из важнейших ролей, т.к. сопровождает всех участников образовательного процесса.

В связи с улучшением качества и образования и психологического климата в образовательных учреждениях на основании приказа и.о. Министра просвещения Республики Казахстан от 25 августа 2022 года № 377 «Об утверждении Правил деятельности психологической службы в организациях среднего образования» была создана психологическая служба. В составе психологической службы педагог-психолог осуществляет свою деятельность по следующим направлениям: диагностическое, консультативное, развивающее (коррекционное), психолого-педагогическое просвещение и организационно-методическое [1].

Эффективность психологического сопровождения напрямую зависит от методов, которые использует в своей работе педагог-психолог. Один из безопасных и универсальных методов работы психолога являются метафорические ассоциативные карты (далее МАК).

**Метафорические ассоциативные карты (МАК) -** это один из инструментов психологической работы. Он представляет собой набор карт с различными изображениями (люди, природа, животные, абстракции и т.д.).

Метафорические карты как инструмент терапии появился в 1983 году. Первую колоду изобразил Эли Раман, художник и искусствовед, в 1975 году, колода получила название «ОН». В 1983 году ее заметил психотерапевт Мориц Эгетмейер, и стал использовать эту колоду в работе со своими клиентами. На сегодняшний день по всему миру выпущено множество колод как общих (для работы с любыми темами), так и специализированных (работа с травмами, страхами, психосоматическими заболеваниями и т.д.) тем [2].

Как инструмент работы, МАК помогают:

- активизировать воображение и подсознательные процессы;

- бережно обратиться к собственным ощущениям, мыслям и чувствам;

- с помощью образов увидеть проблему и возможное решение.

Основная работа, которая построена в метафорических ассоциативных картах - это проекция, поэтому часто можно услышать, что МАК именно проективный метод работы. В ходе интерпретации значений карт нет «правильных» и «неправильных» ответов, все строится на проекциях и ассоциациях человека, который описывает ту или иную карту.

Метафорические ассоциативные карты на этапе диагностики выявляют проблемы, трудности, страхи, взгляды на различные ситуаций глазами клиента (ребенка, учителя или родителя). Они помогают нам понять, увидеть насколько та или иная проблема глубока [3].

МАК помогают нам наладить первый контакт с клиентом, т.к. карты похожи на игру, особенно детям и подросткам нравится разглядывать картинки и у них гораздо лучше развито образное мышление, им легче «примерять» на себя и других различные образы.

Условно можно считать, что применять карты в работе можно с 5 лет. Так как работа с картами предполагает определенный уровень развития абстрактного мышления, возможность обращаться к образам. В остальном никаких ограничений нет – метафорические карты подходят для работы с детьми, с подростками, со взрослыми, независимо от пола, социального положения и других факторов.

Когда человек всматривается в метафорическую карту, он, по сути дела, путешествует по своему внутреннему музею. Например, он смотрит на картинку, изображающую плачущего ребенка, и она порождает в нем какое-то воспоминание – это может быть ситуация, участником которой он был сам, а может – что-то, что происходило не с ним самим, но каким-то образом затронуло его. В любом случае, подобный экспонат или даже несколько в его личном музее есть, и при взгляде на карту они «оживают».

При использовании МАК необходимо помнить и соблюдать два правила:

1. Кто вытащил карту, тот ее и интерпретирует. Остальные не вмешиваются в его рассказ со своими ассоциациями, не навязывают свою точку зрения и не оспаривают слова клиента.

2. Нам совершенно не важно, что на самом деле изображено на карте. Важно только то, что в данный момент видит человек, держащий карту.

Более того, в разные периоды жизни и в контексте разных тем ассоциации и толкование происходящего на картинке будут отличаться даже у одного и того же человека. С этой точки зрения колода ассоциативных карт неисчерпаема: количество комбинаций тем работы и картинок бесконечно. Метафорические ассоциативные карты позволяют быстро и наглядно получить необходимый объем информации для качественной работы с клиентом [4].

Карты наглядно демонстрируют картину любых межличностных отношений или картину взаимоотношений человека. Карты запускают внутренние процессы самоисцеления и поиска своего уникального пути выхода из кризиса, работа с картами поражает глубиной диагностики и быстротой терапии.

Карты стимулируют творческий потенциал и коммуникацию, а также могут использоваться в качестве игры. Метафорические ассоциативные карты (МАК) – особый инструмент арт-терапии. Преимущество МАК в сравнении с другими методами арт-терапии, заключается в том, что в них отсутствуют закрепленные значения. Каждый человек в процессе работы сам определяет их смысл.

Психологи в своей работе используют множество колод, в зависимости от запроса клиента, характера и возраста. Например, для работы с подростками можно использовать колоду «Подростки».

Эта колода универсальна, которая используется как с подростками, так и со взрослыми. Колода помогает анализировать взаимоотношения между сверстниками и в семье, найти решения в анализе эмоционального состояния, проанализировать детско-родительские отношения, проявить и поделиться чувствами и переживаниями, а также поиск себя, своего места в обществе [5].

Проективные карты «Цвета, чувства и эмоции» помогают человеку лучше понять и самого себя, и тех, кто рядом. Иллюстрации, в которых нет конкретных образов и прямых ассоциаций, открывают путь к скрытым смыслам и не сразу вербализуемым переживаниям, к глубинным потребностям и судьбоносным решениям [6].

Следующая колода, которая очень удобна в использовании и нравится детям, колода «Тараканы». Колода является универсальной и решает различные типы запросов. Помимо этого колода очень хорошо помогает при первой встрече с клиентом или групповой работе. Данную колоду можно использовать в тренинговых занятиях, индивидуальном консультировании и психокоррекционных занятиях.

Таким образом, МАК представляют собой культурные средства, позволяющие клиенту актуализировать систему собственных смысловых образований и осознать их психологическую значимость. Работа с МАК является эффективным способом выявления и осознания того, что волнует человека (смыслы, ценности, внутренние конфликты и т. д.). Метафорические ассоциативные карты успешно используются в тренингах, интерактивных беседах, в индивидуальных консультациях, незаменимы при организации группового взаимодействия детей, подростков и взрослых всех возрастов.

**Список использованной литературы:**

1. Приказ и.о. Министра просвещения Республики Казахстан от 25 августа 2022 года № 377 «Об утверждении Правил деятельности психологической службы в организациях среднего образования» / <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029288>

2. Киршке В. Клубника за окном. Ассоциативные карты для коммуникации и творчества. Germany: Oh Verlag, 2010. 240 с.

3. Дмитриева Н.В., Буравцова Н.В. Метафорические карты в пространстве консультирования и психотерапии. Новосибирск, 2015. 228 с.

4. Кац Г., Мухаматулина Е. Метафорические карты: Руководство для психолога. М., 2018. 160 с.

5. Метафорические ассоциативные карты «Подростки», ЛАС ИГРАС, 2024 г.

6. Крюгер К. Цвета, чувства и эмоции. Проективные карты для поиска скрытых смыслов / К. Крюгер; художник Н. Журавская. – Санкт-Петербург ; Москва : Речь, 2020. – 24 с.