

МЕТАФОРИЧЕСКИЕ АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ КАК ИНСТРУМЕНТ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ.

- Подготовила: педагог-психолог МАОУ ООШ № 14 Сухова-Оболонская М.В.



ИСТОРИЯ МАК

- Моритц Егетмейер (издатель карт): *"Мы смотрим на картинку, и слова и образы сами приходят на ум. И мы поражены, потому что они попадают сразу в самую суть, открывают самое сокровенное и запрятанное, проскальзывая сквозь все границы и защиты. Это чудо. Это удивительно. Но удивительно и то, что разные люди дают совершенно разные интерпретации одних и тех же карт"*.



МЕТАФОРИЧЕСКИЕ АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ (МАК)

- **Метафорические ассоциативные карты** представляют собой набор картинок величиной с игральную карту или открытку, изображающих людей, их взаимодействия, жизненные ситуации, пейзажи, животных, предметы быта, абстрактные картины.
- являются одним из тех инструментов, которые помогают человеку проявить свои чувства, проработать волнующие темы благодаря обращению к своему воображению и творческому потенциалу.
- Образы в нашей душе проявляют и выявляют чувства.
- Чувства — это тот волшебный "инструмент", с помощью которого можно не только протестировать наше внутреннее состояние "здесь и сейчас", но и восстановить недостающий энергетический баланс, трансформировать препятствия в ресурс.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ МАК

- Некоторые наборы карт совмещают картинку с надписью, другие включают отдельно карты с картинками и карты со словами. Совмещение слов и картин создает игру смыслов, обогащающуюся при помещении в тот или иной контекст, изучения одной или другой темы, актуальной для клиента в настоящее время.
- Изначально метафорические ассоциативные карты являются ПРОЕКТИВНОЙ методикой: важен не заложенный изначально психотерапевтом в эту картинку смысл, а душевный отклик каждого клиента на попавшуюся ему картинку.
- ХОЗЯИН КАРТЫ - ХОЗЯИН ИСТОРИИ, автор рассказа об этой картинке.
- В одной и той же картинке разные люди увидят совершенно разные образы, или феномены, и в ответ на этот стимул (визуальный образ) каждый вынесет свое внутреннее содержание актуальных переживаний.

ПРЕИМУЩЕСТВА МАК КАК ИНСТРУМЕНТА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

- Карты – психологическое зеркало, отражающее состояние и проблемы людей, приглашение к рассказу, вымышленному или реальному, не важно. Важно что этот рассказ о человеке, важно научиться этот рассказ слышать.
- Перед психологом стоит задача установления первоначального контакта, проработка проблемы, подведение итогов, и на любом из этих этапов вам будут полезны метафоры, элементы игры или рисунки и во всех этих случаях карты служат неоценимую службу.
- Форма карт привычна человеку, внешний вид притягивает взгляд, привлекает детей, действует успокаивающе на тревожных детей, помогает сосредоточиться невнимательным и создает общее детско-взрослое пространство для игры.
- Карты снимают механизм защиты, так как в представлении многих людей картинка вещь детская, безопасная. Рассматривая картинку человек не говорит напрямую о себе, а обращается к визуальным образам, просто описывая то, что видит, он перестает защищаться.
- Тема которая занимает человека внутри себя –на уровне интереса или потребности – в интересной форме лежит у него перед глазами во внешнем мире, и ярко выделяется на фоне остального. Ребенок имеющий проблемы в отношении в классе и высокий уровень школьной тревожности выберет картинку с сюжетом напрямую связанным с собственными трудностями.

КАК РАБОТАЮТ МАК (ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ)

- Позволяют осуществить обход рационального мышления, снять защиту и внутреннее сопротивление, создать условия для диалога между внешним и внутренним миром человека, помогают реконструировать травматическое событие, сформулировать и выразить его словам, или – вербализовать, что само по себе влечет терапевтический эффект.
- В процессе работы с образами происходит трансформация негативных переживаний в позитивные, беспокойство сменяется принятием, тем самым, мы, отпуская своё воображение, позволяем себе прикоснуться к своим истинным чувствам.
- Картинка меняется, а вместе с ней меняется и внутреннее пространство человека, которое ранее было заполнено напряжением
- Проблему — с помощью карт — решает сам клиент! **Это очень важно!**



МЕХАНИЗМ РАБОТЫ



- МАК запускают цепь ассоциаций
- Порождают проекции, позволяют выразить себя через метафору,
- Помогают организовать терапевтическое взаимодействие
- Способствуют установлению психологического контакта, ослаблению защит, обходу реакций сопротивления.
- Приводят к инсайтам, осознанию вытесненной информации, изменению эмоциональных состояний, переоценке целей, путей преодоления,.
- Уточняют внутреннюю картину мира.
- карты выводят на поверхность глубинные переживания, способствуют самопознанию.
- карты задействуют иррациональную часть личности и активизируют правое полушарие.

Правила работы с МАК

КАРТЫ ДЛЯ НАС – НЕ ГАДАНИЕ И НЕ
ЭЗОТЕРИКА.

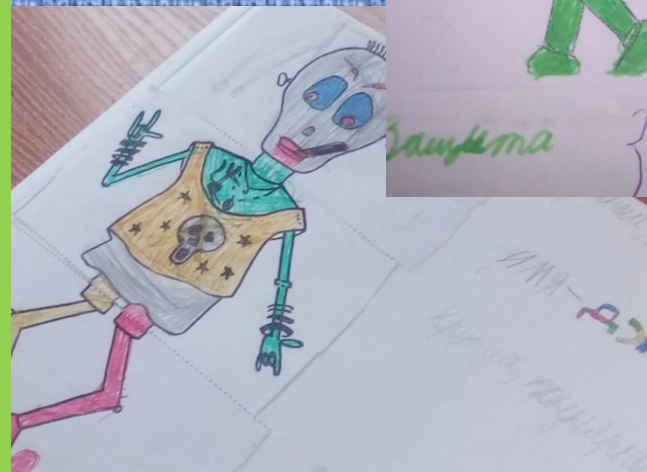
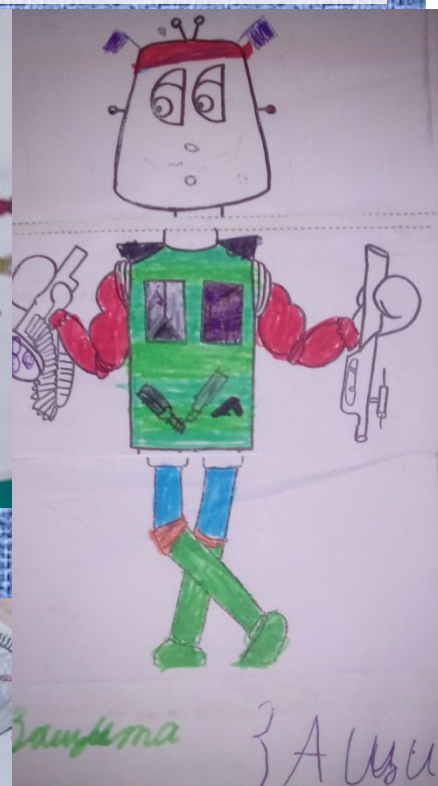


ПРАВИЛА

- Карты для нас не диагностика. У карт нет закрепленных интерпретаций, смысл каждой карты рождается в процессе восприятия ее конкретным человеком.

На основании выбранных клиентом карт и его рассказов о них нельзя делать никаких однозначных выводов о его психологическом состоянии.

- Карты это определенный способ узнать о человеке, способ выявления проблемы, способ познания себя и клиента.



ПРАВИЛА

- Карты для нас – материал для самопознания клиента.
- Психолог, помолчи, дай поговорить и клиенту! Все, что он говорит, важно для него. Наше представление о том, что он чего-то не видит или, наоборот, видит что-то лишнее – это наши проблемы. Не получается молчать?
- Добро пожаловать на личную терапию!



ПРАВИЛА

. Невозможно работать со всеми картами, необходимо выбирать карты для себя, это анализ , те техники и упражнения которые двигают нашего клиента.



- Е.А. Мухаматулина , автор большинства колод , а также основоположник ассоциации психологов , работающих с МАК, сравнивает метафорические карты с экзотическими, повседневными, и просто продуктами для приготовления пищи, а непосредственно работу с ними, интересные техники, отдельные упражнения и способы работы с картами с кулинарией.
- Перед началом приготовления блюда определяют к какому часу оно должно быть готово , и рассчитывают сколько на это потребуется времени. В случае с картами, понимание того, насколько глубоко наши действия копнут клиента, хватит ли нам , как специалистам времени и умения?

ТИПОЛОГИЗАЦИЯ НАИБОЛЕЕ ИЗВЕСТНЫХ КАРТОЧНЫХ КОЛОД

МАК вышли из подполья и стали набирать свою популярность три года назад. Первые карты, издательства Речь (Спектра, ОНА, Переход) не имели четкой инструкции и объяснений. Однако возвращаясь к основным аксиомам мы мы помним, что для работы с картами нам не нужны четкие инструкции и рамки.



УНИВЕРСАЛЬНЫЕ КАРТЫ «ОН»

Метафорические ассоциативные карты (ОН-карты, проективные карты) имеют уже более чем 20 летнюю историю. Благодаря Моритцу Егетмейеру и его издательству «ОН-Verlag» карты распространились по всему миру и завоевывают все новых и новых поклонников.

Диапазон применения ОН-карт в групповой и индивидуальной работе со взрослыми и детьми огромен.

«О-карты-это как правило специально созданные художниками картины, выражающие некоторые архетипические представления



УНИВЕРСАЛЬНЫЕ КОЛОДЫ «ЭККО»

- Карты с абстрактными цветовыми композициями, стимулирующие воображение. Подходят для любого возраста, для выражения чувств и для творчества. Карты могут использоваться для обучения и для психотерапии, при работе с детьми и взрослыми. ЭККО- это итальянское слово, которое приблизительно переводится следующим образом,-«Взгляни на это, все именно так!». Карты позволяют нам прояснить то, что мы видим, представляем и чувствуем.

Карты не имеют, закрепленного за каждой из них названия, и любая интерпретация "правильна". Каждый из нас видит в одной и той же картинке что-то свое



ПОВЕСТВОВАТЕЛЬНЫЕ КАРТЫ СКАЗОЧНЫЕ

- Такие карты предполагают сочинение и рассказывание своих собственных историй. На картах обычно изображены сказочные герои фантастические события происходящие с ними, волшебные предметы. Каждый шаг истории можно сопровождать уточняющими вопросами
- Кто это?
- Чего он хочет?
- Зачем он это делает?
- Какими качествами он обладает? Такие вопросы помогают клиенту увидеть волнующие его проблемы?



Диапазон применения как проективного стимульного материала в групповой, так и в индивидуальной работе, как с детьми, так и с взрослыми огромен.

- коммуникационные игры и тренинги;
- создание положительной (безопасной) обстановки, в которой может осуществляться коммуникация и обмен мнениями без оценочных суждений;
- тренинг позитивного мышления;
- развитие интереса к самоизучению и саморазвитию;
- актуализация личностного роста;
- коррекция и терапия межличностных отношений;
- терапия супружеских отношений;
- терапия детско-родительских отношений;
- помощь в разрешении конфликтов;
- работа с линией времени, моделирование и исследование любых процессов в прошлом и будущем;
- реабилитационная работа;
- проработка и терапия травм;
- работа с посттравматическим синдромом;
- помощь в преодолении стрессов;
- проработка и терапия страхов;
- работа с психосоматическими явлениями;
- работа со сновидениями и фантазиями;
- развитие творческого потенциала детей и взрослых;
- профориентация, бизнес-консультирование;
- командообразование;
- интеллектуальное и полезное развлечение в кругу друзей и семьи...