Государственное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования (повышения квалификации) специалистов

«Кузбасский региональный институт повышения квалификации

и переподготовки работников образования»

Факультет повышения квалификации

Кафедра психологического и социально-педагогического сопровождения общего и специального (коррекционного) образования

**Применение метафорических ассоциативных карт**

**педагогом-психологом в индивидуальном и**

**семейном консультировании**

(мастер-класс)

**Исполнитель:**

**Зайцева Елена Викторовна,**

педагог-психолог МБОУ «ЦПМСС» Ленинск-Кузнецкого муниципального района

**Консультант:**

Трофимов А.Б.,

старший преподаватель кафедры

психологического и социально-

педагогического сопровождения

общего и специального

(коррекционного) образования

Кемерово 2014

Оглавление

1. Пояснительная записка………………………………………………….. 3
2. Список литературы……………………………………………………….10

Пояснительная записка

Проективные карты стремительно обретают популярность как в среде психологов, для которых карты – почти универсальный рабочий инструмент, так и у обычных людей, которым карты помогают лучше понять себя, узнать что-то новое и интересное. Проективные карты, также называемые метафорическими, ассоциативными и психотерапевтическими, появились как самостоятельный жанр в 1975 году. Созданные в сотрудничестве художника и психотерапевта, они стали новым инструментом арт-терапии и в таком качестве начали победное шествие по планете. За прошедшие десятилетия проективные карты распространились по всему миру, а первая колода, положившая начало новому направлению, переведена на двадцать два языка.

В мире существуют три крупных научных института, разрабатывающих методы работы с проективными картами и публикующих материалы о них. Первый – это немецкий «ОН-институт» под руководством Морица Эгетмайера, созданный на базе издательства «ОН». Второй – израильский Институт Норд под руководством доктора психологии Офры Аялон. И третий – украинский Институт Проективных Карт под руководством Евы Морозовской, психолога, психотерапевта.

«О!» - так называется самая первая колода проективных карт. Всякий, кто ощутил на себе мощь её воздействия, выдыхает это восклицание удивления и озарения! Именно это помогло авторам выбрать название для нового инструмента практической психологии, впоследствии ставшего самостоятельным жанром под названием «проективные карты».

На первый взгляд это просто набор картинок размером с игральную карту или открытку. На самом же деле это инструмент арт-терапии, применяемый психологами в индивидуальной, семейной и групповой работе с клиентами любого уровня образования, без ограничений по национальному и религиозному признакам. Этот инструмент используется для проективной психодиагностики, консультирования и психокоррекции.

Карты могут содержать только изображение либо изображение с картинкой – словом или фразой. Иногда надпись располагается на лицевой стороне карт, иногда на оборотной. Часто колода содержит два набора карт: один с картинками, другой с надписями. Надпись без изображения – совсем редкий вариант, но есть и такие.

На картинках изображены пейзажи, люди, животные, ситуации из жизни, объекты, иногда абстрактные картины или коллажи.

Проективные карты создаёт психолог в соответствии с той или иной идеей, которую он развивает, и это закладывает структурную основу колоды. Затем психолог находит художника или фотографа, способного создать иллюстрации для каждой задуманной карты. В настоящее время большая часть существующих в мире проективных карт разработана в Израиле (более шестидесяти колод). Обычно израильские колоды узкоспециализированы: «Дуэт» Ицика Шмулевича предназначен для работы с парами, «Аниби» - для работы с детьми и с внутренним ребёнком, «Ключевая фигура» Тамар Стон и «В ритме сердца» Ирис Баркоз – для детей с СДВГ, «Картинка, слово и вопрос» Эфрат Шани и Ярона Голана – для коучинга, и так далее.

Первые в СНГ колоды проективных карт выпущены в Украине Институтом Проективных Карт: «Ёжкины сказки» для работы с детьми и подростками, портретные карты «Семейный альбом», коучинговые колоды «42», «Герои и злодеи», «Тёмная сторона», «Маленькие радости» и другие.

Проективные карты создают обстановку, способствующую подлинно глубокому, искреннему общению людей, их самовыражению, раскрытию и рефлексии. Кроме того, к числу их достоинств относятся:

- чувства доверия и безопасности, возникающие у клиента, который сам выбирает, насколько глубоко он 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;

- лёгкость освоения методики психологом – не требуется 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.

Существует множество форм работы и техник использования проективных карт, психолог выбирает те или иные в зависимости от поставленных целей. Общим моментом всех техник является то, что психолог ставит вопросы, касающиеся актуальной для клиента темы, а клиент ищет ответы на эти вопросы в изображении, случайно выпавшем ему из колоды или целенаправленно выбранном им. В случае, когда карта содержит надпись, сначала интерпретируется изображение, затем слова. Если в колоде есть карты двух видов: только с изображениями и только со словами, интерпретируется случайное столкновение двух карт как дополняющих друг друга и освещающих одну и ту же тему с разных сторон.

Совмещение картинки с надписью при работе с картами «убивает двух зайцев»: образ обращается к правому полушарию мозга, продуцирующему ассоциации на основе наглядно-чувственных представлений, надпись же апеллирует к левому полушарию, работающему со смысловым и грамматическим оформлением представления. Таким образом, карта стимулирует консолидацию работы обоих полушарий головного мозга, что приводит к возникновению новых способов мышления о старой ситуации и появлению инсайтов. В работе с проективными картами человек испытывает озарение, ощущение прозрения и находит ответы на свои вопросы.

Есть два способа выбирать карту: «вслепую» - карты лежат кверху рубашкой, и «в открытую» - карты кверху изображениями. Ряд техник комбинирует эти способы, предлагая сперва сделать выбор в открытую – это «сознательное» мнение человека о своей проблеме, а затем вытащить ещё несколько карт вслепую и тут дать волю бессознательному. Нет правильного или неправильного способа выбирать карты, отличие заключается в том, что при выборе карт в открытую человек чувствует себя в большей безопасности перед лицом незнакомого. Выбор же в слепую – это всегда вызов творческим способностям, и именно этот способ вытаскивания карты порождает подлинно ошеломляющие открытия.

Чтобы получить ответы на волнующие вопросы, нужно рассмотреть карту:

* Если на картинке изображён человек – кто он? О чём он думает? В какой период жизни мы его наблюдаем? Каков его характер? Каково его настроение? Если этот человек – ваша внутренняя часть, то какая? Что эта часть вашей личности хочет до вас донести? Какова её точка зрения на проблему?
* Если на картинке изображено взаимодействие людей – кто из этих людей вы? Кто остальные изображённые люди? Что происходит? Каким будет развитие событий?
* Если на картинке изображён пейзаж – где находится это место? Чьими глазами мы видим этот пейзаж? Что привело этого человека туда? Куда он стремится? Что его ведёт? Что происходит за границами видимого на картинке?
* Если на картинке имеются различные предметы – для чего они служат? Как бы вы могли их применить в контексте выбранной темы? Где в вашей жизни есть место для таких вещей?
* Для чего вам досталась эта карта? Что она вам хочет сказать о вашей жизни? Какой урок вам следует извлечь?

Следующим упражнением с выпавшей картой будет «изменение масштаба». Оно состоит из двух частей: укрупнение и детализация. Укрупнение – это представление, будто ваша карта – только видимая часть некоей большей картины. Что осталось за кадром? Кто остался за кадром? Всегда можно положить доставшуюся карту на лист бумаги и изобразить вокруг неё цельную картину, а потом убрать карту и зарисовать ранее занятую ею часть листа. Детализация – это, наоборот, углубление в детали, в мелочи, поиск в изображении значимой части, на первый взгляд малой и незаметной. Это может быть концентрация на любой части изображения либо принятие во внимание какой-то формы, линии, цвета.

Если на карте есть слова, они могут ассоциироваться с темой несколькими способами: либо напрямую (например, когда при изучении темы развода выпадает слово «конфликт», связь видится прямой и буквальной), либо косвенно (например, когда при изучении той же темы выпадает карта со словом «достаток», встречаются интерпретации как по типу «причина развода – отсутствие достатка в семье», так и по типу «с меня достаточно»), либо по антониму (например, выпадает карта «общность», «общение», «близость» - это как раз то, чего не хватает партнёрам в распадающемся браке, это неудовлетворённые потребности, и недостаток этого в браке может как раз указывать на причины, приведшие к ситуации развода).

Так же и с картинками: они могут отражать то, что присутствует в изучаемой ситуации в явной форме; быть связаны с ней неявно, косвенно; изображать то, чего в ситуации не хватает.

Традиционная схема психологического консультирования при помощи проективных карт:

1 этап. «Привет!» Знакомство с клиентом при помощи карты. Разложив карты изображением вверх, психолог берёт карту, при помощи которой он считает целесообразным представиться клиенту, подчеркнув те или иные свои черты. Научив таким образом клиента формулировать проекции, психолог предлагает клиенту также представиться при помощи карты.

2 этап. «В чём проблема?» Клиент в открытую выбирает 1-3 карты, которые описывали бы проблемную ситуацию, как он её видит, и комментирует свой выбор.

3 этап. «Чего вы хотите добиться?» Просим выбрать 1-3 карты, чтобы показать желаемый исход проблемной ситуации, а затем выложить «мостик» из нескольких карт от группы карт, изображающих проблему, к картам, изображающих желаемый исход.

4 этап. «Что ещё можно сделать по этому поводу?» Просим клиента вслепую вытянуть 3-5 карт, которые символизируют дополнительные возможности на пути решения его проблемы.

5 этап. «Будете ли вы делать это?» Просим вслепую вытащить две карты. Они будут символизировать сложности или сомнения, которые могут возникнуть у клиента на пути решения его проблемы. После осмысления этих карт просим вытащить ещё две карты – они покажут ресурсы, которые помогут справиться с препятствиями. Для закрепления положительной установки и усиления мотивации, «присоединения к будущему», просим вытащить ещё одну карту – возможно, из портретных колод «Семейный альбом», «Миби», «Персона» - она передаст то настроение, то выражение лица, которое будет у клиента после благополучного разрешения его трудной ситуации.[1]

Дополнительные правила, связанные с использованием проективных карт.

1. Неприемлемость «экспертной позиции», в этот раз – по отношению к чужой карте. Эксклюзивным правом интерпретировать карту обладает тот, кто её вытащил. Мы заранее соглашаемся с тем, что у карт нет фиксированного «правильного» значения, что подразумевает различные толкования одной и той же карты разными людьми, в разных контекстах, в разное время и в разное настроение.
2. Правило невмешательства: если человек по личным причинам не хочет говорить о своих картах, он может отложить их и отказаться от интерпретации. Он может никому не показывать вытянутые карты.
3. Если два участника хотят взять одну и ту же карту, вначале им обоим предлагается выбрать какую-то другую, которая также покажется им подходящей. Если никто из них не согласен, то можно предложить первому участнику передать карту второму после интерпретации и окончания работы с ней – в таком случае ему придётся закончить работу первым по времени.
4. Если по инструкции нужно вытянуть одну карту, а участник желает взять две или даже больше, это допустимо. В обсуждении прислушайтесь к тому, какие аспекты карт, следующих за первой, оказались особенно важны для участника.

Метафорические, они же ассоциативные, они же терапевтические, они же проективные. Все эти названия используются как синонимы, хотя чаще используется термин «метафорические», потому что основная психологическая суть работы с ними – работа со зрительной метафорой. [ 2]

Метафора - это переносное употребление слова, образование такого значения. Ассоциативные – устанавливаемые по ассоциации (связи между отдельными событиями, фактами, предметами или явлениями, отражёнными в сознании и закреплёнными в памяти). [3 ] Проективные – свойственные проекции (изображению пространственных фигур на плоскости), характерные для неё.[4]

Карты – это психологическое зеркало, отражающее состояние и проблемы людей, с которыми работает психолог, это всегда приглашение к рассказу – о вымышленных событиях или реальных, не важно. Важно, что это рассказ о Человеке. Надо только научиться этот рассказ слышать. Метафорические карты – это отнюдь не новый вид терапии, не её отдельное направление, такое, как, например, психоанализ, когнитивно-поведенческая или др., это всего лишь инструмент, который может быть использован любым специалистом, к какой бы школе он ни принадлежал.

**Список литературы**

1. Визит в Зазеркалье[Текст]: опыт работы с проективными картами в различных областях практической психологии /под ред. Е.Р.Морозовской.- Одесса: Институт проективных карт, 2003.- 64 с.
2. Ефремова, Т.Ф. Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный[Текст]. – М.: Русский язык, 2000.- 1233с.
3. Кац, Г. Метафорические карты [Текст]: руководство для психолога/ Г.Кац, Е.Мухаматулина.-М.: Генезис, 2014.-160с.
4. Киршке, В. Клубника за окном [Текст]: ассоциативные карты для коммуникации и творчества/В.Киршке.-OH Verlag, 2010
5. Морозовская, Е. Проективные карты в работе психолога[Текст]: полное руководство.- Одесса: Институт Проективных Карт, 2012
6. Морозовская, Е. Мир проективных карт [Текст]: обзор колод, упражнения, тренинги.-М.: Генезис, 2014.-168с.
7. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка [Текст]: 80 000 слов и фразеологических выражений/ C.И.Ожегов, Н.Ю.Шведова.-4-е изд., М.: Высшая школа, 1993. — 944 с.