

**КАЛАКУЦКАЯ АЛИНА АЛЕКСАНДРОВНА,**

магистр психологии, аспирант Московского Государственного Психолого-Педагогического Университета, г. Москва E-mail: [kalakutskaya@gmail.com](mailto:kalakutskaya@gmail.com)

**ВОЗМОЖНОСТИ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ В ПРАКТИКЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**

**Аннотация.** В статье описывается спектр использования метафорических ассоциативных карт в сфере психологического консультирования. Обозначены ключевые клиентские запросы, в работе с которыми специалисты применяют метафорические карты. Предложена оригинальная форма использования данного инструмента в виде коллажей, изготовленных клиентами самостоятельно.

**Ключевые слова:** метафорические ассоциативные карты, психологическое консультирование, личностные смыслы, коллажи

Метафорические Ассоциативные Карты (МАК) представляют собой карточки с картинками (реже - схемами, словами или фразами), размером с игральные карты или открытки. МАК стали особенно популярны в России в последнее десятилетие, что обусловлено, во многом, впечатлением от простоты их использования, которое они производят благодаря сходству с игральными картами.

Стоит отметить, что в современном научном пространстве не представлено определение МАК. Стремясь восполнить этот пробел, с позиции культурно-исторической психологии и деятельностного подхода, мы рассматриваем МАК как культурные средства, используя которые «...специалист вызывает к осознанию те важные и значимые смыслы у респондента, которые ранее им не были доступны» [9]. Такой подход предъявляет достаточно высокие требования и к специалисту, и к самой процедуре использования МАК. Исходя из этого, картины, графика, скульптуры, сказки, стихи, кинофильмы, театральные постановки, танцевальные и эстрадные номера, музыкальные композиции, опера, балет, фотографии и другие формы художественных произведений тоже можно отнести к метафорическим картам, тем не менее, в нашей работе мы держим основной фокус внимания на продуктах художественного творчества и, соответственно, на более привычной форме метафорических карт, а именно - картинках. Также в контексте психологического консультирования мы можем предполагать, что все слова, которые говорит психолог, его жесты, внешний вид – это тоже своеобразные метафорические карты, которые клиент каким-то образом для себя «означивает», и, соответственно, осознает.

Если обратиться к истории создания МАК, то указание на использование карт в психологическом консультировании изначально рассматривалось как ведущее. В частности, один из создателей метафорических карт Моритц Эгетмейер еще на этапе разработки первой колоды «ОН» осознал, что карты –

это «столь долго искомый инструмент, с помощью которого он мог бы подтолкнуть пациента к откровенному разговору о себе и своих проблемах» [5, с.12].

В первом руководстве по метафорическим картам, вышедшем в России в 2015 году, Буравцова Н.В. и Дмитриева Н.В. указывают на то, что в основе МАК лежит механизм проекции, поэтому «при необходимости эти наборы можно использовать как любую из проективных методик» [2, с.25]. В руководстве приводятся примеры практического применения метафорических карт в консультировании и психотерапии клиентов с запросами, касающимися широкого круга тем: синдром эмоционального выгорания, депрессивное состояние, нарушение идентичности, суицидальное поведение, страхи, профессиональная деформация личности и др.

В другом издании Буравцова Н.В. [1] фокусируется на особенностях консультативной работы с детьми и подростками, предлагая специализированные колоды, техники, алгоритмы, а также описывая клиентские случаи, связанные с наиболее актуальными темами для клиентов данных возрастных групп: мотивация к учебной деятельности, самооценка, подростковый негативизм, деструктивное и аутодеструктивное поведение, психосоматические расстройства, детско-родительские отношения, коррекция эмоциональных состояний и др.

Кац Г. и Мухаматулина Е., описывая варианты работы с МАК в психологическом консультировании, прежде всего видят в использовании карт не методику, а *«средство взаимодействия с клиентом»* [4, с.26], так как МАК позволяют быстро установить контакт между терапевтом и клиентом, способствуют созданию безопасной атмосферы, формированию доверительных отношений и т.д.

Рассматривая метафорические карты как инструмент работы с семьей, Толстая С.В. делится опытом использования метафорических карт в семейном консультировании в трех системах: супружеские, детско-родительские, сиблинговые отношения. Автор также рекомендует использовать МАК в «для общения с членами семьи и близкими людьми на острые, возможно болезненные, глубоко личные темы» [10, с.35] с целью повышения уровня взаимопонимания.

Также стоит упомянуть, что ряд других авторов указывают на богатый потенциал использования МАК для консультационной деятельности: Ингерлейб М.Б. [3], Милорадова Н.Е. и Попова Г.В. [6], Морозовская Е.Р. [7], Офра Аянон [11] и др.

Следовательно, мы можем отметить, что уже сейчас налицо широкий спектр использования МАК в консультационной практике с клиентами разного возраста, обращающимися с различными запросами к специалисту.

Однако, одновременно с внедрением метафорических карт в сферу консультирования, всё ярче проявляются трудности, с которыми может столкнуться консультант при их использовании. В частности, на сегодняшний день практиков консультирования волнуют следующие аспекты использования МАК: во-первых, это отсутствие единых правил оформления МАК и описания стандартизированных процедур их использования; во-вторых, широко распространенный среди клиентов миф о том, что карты – это инструмент для гадания, словно они уже содержат определенные значения; и, в третьих, трудности, возникающие у некоторых клиентов, связанные с тем, что они не понимают как относится к тому, что изображено на карте и как это похоже или не похоже на их жизнь.

Более подробно остановимся на третьем моменте. Действительно, в практике психолога-консультанта часто встречаются случаи, когда клиент испытывает трудности при работе с МАК, в частности, не понимая, как то, что изображено на карте, относится к его запросам, что это для него. По нашим данным, эта проблема отчасти снимается, если клиент работает не с готовыми картами, а конструирует карты самостоятельно методом коллажа, - в этом случае клиенты более открыты к диалогу, продуцируют большее количество ассоциаций к «своей» карте, а также более развернуто и конкретно говорят о том, чем данная карта «похожа» на их жизнь. Таким образом, параллель «я – коллаж» проявлена для него как нечто естественное, хотя при работе с готовыми изображениями (метафорическими картами из колоды) такой эффект достигается не во всех случаях.

Результаты проведенного нами исследования указывают на целый ряд преимуществ использования самостоятельно изготовленных МАК в виде коллажа, по сравнению с готовыми картами из колоды:

- 1) помогают респондентам более развернуто рассказывать о себе, о своей личной жизни, то есть эффективнее выявляют личностные смыслы;
- 2) маркируются авторами как изображения, которые более полно передают то, что является значимым в их жизни;
- 3) коллаж из журнальных вырезок доступен всем, вне зависимости от образования и опыта профессиональной деятельности, он напоминает аппликацию и не вызывает заведомого напряжения и волнения у испытуемого, чего нельзя сказать, например, о рисунках;
- 4) когда испытуемые сами делают МАК, они перестают настороженно относиться к метафорическим картам, тем самым самостоятельно убеждаясь в том, что МАК - это не гадательный инструмент, а психологический.

В соответствии с результатами исследования, МАК в виде коллажа, то есть метафорические карты, изготовленные испытуемыми самостоятельно, являются более эффективным инструментом для выявления личностных смыслов, по сравнению с готовыми метафорическими картами. Они могут быть

использованы отдельно или вместе с классическими колодами для изучения личностного потенциала, а также в качестве катализатора, способствующего терапевтической коммуникации, обеспечивая выход на более углубленную психотерапевтическую работу.

Предлагая участникам создавать карты самостоятельно, мы исходили из того, что «выйти за рамки собственных наличных представлений человек может лишь благодаря своей реальной деятельности, преобразующей (пусть и идеально) объект этой деятельности в иной «предмет» и тем самым позволяющей трансформировать свои прежние представления» [8, с. 24]. Таким образом, благодаря новым способам действий (в данном случае, коллажированию) человек получает возможность выявить для себя новые ценностные смыслы, которые, вероятно, при других условиях не были бы актуализированы и осознаны им.

Очевидно, что в нашем исследовании мы обращаемся к МАК и как к коммуникативному инструменту, а коммуникация, особенно рассмотренная в личностном измерении, - важнейший медиатор в системе совместной деятельности [8]. Исходя из этого, мы предполагаем, что одним из самых перспективных направлений изучения МАК может стать исследование возможностей карт через призму консультирования как совместно-распределенной деятельности консультанта и клиента.

Таким образом, используя МАК, мы вторгаемся в область глубочайших проблем личности, и это может потребовать от специалиста ювелирной работы. Мы никогда не знаем, как человек отреагирует на ту или иную карту, ведь МАК – это инструмент, который преимущественно работает с бессознательным. Очевидно, что такое инновационное, современное и очень нужное средство требует в дальнейшем целенаправленного и пристального изучения, формирования прочной теоретической базы и разработки регламента его использования специалистами прежде всего в той сфере, где МАК используется активнее всего: в психологическом консультировании.

### **Список литературы**

1. Буравцова Н.В. Использование ассоциативных карт в работе с детьми и подростками. - Новосибирск, 2017. - 200 с.
2. Дмитриева Н.В., Буравцова Н.В. Метафорические карты в пространстве консультирования и психотерапии. - Новосибирск, 2015. - 228 с.
3. Ингерлейб М.Б. Метафорические ассоциативные карты. Полный курс для практики. – СПб.: Питер, 2022. – 192 с.
4. Кац Г.Б., Мухаматулина Е.А. Метафорические карты: Руководство для психолога. - Москва, 2018. - 160 с
5. Киршке В. Клубника за окном. Ассоциативные карты для коммуникации и творчества. Germany: Oh Verlag, 2010. - 240 с.
6. Милорадова Н.Е., Попова Г.В. Психологические механизмы применения метафорических ассоциативных карт в индивидуальном

- консультировании // Проблемы сучасної педагогічної освіти : сб. стат. — Ялта : РВВ КГУ, 2014. — Вып. 42. — Ч. 5. — С. 207–217.
7. Морозовская Е.Р. Проективные карты в работе психолога: полное руководство. – Одесса : Институт Проективных Карт, 2013. – 116 с.
  8. Нечаев Н.Н. Коммуникация в системе понятий культурно-исторической психологии и теории деятельности // Развитие коммуникативно-рефлексивных способностей у детей 6-10 лет в зависимости от способов организации учебных взаимодействий: Коллективная монография / Под редакцией В.В. Рубцова. – Москва : ФГБОУ ВО МГППУ, 2023. – 203 с. – С. 8 – 44.
  9. Нечаев Н.Н., Калакуцкая А.А. Метафорические ассоциативные карты как артефакт культуры и их диагностические возможности. [Электронный ресурс] - URL: <https://psy.su/feed/10806/>
  10. Толстая С.В. Метафорические ассоциативные карты в семейном консультировании. - М., 2019. - 260 с
  11. Ayalon O. Healing trauma with metaphoric cards. // Therapy Today. - September 2009. - P. 22-24.

Опубликовано: Калакуцкая А.А. Возможности метафорических ассоциативных карт (МАК) в практике психологического консультирования //Клиническая психология в здравоохранении, образовании и социальной сфере: методы арт-терапии в практике психологической помощи»: Сборник научных трудов III Всероссийской межведомственной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 15-16 февраля 2024 г. / ННГУ им. Н.И. Лобачевского; Факультет социальных наук; Редкол.: Т.В. Маркелова, Ж.А. Шуткина, А.Ю. Акимова. – Нижний Новгород: Изд-во ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2024. –251 с.- С.127-133.