

**Солодова Евгения Петровна**

магистрант

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

## **ПРЕИМУЩЕСТВА И ПРОБЛЕМЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МАК-КАРТ КАК ИНСТРУМЕНТА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**

*Аннотация:* статья посвящена рассмотрению проблем и преимуществ использования метафорических ассоциативных карт (МАК) в пространстве психологического консультирования. МАК могут помочь педагогу-психологу в установке взаимодействия с клиентом, студентом, учеником. Благодаря картам визуализируется проблема, и определяются новые пути ее решения. Карты с разными изображениями, фразами или словами можно использовать как для групповой, так и для индивидуальной работы. В работе МАК исследуются в качестве современного инструмента оценки и коррекции личностных состояний.

*Ключевые слова:* метафорические ассоциативные карты, МАК-карты, проекция, ассоциация, психологическое консультирование.

Психологическое консультирование студентов педагогического университета – это важнейшая задача психологического сопровождения участников образовательного процесса. Как правило, специалисты психологической службы вуза используют такие базовые методы консультирования, как активное слушание, беседа, интервью, наблюдение. Тем не менее, в последнее время педагоги-психологи стали брать за основу диагностики и коррекции, и другие методы, являющиеся профессиональными наработками отдельных психологических направлений и теорий. Один из успешно зарекомендовавших себя инструментов в практике психологического консультирования – МАК-карты.

МАК-карты (метафорические ассоциативные карты) – это психодиагностический и психотерапевтический метод работы, который стал очень активно использоваться в нашей стране только в последнее десятилетие. Это связано с тем, что самому направлению еще нет и пятидесяти лет. Так, первая колода

«ОН-cards» (трактуются как произвольный выкрик удивления «Ох!» при получении той или иной карты) выпускается всего лишь в 1985 году. Этот набор карт считается самым востребованным и до настоящего времени благодаря профессору искусствоведения Э. Раману и издателю, психотерапевту М. Эгетмейеру [6, с. 12].

Всего за несколько десятков лет в разных странах выпустили огромное число универсальных колод, позволяющих работать с любыми запросами (например, ОН cards, «Эмоции судьбы», Saga), так и специализированных колод, направленных на диагностику отдельных направлений и ситуаций (например, карты «Дуэт» для работы с семейными и межличностными отношениями).

Метафорические карты доказали свое удобство и эффективность. Такие исследователи, как Е. Мухаматулина и Г. Кац выделили следующие преимущества этого инструмента психологического консультирования:

- снижение психологических защит;
- формирование безопасной обстановки для самораскрытия клиента в индивидуальной и групповой работе;
- появление «нетривиальной перспективы» через использование зрительной метафоры и получение доступа к бессознательным процессам;
- возможность вывода на поверхность глубинных переживаний путем запуска процесса ассоциаций [5].

Н. Верникова рассматривала несколько важных качеств МАК-карт, включая их универсальность и возможность применения в рамках практически любого психотерапевтического направления (когнитивно-поведенческая терапия, психоанализ, гештальттерапия, транзактный анализ, символдрама и др.). Они подойдут как для индивидуальной, так и для групповой работы. Также исследователь отмечала разнообразие и широту запросов, с которыми клиенты могут обращаться к МАК (коучинг и планирование, семейное консультирование, травмы и др.), а также применимость для любых категорий людей, обращающихся за психологической помощью (возрастные, национальные, профессиональные и прочие группы). Карты помогают облегчить взаимодействие психо-

лога и клиента, поскольку в их основе лежит использование «общего метафорического языка» [4, с. 33].

Кроме преимуществ, существуют и определенные проблемы, с которыми сталкиваются начинающие и опытные психологи-педагоги, на пути работы с МАК-картами. Среди них можно выделить недостаток теоретического материала по теме и отсутствие полноценной психологической подготовки начинающих специалистов в области работы с колодами карт.

В зарубежной практике разработкой и публикацией методов работы с метафорическими картами занимается немецкий «О-институт», руководителем которого является один из основателей МАК – Моритц Эгейтмейер, а также израильский институт «Норд» (руководитель – доктор психологии О. Аялон). В Одессе специалисты украинского «Института Проективных Карт» под руководством Евы Морозовской обучают психологов, коучей и тренеров работе с МАК.

В нашей стране только недавно направление МАК стало признаваться в научном сообществе. Так, в Армавирском педагогическом университете магистры на втором курсе изучают предмет: «Метафорические карты в работе психолога». Дополнительно можно пройти обучение по общеразвивающей образовательной программе: «Арт-терапия в современной образовательной практике: технологии использования Метафорических Ассоциативных Карт».

Анализируя литературу по данной теме, было отмечено, что работа с метафорическими ассоциативными картами недостаточно освещена теоретически в психологической литературе и научно-исследовательском пространстве. Как правило, большая часть трудов не имеет научной основы и носит узко прикладной характер. В связи с повсеместным внедрением колод МАК в работу психологических служб необходим более глубокий анализ возможностей этого диагностического инструмента.

Что касается еще одной важной проблемы отсутствия необходимой профессиональной подготовки в области обучения методикам работы с картами, то она представляет собой серьезную опасность для дальнейшего развития психологического консультирования в целом. С каждым днем появляется все больше

и больше специалистов, которые не обладают полной информацией о безопасном и экологичном использовании МАК-карт в разных областях диагностики и психотерапевтической работы.

Не во всех ситуациях работы с клиентами можно вообще брать за основу диагностики и коррекции состояний МАК. Принято рассматривать несколько основных проблем, в решении которых можно обратиться к метафорическим колодам карт:

- познание себя, рефлексия;
- работа с подростками и детьми;
- диагностика и коррекция отношений в паре, межличностных отношений;
- поиск ресурсного состояния;
- выбор из двух и более вариантов;
- исследование поведения в определенной ситуации и последующий выбор варианта действий.

Специалист, который использует МАК, должен знать возможности, ограничения и преимущества карт. При обучении будущих психологов-педагогов важно изучить основные колоды, принятые в международной психологии («ОН», «Core», «Saga», «Persona», «Personita», «Habitat», «Morena»). Психологу необходимо знать принципы выбора колод, а также получить информацию о формировании конструктивного запроса с помощью карт. Практические занятия с картами помогут выработать универсальные техники работы с возможностью их модификации под любые запросы клиента.

Рассмотрим еще одну проблему, которая заключается в том, что многие клиенты воспринимают МАК как инструмент для гадания. Некоторые люди считают, что картинки уже содержат определенное значение и наделены мистическим содержанием. В большинстве таких случаев психолог прикладывает много усилий, чтобы доказать обратное.

Метафорические ассоциативные карты сами ничего не открывают, кроме того, что содержится в бессознательном. Они могут помочь в вопросах поиска внутренних решений и ресурсов, но не способны ответить, сбудется ли что-то

во внешнем мире без вмешательства субъекта и его психических сил. По этой причине в психологическом сообществе для устранения ассоциации с картами Таро метафорические карты начали называть проективными карточками [1].

Если рассматривать метафорические ассоциативные карты в рамках культурно-исторической психологии, то можно определить их в качестве знаков, не имеющих четких критериев и значений. Лишь человек наделяет их соответствующими свойствами. Это просто подтвердить эмпирическим путем, поскольку у разных испытуемых одинаковая карта способна актуализировать различный смысл. Таким образом, лишь клиент психолога выступает как источник смыслообразования, а карты при этом могут стать средством для получения инсайтов и новых смыслов, которые играют большую роль в жизни человека.

Еще Лев Семенович Выготский обращал внимание на то, что каждый человек «... не только толкует по-разному художественные произведения, но и по-разному их переживает». Ученый писал в книге «Психология искусства», рассматривая опыты Роршаха с чернильными пятнами, что «...мы привносим от себя смысл, строй и выражение в самое случайное и бессмысленное нагромождение форм» [3, с. 64]. Таким образом, автор был озабочен тем, что осмыслению подлежит все что угодно. Данный факт препятствует созданию любого диагностического инструмента, основой которого является механизм проекции.

У некоторых респондентов расшифровка значений метафорических карт вызывает трудности, поскольку человек не может понять, что изображено на карте и каким образом это соотносится с его жизнью (и соотносится ли вообще). В этой ситуации психолог должен задать «правильные вопросы», которые будут способствовать эффективной рефлексии клиента. Следует помнить, что МАК – это не универсальное средство решения всех проблем, а лишь вспомогательный инструмент в работе терапевта. Грамотный специалист должен иметь в арсенале и другие способы диагностики и коррекции психологических состояний.

Вывод заключается в том, что метафорические карты дают возможность актуализировать систему собственных смысловых образований, осознавая их психологическую значимость. Последующее изучение МАК-карт в качестве

инструмента диагностики (преимущественно) и коррекции может происходить с опорой на концепцию культурно-исторической теории, а также деятельностный подход. Это даст возможность решить современные проблемы использования метафорических ассоциативных карт.

Отдельно отметим экологичность инструмента МАК-карт при правильном их использовании, что дает возможность минимизировать внутреннее сопротивление благодаря безопасности процесса. Если учесть все изложенное выше, то МАК-карты в рамках психологического консультирования нужно рассматривать как инструмент, обладающий существенным терапевтическим потенциалом.

### *Список литературы*

1. Ведмеш Н.А. Метафорические карты / Н.А. Ведмеш // Психология и психиатрия. – 2021 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://psihomed.com/metaforicheskie-kartyi/> (дата обращения: 20.04.2024).

2. Воронкова Э.Ф. Метафорические ассоциативные карты как инструмент успешной консультативной работы психолога со студентами / Э.Ф. Воронкова // Инновационное развитие профессионального образования. – 2021. – №3 (31). – С. 118–122.

3. Выготский Л.С. Психология искусства / Л.С. Выготский. – СПб., 2022. – 448 с.

4. Дмитриева Н.В. Метафорические карты в пространстве консультирования и психотерапии / Н.В. Дмитриева, Н.В. Буравцева. – Новосибирск, 2021. – 228 с.

5. Кац Г. Метафорические карты. Руководство для психолога / Г. Кац, Е. Мухаматулина. – М.: Генезис, 2013. – 160 с.

6. Киршке В. Клубника за окном. Ассоциативные карты для коммуникации и творчества / В. Киршке. – Германия: Моритц Эгетмейер, 2010. – 240 с.