

Бородулькіна Т.А. Опыт использования метафорических ассоциативных карт в психологической работе с детьми / Т.А.Бородулькіна // Науковий часопис НАЦІОНАЛЬНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. – № 4(49). – С.39-52.

УДК 159.9

Бородулькіна Т.А. (г.Запорозьє)

## **ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

**Бородулькіна Т.О.** Досвід використання метафоричних асоціативних карт в психологічній роботі з дітьми. У статті описані можливості використання метафоричних асоціативних карт (МАК) у психологічній роботі з дітьми. МАК розглянуто автором як один з екологічних експрес-методів у психологічній роботі з дітьми, які є однією з найбільш уразливих і незахищених категорій населення сучасної України. МАК представлено в статті як різновид проєктивних методів із властивими ним особливостями й специфікою; описані переваги асоціативних карт як інструмента роботи практичного психолога.

У якості одного із критеріїв для класифікації МАК виділено можливість використання їх у психологічній і психотерапевтичній роботі з різними віковими групами, зокрема, з дітьми. Автором запропонований спосіб систематизації асоціативних карт залежно від напрямку психологічної роботи з дітьми (не враховувалася умовна універсальність кожного набору МАК, а також можливість їхнього використання в різного роду розвиваючій та ігровій діяльності): робота з дитячо-батьківськими стосунками; робота з Я-образами та образами Іншого, з різними емоційними станами; робота з дітьми, що постраждали в результаті бойових дій, терористичних актів, природних катастроф, дітьми, що переживають втрату близьких та ін.; робота з негативними неусвідомлюваними станами, страхами й снами; робота з ресурсними станами.

Описано досвід використання метафоричних асоціативних карт у психологічній роботі автора статті з дітьми, що постраждали в результаті бойових дій в Україні.

Стаття може бути корисна дитячим практичним психологам.

**Ключові слова:** метафора, проєктивні методи роботи практичного психолога, метафоричні асоціативні карти, діти, психологічна робота з дітьми, дитячі психологи, психологічна робота з дитячими травматичними переживаннями.

**Бородулькина Т.А. Опыт использования метафорических ассоциативных карт в психологической работе с детьми.** В статье описаны возможности использования метафорических ассоциативных карт (МАК) в психологической работе с детьми. МАК рассмотрены автором как один из экологических экспресс-методов в психологической работе с детьми, которые являются одной из наиболее уязвимых и незащищенных категорий населения современной Украины. МАК представлены в статье как разновидность проєктивных методов с присущими им особенностями и спецификой; описаны достоинства ассоциативных карт как инструмента работы практического психолога. В качестве одного из критериев для классификации МАК выделена возможность использования их в психологической и психотерапевтической работе с разными возрастными группами, в частности, с детьми. Автором предложен способ систематизации ассоциативных карт в зависимости от направления психологической работы с детьми (не учитывалась условная универсальность каждого набора МАК, а также возможность их использования в разного рода развивающей и игровой деятельности): работа с детско-родительскими отношениями; проработка Я-образов и образов Другого, различных эмоциональных состояний; работа с детьми, пострадавшими в результате военных действий, террористических актов, природных катастроф, детьми, переживающими утрату близких и др.;

работа с негативными неосознаваемыми состояниями, страхами и снами; работа с ресурсными состояниями. Описан опыт использования метафорических ассоциативных карт в психологической работе автора статьи с детьми, пострадавшими в результате боевых действий в Украине. Статья может быть полезна детским практическим психологам.

**Ключевые слова:** метафора, проективные методы работы практического психолога, метафорические ассоциативные карты, дети, психологическая работа с детьми, детские психологи, психологическая работа с детскими травматическими переживаниями.

**Borodulkina T.A. Experience of use the Metaphoric Cards in the psychological work with children.** The article is focused on the possibility of use the Metaphoric Cards in the work of psychologists with children. Author consider Metaphoric Cards as one of the express methods in the psychological work with children, who are one of the most vulnerable and not protected categories of the population of modern Ukraine.

The Metaphoric Cards are described as a version of projective methods. The author describes the advantages of the associative cards as tool of work of the practical psychologists.

The author identified as one of criteria for classification of Metaphoric Cards the possibility of their use in psychological and psychotherapeutic work with different age groups, particularly with children.

The author suggests a method of systematization of associative cards depending on the aspect of psychological work with children (the conditional universality of each set the Metaphoric Cards and also possibility of their use in different types of educational and play activities was not taken in attention): parent-child relationships; study of self-image and the images of Other, different emotional states; work with children affected by military operations and terrorist acts, natural disasters; the work with children experiencing bereavement, etc.);

work with unconscious negative states; work with resource. The psychologists working with children can solve the diagnostic and therapeutic tasks by using the Metaphoric Cards.

Author describe own experience of use the Metaphoric Cards in work with children, who have suffered as a result of fighting in Ukraine.

The article may be useful for practical psychologists working with children.

**Key words:** metaphor, projective methods of the work of the practical psychologists, the Metaphoric Cards, the children, the psychological work with the children, children's psychologists, the work with the children's trauma.

**Постановка проблемы.** Украина последних лет, в связи с нестабильной политической ситуацией, развернувшимся вооруженным конфликтом в восточных регионах и аннексией Крыма, находится в стрессовом, напряженном состоянии, что негативно сказывается на психическом здоровье каждого ее жителя, в том числе детей от 0 до 18 лет. За последние два года к категориям детей, нуждающихся в психологической и психотерапевтической помощи, добавились дети переселенцев из зоны боевых действий и Крыма, дети из семей погибших воинов АТО и семей погибших мирных жителей, дети участников боевых действий, дети волонтеров и др. Обстрелы, длительное пребывание в убежищах, вынужденное переселение, потеря работы и имущества, смерть близких, инвалидность, участие в боевых действиях – стали трагическими событиями жизни многих украинских семей, еще недавно живших в мирной стране. А постоянное освещение в СМИ «новостей войны» негативно влияло и влияет на психическое состояние жителей «мирных» регионов Украины, расширяя круг опосредованно пострадавших от «войны» людей.

Украинские психологи, как и вся страна в целом, оказались не достаточно готовыми к оказанию экстренной психологической помощи большому количеству взрослых и детей, получивших травматический опыт.

Появилось достаточно много энтузиастов (а среди них – молодые начинающие специалисты, студенты-психологи), желающих оказывать психологическую помощь пострадавшим, в том числе детям. Но на первых порах (по нашему субъективному мнению) складывающееся волонтерское сообщество было беспомощным, подверженным быстрому эмоциональному выгоранию, очень разношерстным по уровню профессионализма, имеющемуся опыту оказания психологической помощи и т.д. Различными социальными службами, общественными и волонтерскими организациями стихийно организовывалась психологическая помощь пострадавшим в результате боевых действий в Украине, проводились и проводятся обучающие семинары для психологов-волонтеров, специальные курсы по приобретению дополнительной квалификации в кризисной психологии.

Для многих практических психологов актуальным стало обращение к уже имеющемуся опыту оказания кризисной психологической и психотерапевтической помощи людям, пострадавшим в различных техногенных и природных катастрофах. Так, наработанный и описанный Г.Католик и ее львовскими коллегами (И. Корниенко, Т. Тихобаева, О. Верман, О. Наконечная, Г. Бушак и др.) практический опыт экстренной психокоррекционной помощи детям, подросткам и их семьям, пережившим травму Сквиловской катастрофы во Львове в 2002 году [5], и другие подобные материалы – снова стали востребованными в среде украинских практических психологов.

На протяжении последних нескольких лет украинские специалисты ищут эффективные способы помощи детям, пострадавшим в результате боевых действий в Украине; осуществляются попытки адаптации зарубежных программ и методов психологической помощи детям войны. Одной из таких методик является программа «Дети и война: обучение техникам исцеления», разработанная специалистами Великобритании и Норвегии на основе когнитивно-поведенческого подхода терапии ПТСР у

детей и успешно реализованная в ряде стран, пострадавших от войны. Благодаря Институту психического здоровья Украинского Католического Университета, Украинского института когнитивно-поведенческой терапии и др. большое количество украинских специалистов прошли обучение данной методике и помогают детям справиться со стрессом в разных городах Украины [4].

Актуальной является выработка украинскими специалистами собственных путей эффективной работы с детьми, прямо или опосредованно пострадавшими в результате боевых действий в нашей стране. Ощущается необходимость в экспресс-методах и инструментах индивидуальной и особенно групповой работы с детьми, обладающих высокой степенью экологичности, помогающих эффективно решать как диагностические задачи, так и терапевтические. Одним из таких инструментов считаем метафорические ассоциативные карты (МАК), являющиеся достаточно популярными в среде практических психологов разных направлений.

Описание опыта использования МАК в психологической работе с детьми и является одной из **целей** данной статьи.

**Анализ последних исследований и публикаций.** Метафорические ассоциативные карты (МАК), известные также как проективные, ассоциативно-метафорические, ассоциативно-символические, «О» / «Ох» карты, терапевтические, психотерапевтические, метафорические ассоциативные изображения, ассоциативные фотографические карты и др., являются популярным проективным инструментом в работе современных практических психологов.

На сегодняшний момент история появления первых МАК достаточно подробно описана разными авторами (В. Киршке [8], Е. Морозовская [12; 13], У. Халкола [17], Г. Кац, Е. Мухаматулина [7], Н. Верникова [3], Г. Попова, Н. Милорадова [16] и др.) и начинается с 70-х годов XX-го века с работ канадского художника и профессора искусствоведения Эли Рамана.

Предыстория МАК значительно длиннее и связана с развитием теорий проекции и апперцепции в психологии, а также с использованием в психологической практике проективных изображений, в частности проективных тестовых методик (тест чернильных пятен Г. Роршаха, Тематический апперцептивный тест (ТАТ) Г. Мюррея, Детский апперцептивный тест (САТ) (Л. Беллак), тест портретных выборов Л. Сонди, тест рисуночной фрустрации С. Розенцвейга и др.), предназначенных для психодиагностики актуальных внутренних состояний и переживаний человека, личностных особенностей, ведущих потребностей, мотивов и ценностей, установок, личностных и жизненных смыслов, бессознательных и неосознаваемых побуждений личности, особенностей образа Мира, Я-образа, социальной перцепции и др.

Как отмечают А.А. Бодалев и В.В. Столин, «психологам и психиатрам давно было известно, что рассказы по сюжетным картинкам, специально подобранным для исследуемого контингента, позволяют судить о склонностях людей и нередко выявляют болезненные состояния психики» [14, с. 55]. По данным Л.Ф. Бурлачука, с конца XIX века психологи разных стран с целью исследования воображения экспериментировали с аморфными цветными и монохромными чернильными пятнами, а также со специально подобранными сюжетными картинками [2, с. 286]. Можем предположить, что подобные «экспериментирования» были предшественниками «экспериментов» с МАК. Работа психологов с сюжетными картинками и дальше активно продолжалась. Так, например, Т.С.Яценко предложила метод психоанализа комплекса тематических рисунков и описала приемы работы с неавторским рисунком в связи с возможностью исследования действия механизмов проекции, перенесения, идентификации, защиты и др. [18, с. 124].

Предысторию МАК также составляет практика использования в психотерапии фотографий. В качестве первых попыток использования

фотографических ассоциативных карт в обучении, психотерапии и развитии коммуникативных и экспрессивных навыков у взрослых У. Халкола описывает метод фотолангажа А. Баптиста и К. Белизл (Франция, 1969 г.), предназначенный для работы с группами, при котором участники выбирают и совместно обсуждают фотографии, пытаясь раскрыть их содержание, а также визуальные фото-стимулы Джоэля Волкера, предназначенные для применения в психотерапии [17].

Практика использования тематических картинок активно развивалась не только в психотерапевтической работе со взрослыми, но и в работе с детьми. Например, специалист по семейному и детскому консультированию В. Оклендер описывает применение техники использования картинок в психотерапевтической работе с детьми, предлагая использовать картинки как материал для сочинения рассказов. Автор составила свою коллекцию картинок, материалом для которой стали газеты, журналы, почтовые открытки, иллюстрации из книг, художественные фотографии, карточки со словами, гадальные карты и др. [15]. Коллекцию В. Оклендер также можно считать своеобразным аналогом современных МАК.

Считаем, что все проективные методы (в широком смысле) условно можно расположить на шкале, на одном полюсе которой будут расположены жестко регламентируемые диагностические процедуры (проективные тесты), на противоположном полюсе – проективные методы, относительно «свободные» в проведении (к данной группе отнесем МАК).

На основе характеристик проективных методов, описанных Л.Ф. Бурлачуком, Е.Т. Соколовой [2], А. Анастази, С. Урбиной [1], А.А. Бодалевым и В.В. Столиным [14], выделим положения, применимые к работе с МАК как проективным методом:

- проективные методики – это «приемы опосредованного изучения личности, основывающиеся на построении специфической, пластичной (слабоструктурной) стимульной ситуации, стремление к разрешению которой



способствует актуализации в восприятии соответствующих ситуации тенденций, установок, отношений и других личностных особенностей» [2, с.308];

- «проективные методики, как никакие другие, способствуют проявлению разнообразия индивидуальных реакций» [2, с.319];

- «с помощью проективной техники мы проникаем в мир воображаемого поведения» [2, с.307];

- «любая стимульная ситуация, которая не структурирована в расчете на однозначную, специфическую реакцию, может вызвать проективный процесс» [2, с. 315];

- «стимульные материалы – своего рода экран, на который респонденты «проецируют» свои характерные мыслительные процессы, потребности, тревоги и конфликты» [1, с.450];

- «проективный стимул – «обратимая» фигура, допускающая много толкований» [2, с.300];

- то, каким образом конкретный человек воспринимает и интерпретирует тестовый (стимульный) материал или «структурирует» ситуацию, отражает фундаментальные аспекты функционирования его психики [1, с.450];

- «оптимальным условием для проекции глубинных слоев личности является умеренный уровень неоднозначности стимульного материала» [14, с. 60];

- «раскрытие «Я» при тематической проекции происходит путем наделения особенностями собственного поведения, чертами характера действующих лиц рассказа, созданного по картинке» [2, с. 310];

- в ответах на задания проективных методик обнаруживаются личностные свойства обследуемого, проявление которых обусловлено особенностями стимулов-ситуаций [2, с.308]; ошибочно полагать каждую реакцию обследуемого личностно обусловленной, т.к. объективные

параметры стимулов принимают непосредственное участие в формировании ответов [2, с.320]; нельзя полагать, что процесс структурирования стимула обнаруживает исключительно неосознаваемое [с. 310];

- «проективные методики рассматривают как качественный клинический инструментарий, а не только как психометрические инструменты» [2, с.318]; «проективные методики не являются тестами в подлинном смысле этого слова, а скорее – клиническими инструментами» [1, с.482];

- «в руках опытного клинициста проективные методики могут служить дополнительным качественным средством интервьюирования клиентов; их ценность как клинического инструмента пропорциональна квалификации клинициста» [1, с.482];

- «проективные тесты» - всегда продукт совместного общения клиента и психолога «здесь и теперь» [2, с.305];

- «проективное исследование рассматривается как своего рода диалог между диагностом и обследуемым» [2, с.300], психологом и клиентом; проективные методики имеют психотерапевтический потенциал [2, с.305];

- «большинство проективных методик представляют собой эффективное средство для «расплавления льда» при первых контактах между клиницистом и клиентом» [1, с.474];

- можно предположить включение защитного механизма в виде категоричного отказа от интерпретации стимула обследуемым [2, с.314] и др.

Современные практические психологи и психотерапевты различных направлений и школ используют МАК в практике консультирования и коррекции. МАК также применяют и для решения диагностических задач, но, как отмечают Г. Кац и Е. Мухаматулина, «лишь в той степени, в какой для этой цели могут быть использованы любые действия и выборы человека» [7, с.24], считая, что карты не являются средством для постановки диагноза и составления психологического заключения, т.к. они не разрабатывались как

психодиагностическая методика. С точки зрения Г. Кац, Е. Мухаматулиной и других авторов, карточки – это не методика работы, а средство взаимодействия с клиентом, выборы которого нельзя оценивать.

Достоинства МАК как инструмента работы практического психолога подробно описаны в литературе, основными из них можно считать, опираясь на Г. Кац, Е. Мухаматулину, Е. Морозовскую, Г. Попову и Н. Милорадову, следующие: «создание общего контекста для психолога и клиента, общего метафорического языка при обсуждении той или иной ситуации из жизни клиента» [12, с. 14]; в групповой работе стимулируют мышление, навыки кооперации и ведения дискуссий; гибкие правила использования, возможность разрабатывать новые авторские техники и адаптировать существующие под требования актуальной ситуации, широкое поле для безопасных экспериментов и проявлений творчества [13, с. 10]; снижают защиты и помогают создать безопасную обстановку для самораскрытия, помогают в группе «растопить лед» на начальных стадиях работы; являясь зрительной метафорой, карты открывают человеку нетривиальную перспективу для анализа своей жизни, при этом становятся доступными такие процессы восприятия, которые протекают за пределами сознания; помогают вывести на поверхность глубинные переживания и тем самым способствуют самопознанию; задействуют в первую очередь иррациональную часть личности и активизируют правое полушарие мозга [7, с.17]; метафоричность МАК позволяет клиенту воспринимать проблемы на расстоянии, диссоциировано и символично [16, с. 67]; работа с МАК представляет собой интегративный подход к поиску ресурса, предполагает опору на ресурс в самом человеке [16, с. 68]; работа с картами связана с феноменами «инсайта» (относительно сути своей проблемы и методов ее решения) и «катарсиса»; в работе с МАК проявляется принцип синхронности; применение МАК предоставляет клиенту возможность метафорического моделирования реальности в игровой форме [16] и др.

В настоящий момент существует достаточно много немецких, израильских, украинских, российских, норвежских и др. МАК, которые можно классифицировать по разным признакам. Например, Г. Попова и Н. Милорадова систематизируют типы МАК по таким основаниям: по характеру изображения (рисуночные карты и фото-карты); по наличию текста (карты без текста, с отдельными словами (картинка плюс слово); с текстом и др.); по функции и специфике направленности на психологические проблемы (галерейные колоды; карты для работы с широким спектром явлений и психологических проблем; направленные на определенный спектр проблем; повествовательные колоды); по наличию схем (без схематических изображений; со схемами); по степени привязки значений и по комбинаторности [16, с. 29-31]. Подробный обзор наиболее популярных МАК представлен также в работах В. Киршке [8], Е. Морозовской [12; 13], Г. Кац, Е. Мухаматулиной [7], Н. Верниковой [3] и др.

Еще одним критерием для классификации МАК мы выделяем возможность использования их в психологической и психотерапевтической работе с разными возрастными группами, в частности, с детьми. Большое разнообразие МАК условно мы можем разделить на такие группы: 1) МАК, предназначенные для работы со взрослой аудиторией; 2) МАК, изначально предназначенные для работы со взрослыми, но адаптированные для работы с детьми; 3) МАК, рекомендуемые для работы с детьми и внутренним ребенком взрослого (табл.1). Поводом для отнесения того или иного набора МАК к одной из выделенных групп стали: наличие в инструкции к картам прямых рекомендаций по работе с детьми; описание в методической литературе по МАК и других общедоступных источниках опыта использования того или иного набора карт в психологической и психотерапевтической работе с детьми. Подчеркнем условность такой систематизации, признавая тот факт, что МАК, которые можно отнести к первой группе, психологи могут применять в отдельных случаях и в работе с

подростками. Например, мы можем предположить, что немецкие карты «Lydia Jacob story» можно использовать в работе с детскими страхами (возможно, такой опыт имеется). А в третью группу вошли наборы МАК, которые рекомендуются авторами и издательствами в равной мере для работы со взрослыми и для работы с детьми, но на работе с детьми сделан особый акцент.

Таблица 1

Группы МАК в зависимости от возможности использования в психологической и психотерапевтической работе с детьми

№	Группа МАК в зависимости от возможности использования в работе с детьми	Примеры МАК	Автор	Страна, издательство
1.	МАК, предназначенные для работы со взрослой аудиторией	«Tandoo», «Bosch», «Lydia Jacob story»	М. Эгетмейер	Германия, изд-во «ОН Verlag»
		«Memory»	Н. Глотова	Украина, Киев
2.	МАК, изначально предназначенные для работы со взрослыми, но адаптированы для работы с детьми	«Oh», «Persona», «Morena», «Habitat»	М. Эгетмейер	Германия, изд-во «ОН Verlag»
		«Она»	К. Крюгер	Россия, С.-Петербург, изд-во «Речь»
		«Сила времени»	Н. Верникова	Украина, Винница
3.	МАК, рекомендуемые для работы с детьми и взрослыми, внутренним ребенком взрослого	«Core»	М. Эгетмейер, О. Аялон	Германия, изд-во «ОН Verlag»
		«Personita», «Saga», «Claro»	М. Эгетмейер	
		«Аниби»	И. Шмулевич	Израиль
		«Трансформация», «Ксенобиология», «Мандры», «Зверские отношения»	Е.Л. Милютина	Украина, Киев

		«Ёжкины сказки», «Семейная история»	Е. Морозовская	Украина, Одесса, Институт проективных карт
		«Креатив-1», «Креатив-2: настроения, состояния, эмоции, чувства», «Креатив-3: жизненные ситуации и кризисы»	Ю.А. Луценко	Украина, Киев
		«Я и все-все-все»	К. Крюгер	Россия, С.- Петербург, изд-во «Речь»
		«Роботы»	Т. Ушакова	Россия, изд- во «Генезис»
		«Дерево как образ человека», «Из сундука прошлого»	Г. Кац, Е. Мухаматулин а	Россия, изд- во «Генезис»

Рассмотрим опыт использования МАК в работе с детьми более подробно.

В руководствах к немецким колодам ассоциативных карт, которые уже стали классическими, есть некоторые рекомендации для работы с детьми. О возможности использования карт с детской аудиторией прямо упоминается в инструкциях к «ОН-картам», «Saga» и «Core». В целом, немецкие ассоциативные карты рекомендуется использовать для сочинения историй, эссе, стихотворений, песен, скульптур, как исходный материал для рисования картин, как основу для театра импровизаций, для изучения иностранных языков, развития творчества, интуиции и др. [11].

В публикациях некоторых авторов присутствуют описания опыта использования в работе с детьми немецких ассоциативных карт. Так, А.Круус применяет немецкие ассоциативные карты «Saga» и «ОН» в психомоторной терапии детей и развитии речевых навыков [8, с.138-143].

Г. Эндерс имеет опыт применения «ОН»-карт в психотерапевтической работе с детьми на примере сексуального надругательства [8, с.143-147]. Т. Циви и Г. Элле описывают случай детской игровой терапии на примере карт «Persona» [8, с. 147-150]. Г.Б. Кац применяет карты из наборов «Saga» и «ОН» в семейной терапии с участием детей (от 9 лет), а также имеет опыт использования карт «Habitat» и «Ессо» в групповой работе с четвертым классом, который в школе считался «трудным» и неуправляемым [7].

Отдельного внимания среди карт издательства «ОН Verlag» заслуживают карты «Соре» («Преодоление»), которые называют также реабилитационными (авторы О. Аялон и М. Эгетмейер, художник М. Лукьянова). Согласно инструкции, они предназначены для преодоления кризисных ситуаций и исцеления от их последствий. Карты «Соре» изображают травматические события и эмоциональные реакции на них в символическом и метафорическом виде, а также образы облегчения, успокоения, уверенности и исцеления [11]. Офра Аялон разработала данные карты, прежде всего, для детей и молодых людей, пострадавших от террористических актов в ее стране, поняв, что с помощью карт можно «создать определенную дистанцию по отношению к пережитому и соответственно дать возможность поговорить об этом», делая это «на уровне мечтаний, фантазий и свободной игры» [8, с. 55]. Своеобразным украинским аналогом данных карт, можно считать набор ассоциативных фотографических карточек «Креатив-3: жизненные ситуации и кризисы» (автор Ю. Луценко), рекомендованные для работы с клиентами от 14 лет. Условно карты данного набора разделяются автором на такие категории: идентификация события, реакция на событие, способы и ресурсы для преодоления и результат выхода из кризиса.

Кроме того, описан опыт применения немецких ассоциативных карт в обучающей работе с детьми: Е. Шютте использует карты «Saga» и «Oh» в качестве средства превращения урока немецкого языка в увлекательную игру

при изучении сказуемого и подлежащего [8, с.225-226]; с помощью карт «Saga» и «Claro», которые можно разрисовывать самому, М. Холмер побуждает детей к сочинению и грамотному изложению историй [8, с.226-230]; М. Шнайдер-Виттинг применяет карты «Oh», «Habitat» («Среда обитания») и «Quisine» («Кухня») на уроках иностранного языка [8, с.231-233]; Й. Киласиньска использует карты «Habitat» с детьми 10-15 лет [8, с.234], а Р. Домен описывает применение карт «Morena» с детьми шести лет [8, с.235].

Одной из распространенных сфер применения ассоциативных карт в работе с детьми является семейная терапия и консультирование с участием детей: проработка детско-родительских отношений [7; 9; 12; 13; 16], отношений сиблингов; согласование семейных ценностей между членами семьи и др. [12]. Интересным в данной связи является опыт работы Г. Кац с семьей мальчика восьми лет с диагнозом СДВГ и упражнение, направленное на выбор общей дороги с помощью МАК «Пути-дороги. Метафора жизненного пути» [7, с. 101-111].

Полагаем, что все МАК, рекомендуемые для работы с детьми разных возрастов, можно использовать в развивающей работе. Развивающие формы работы с детьми и подростками достаточно подробно описаны С.Д. Каган на примере карт «Креатив», рекомендованными с 2011 года Украинским научно-методическим центром практической психологии и социальной работы к использованию в работе с детьми и подростками. Так, автор описывает ряд упражнений на развитие психических функций (развитие устойчивости и концентрации внимания, оперативной зрительной памяти, гибкости мышления, воображения, креативности); коммуникативных навыков, эмоциональной сферы, саморефлексии, личностного роста, социальных навыков и др. [6].

Многие МАК, рекомендуемые для работы с детьми, достаточно универсальны и могут использоваться как в индивидуальной, так и в



групповой работе, помогая решать самые разные задачи, как в работе специалиста, так и в кругу семьи. Например, К. Крюгер в сопроводительной брошюре к своим МАК «Я и все-все-все» предлагает большое количество самых разных вариантов использования карт для профессионалов и для родителей: развитие познавательной сферы (внимание, восприятие, логическое мышление, креативность, гибкость мышления), развитие коммуникативных навыков, проработка детско-семейных отношений (я и родитель, я и братья/сестры, я и ребенок); работа с Я-образом и образом Другого; поиск внутреннего ресурса или обнаружение детских травм, работа со страхами, разнообразие семейного досуга и др. [9].

Конечно, степень универсальности, сферы применения и формы работы с МАК, в первую очередь, зависят от мастерства специалиста, его квалификации, задач психологической работы. Среди психологов, работающих с МАК, бытует мнение, что с помощью любого набора ассоциативных карт можно решать любые задачи, но все же, считаем, что некоторая специализация карт возможна и оправдана. Не беря во внимание условную универсальность каждого набора МАК, а также возможность их использования в разного рода развивающей и игровой деятельности, опираясь на проведенный анализ и собственный опыт использования МАК в работе с детьми, предлагаем такую систематизацию ассоциативных карт в зависимости от направления психологической работы с детьми:

- работа с детско-родительскими отношениями – наборы МАК: «Аниби» (И. Шмулевич), «Семейная история» (Е. Морозовская); «Я и все-все-все», «Она» (К. Крюгер [10]), «Ксенобиология», «Зверские отношения» (Е. Милютина), «Из сундука прошлого» (Г. Кац, Е. Мухаматулина);

- проработка Я-образов и образов Другого, различных эмоциональных состояний – наборы МАК: «Persona», «Personita» (М. Эгетмейер), «Дерево как образ человека» (Г. Кац, Е. Мухаматулина), «Трансформация», «Ксенобиология» (Е. Милютина), «Роботы» (Т. Ушакова), «Креатив-2:

настроения, состояния, эмоции, чувства» (Ю. Луценко);

- работа с детьми, пострадавшими в результате военных действий, террористических актов, природных катастроф, переживающих утрату близких и др. – наборы МАК: «Соре» (М. Эгетмейер); «Креатив-3: жизненные ситуации и кризисы» (Ю. Луценко), «Петроглифы» (И. и С. Ященко, Россия, Ростов-на-Дону);

- работа с негативными неосознаваемыми состояниями, страхами и снами – наборы МАК: «Петроглифы» (И. и С. Ященко); «Saga» (М. Эгетмейер);

- работа с ресурсными состояниями, поиском ресурса – наборы МАК: «Сила времени» (Н. Верникова); «Креатив-1» (Ю. Луценко); «Я и все-все-все», «Она» (К. Крюгер), «Habitat», «Morena» (М. Эгетмейер), «Спектрокарты» (У. Халкола); «положительные» карты из наборов «Аниби» (И. Шмулевич), «Соре» и «Saga» (М. Эгетмейер).

С помощью МАК психолог, работая с детьми, может решать как диагностические, так и терапевтические задачи.

**Изложение основного материала. Опыт использования МАК в работе с детьми, пострадавшими в результате боевых действий в Украине,** описан на основе нашей волонтерской практики в различных общественных организациях в период 2014-2015 гг.

**Детские группы в летнем лагере в Карнатах.** В летних лагерях МБФ «Новое поколение» (сmt. Ворохта, Ивано-Франковская область) командой психологов в составе восьми человек в период с 21 июля по 3 августа 2014 г. проводились групповые психологические занятия с детьми. Психологи работали в парах с группами разновозрастных детей (от 6 до 18 лет), приехавших со всей Украины. Учитывая, что в лагере проходили реабилитацию дети-сироты, дети-переселенцы с восточных регионов Украины и Крыма, дети военных АТО, дети из семей погибших, одной из косвенных задач психологических занятий было отреагирование негативных

переживаний и их ослабление, поиск ресурсных состояний. По программе лагеря, с каждым отрядом (а в отрядах было до 20 детей) психологи должны были провести по два занятия (продолжительность одного занятия 1,5 часа). Автор данной статьи в качестве психолога-волонтера работал в лагере с общей численностью детей около 120 человек в паре с В.И. Вертебой (на тот момент – магистрант Запорожского национального технического университета (специальность «Психология»)).

Первое занятие с группой было направлено на знакомство участников и развитие навыков самопрезентации; отреагирование отрицательных переживаний и их ослабление; развитие эмпатии и др. В качестве одного из заданий детям предлагалось рассказать историю о мальчике или девочке, изображенном/ой на картинке, и его/ее жизни. Процедура каждый участник выбирал (в открытую) сначала карту с изображением ребенка («Personita») и рассказывал о выбранном персонаже, а затем (после того, как все истории в кругу были озвучены), выбирал картинку из жизни своего героя (карты «Соре»). Задание по инструкции было абсолютно нейтральным и специально не побуждало участников рассказывать о себе. Предполагалось, что ребенок, переживающий травматичное событие и нуждающийся в ослаблении внутреннего напряжения, включая в рассказ (по своей инициативе, сознательно или бессознательно) описание тревожащих его событий, через проговаривание несколько освободится от груза тяжелых (и часто скрываемых от всех) переживаний. И, действительно, в каждом отряде были дети (от одного до трех), рассказывающие истории об обстрелах, войне, смерти, озвучивающие свое беспокойство о близких, которые воюют, о судьбе страны. Некоторые из участников сразу признавались, что говорят о себе, во время рассказывания истории начинали плакать. Конечно, психологи, работающие с травмированными детьми, должны быть готовыми к таким реакциям. Наше занятие было построено так, что до и после упражнения «Расскажи историю об этом мальчике / об этой девочке...»

проводились активные формы работы с группой, предполагающие проявление положительных эмоций и актуализацию ресурсных состояний. После рассказывания историй детям чаще всего предлагалось арт-терапевтическое упражнение (например, рисование под релаксационную музыку двумя руками с закрытыми глазами; расслабление с помощью тактильного взаимодействия с аквагрунтом и др.). Завершалось занятие обычно играми на групповое взаимодействие, подвижными играми (например, «Рисунок на спине», «Путаница» и др.). Такое построение занятия позволяло поддержать общий позитивный фон в группе, обеспечивало возможность отреагирования негативных эмоций, ослабление напряжения, способствовало сплочению группы, созданию атмосферы доверия, которая и была одним из ресурсов для участников. Первое занятие в рамках лагеря было, в том числе, диагностичным, и позволяло психологам выделить наиболее нуждающихся в психологической помощи детей и обеспечить им психологическую поддержку в индивидуальном формате.

Второе занятие было направлено на углубление знакомства, на рефлекссию собственного настроения, эмоциональных состояний и чувств, релаксацию, ослабление напряжения, обусловленного отрицательными эмоциональными переживаниями и мыслями, поиск и создание ресурса. Для отреагирования возможных негативных эмоций и снятия напряжения участникам было предложено небольшое упражнение «Что приснилось?» («Расскажи сон»). С разными отрядами использовались разные варианты этого упражнения. Вариант 1: детям предлагалось с помощью вытянутой вслепую карты из набора «Петроглифы» рассказать о своем сне. Вариант 2: из карт «Personita» вслепую выбирался один детский портрет и с помощью вслепую вытянутых карт из набора «Петроглифы» дети по очереди рассказывали о снах персонажа. И опять-таки, для некоторых участников такое упражнение стало благоприятной возможностью проговорить свой страшный сон или неприятное переживание, ослабив таким образом свое

внутреннее напряжение.

Данные упражнения с МАК также были успешно использованы в проведении *детских групп в рамках Программы реабилитации семей военных-участников АТО в период с 19 по 29 сентября 2014 г.*, организованной МБФ «Новое поколение» в смт. Ворохта, а также в *работе с детьми переселенцев в г. Запорожье на протяжении 2014-2015 года.* Работа с детьми переселенцев из зоны АТО осуществлялась нами в качестве психолога-волонтера Запорожского отделения **ОО «Ассоциация специалистов по преодолению последствий психотравмирующих событий»** на месте поселения (территория общежития) в игровой детской комнате. Командой психологов-волонтеров занятия проводились раз в неделю на протяжении одного года. Основным разработчиком программ и руководителем детских групп был автор статьи. На разных этапах в проведении занятий были задействованы волонтеры: О. Елистархова, В. Вертеба, Л. Колебанова, Ю. Слипченко, О. Кузнецова и др. Группа детей была разновозрастной (от 4 до 15 лет). Количество участников на занятиях было разным: от двух до десяти человек.

За год работы с детьми-переселенцами появились новые техники с использованием МАК. Среди них: упражнения, направленные на рефлекссию своего жизненного пути (от рефлексии недавних событий (упражнение «Что случилось за прошедшую неделю...»), до рефлексии событий жизни, случившихся до вынужденного переселения (упражнения: «Коллаж моей жизни»; «Хорошие и плохие события моей жизни»); ресурсные техники («Что мне помогает в жизни?»; «Подарок себе и группе»; «Подарок жизни для меня...») и др. Отметим, что, в целом, дети очень любят работать с МАК, с удовольствием рассматривают и выбирают картинки. Но, мы не рекомендуем начинать занятие с ассоциативных карт. На наших занятиях работа с картами не составляла содержания всей встречи, а, в зависимости от темы и задач, обычно занимала до 1/3 всего занятия. В остальное время мы

использовали арт-техники, релаксационные и подвижные игры. Обычно в рамках одного занятия мы задействовали несколько наборов МАК (например, во время упражнения «Коллаж моей жизни»), расширяя диапазон выбора детей. На разных этапах нашей работы были использованы такие МАК: «Persona», «Personita» «Habitat», «Morena», «Ессо» (М. Эгетмейер), «Дерево как образ человека», «Пути-дороги», «Из сундука прошлого» (Г. Кац, Е. Мухаматулина), «Трансформация» (Е. Милютин), «Аниби» (И. Шмулевич), «Она» (К. Крюгер), «Креатив-1», «Креатив-2: настроения, состояния, эмоции, чувства» (Ю. Луценко), «Сила времени» (Н. Верникова) «Петроглифы» (И. и С. Ященко) и некоторые др.

**Выводы.** Учитывая необходимость в экологичных экспресс-методах в психологической работе с детьми, как одной из наиболее уязвимых и незащищенных категорий населения современной Украины, рассмотрели МАК как один из таких методов.

МАК представили как разновидность проективных методов с присущими им особенностями и спецификой; описали достоинства МАК как инструмента работы практического психолога.

В качестве одного из критериев для классификации МАК выделили возможность использования их в психологической и психотерапевтической работе с разными возрастными группами, в частности, с детьми. На основе анализа описанного в литературе опыта использования МАК в работе с детьми и собственного практического опыта, предложили способ систематизации ассоциативных карт в зависимости от направления психологической работы с детьми (не беря во внимание условную универсальность каждого набора МАК, а также возможность их использования в разного рода развивающей и игровой деятельности): работа с детско-родительскими отношениями; проработка Я-образов и образов Другого, различных эмоциональных состояний; работа с детьми, пострадавшими в результате военных действий, террористических актов,

природных катастроф, с детьми переживающими утрату близких и др.); работа с негативными неосознаваемыми состояниями, страхами и снами; работа с ресурсными состояниями.

Описали собственный опыт использования МАК в работе с детьми, пострадавшими в результате боевых действий в Украине.

### **Литература**

1. Анастаси А. Психологическое тестирование / А.Анастаси, С.Урбина. – СПб.: Питер, 2001. – 688 с.
2. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2005. – 351 с.
3. Верникова Н. Метафорические ассоциативные карты – универсальный инструмент для МАКсимальных результатов / Н.Верникова. – Винница: ЧП «ГД «Эдельвейс и К»», 2014. – 124 с.
4. Діти та війна: навчання технік зцілення / П.Сміт, Е.Дирегров, У.Юле та ін. [Електронний ресурс], укр.переклад – Інститут психічного здоров'я УКУ; Львів, 2014. – 96 с.
5. Католик Г.В. Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям та постраждалим / Г.В.Католик, І.О.Корнієнко // Науково-методичні матеріали для роботи з очевидцями та постраждалими від техногенних катастроф, а також членами їхніх сімей. – Львів: «Червона калина», 2003. – 144 с.
6. «Карточные игры» для педагогов. Методическое пособие по использованию ассоциативных карт / Сост. Каган С.Д. – Красноармейская РГА. Красноармейск, 2012. – 18 с.
7. Кац Г. Метафорические карты: Руководство для психолога / Г. Кац, Е. Мухаматулина. – М.: Генезис, 2013. – 160 с.
8. Киршке В. «Клубника за окном». Ассоциативные карты для коммуникации и творчества / В.Киршке. – Моритц Эгетмейер – OH Verlag. – 2010. – 240 с.

9. Крюгер К. Метафорические ассоциативны карты для детей и взрослых «Я и все-все-все» / К.Крюгер; худож. В.Кирдий. – СПб: Речь, 2016. – 48 с.
10. Крюгер К. Метафорические ассоциативны карты «Она» / К.Крюгер; худож. В.Кирдий. – СПб: Речь, 2016. – 48 с.
11. Метафорические ассоциативные карты. Руководство к применению. – Издательство «ОН Verlag». – [Электронный ресурс].
12. Морозовская Е. Мир проективных карт: Обзор колод, упражнения, тренинги / Е. Морозовская. – М.: Генезис, 2014. – 168 с.
13. Морозовская Е. Проективные карты в работе психолога: полное руководство / Е.Р.Морозовская. – Одесса, Институт Проективных Карт, 2013. – 128 с.
14. Общая психодиагностика / Под ред. А.А. Бодалёва, В.В. Столина. – М.: МГУ, 2001. – 440 с.
15. Оклендер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии / В.Оклендер. – М.: Независимая фирма «Класс», 2003. – 336 с.
16. Попова Г. Метафорические ассоциативные карты в работе практического психолога: методика и практика / Г.Попова, Н.Милорадова. – Х.: ФОП Бровин А.В., 2015. – 224 с.
17. Халкола У. «Спектрокарты». Краткое методическое руководство по применению в психотерапии и психологическом консультировании / У.Халкола, А.И.Копытин. – СПб.: Речь, 2012. – 80 с.
18. Яценко Т.С. Глубинная психология. Тенденция к психологической смерти: диагностика и коррекция: [Монография] / Т.С.Яценко, А.В.Глузман, И.В.Калашник; под ред. Т.С.Яценко. – К.: ВИЩА ШКОЛА – XXI, 2010. – 231с.

#### **Сведения об авторе:**

**Бородулькина Татьяна Александровна** – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии Запорожского национального технического университета.