

# Метафорические ассоциативные карты в работе педагога-психолога с педагогами

*Автор статьи: Королёва Марина, педагог-психолог*



Очень многие психологи в своей работе используют метафорические ассоциативные карты (МАК). Их популярность среди коллег очень радует. Такой инструмент в работе расширяет наши возможности и делает работу гораздо интереснее и эффективнее. В этой статье пойдёт речь о работе психолога детского сада с педагогами. И начать хочется с понимания, что такое метафорические ассоциативные карты.

## **Что такое метафорические ассоциативные карты?**

Говоря о том, что такое метафорические ассоциативные карты (МАК) прежде всего хочется отметить, что это не отдельный вид терапии, а инструмент в работе психолога, который может использоваться представителями различных направлений в психологии.

**Метафорические ассоциативные карты** – это набор картинок величиной с игральную карту или открытку, изображающих людей, жизненные и сказочные ситуации, пейзажи, животных, абстракции. *(Источник: Кац Г., Мухаматулина Е. Метафорические карты: Руководство для психолога. – М.: Генезис, 2020)*

Представленные образы в картах — это наглядные метафоры взглядов, страхов, желаний человека, которые ассоциативно связаны с его опытом и внутренним состоянием.

## **Над какими темами можно работать с педагогами?**

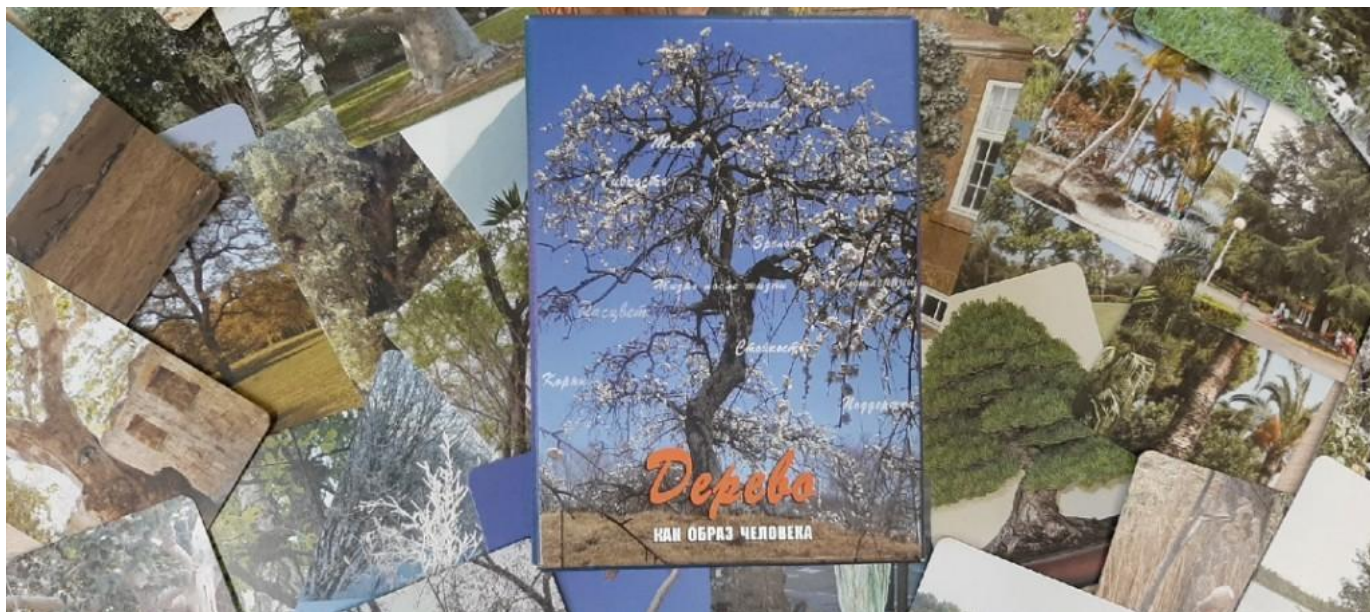
1. Профилактика профессионального выгорания.
2. Отреагирование актуальных эмоций и чувств.
3. Поиск ресурса.
4. Отработка навыков конструктивных выходов из трудных ситуаций.
5. Сплочение педагогического коллектива.

## **Колоды МАК для работы с педагогами**

Сейчас на рынке существует достаточно большое количество разнообразных колод метафорических ассоциативных карт. Каждый специалист может подобрать для своей работы нужные ему колоды. Я же предлагаю вам перечень тех колод МАК, которые я использую в своей работе с педагогами в ДОУ.

- МАК “Дерево, как образ человека” (Авторы: Г. Кац, Е. Мухаматулина).
- МАК “Расправь свои крылья” (Автор: К. Крюгер).
- МАК “Советы от предков” (Автор: М. Минакова)
- МАК “Котейка” (Автор: Н. Седова) и/или МАК «Монстрики» (Автор: Ютта Гох-Корона, Кристиан Корона)
- МАК “Роботы” (Автор: Т. Ушакова)

## Упражнения для работы с педагогами



### Упражнение “Предметы обо мне”

Для этого упражнения я использую МАК “Советы от предков” (Автор: М. Минакова). Эта колода представляет собой набор карточек с различными предметами. Педагогам предлагается выбрать в открытую любую карту из колоды и от лица этого предмета что-то рассказать о себе.

Данное упражнение может использоваться для знакомства, как в новом коллективе, так и в коллективе, где люди друг с другом уже давно знакомы.

### Упражнение “Моё состояние”

Это упражнение я использую в начале и в конце тренинга. Применяю для него МАК “Дерево, как образ человека”. Здесь педагогам предлагается в начале тренинга выбрать дерево, на которое похоже их состояние в данный момент и немного рассказать о нём. В конце тренинга можно предложить выбрать карту с изображением дерева, которое отражает их состояние в конце мероприятия.

### Упражнение “Трудный случай”

У каждого педагога в группе есть воспитанник, с которым им приходится сложно. Это упражнение именно для таких случаев. Педагогу предлагается выбрать в открытую из колоды МАК “Дерево, как образ человека” две карты. Одна карта, которая похожа на него самого, а другая на этого воспитанника. Про каждую карту педагог рассказывает. Затем эти карты кладутся на расстоянии друг от друга. Какое это будет расстояние педагог выбирает сам. Далее психолог предлагает выложить дорожку между картами, написав слова или предложения, которые могут сблизить их

и наладить контакт. Вместо колоды МАК “Дерево, как образ человека” можно использовать МАК “Роботы”. Тогда педагогу будет необходимо собрать робота похожего на него и на ребёнка.