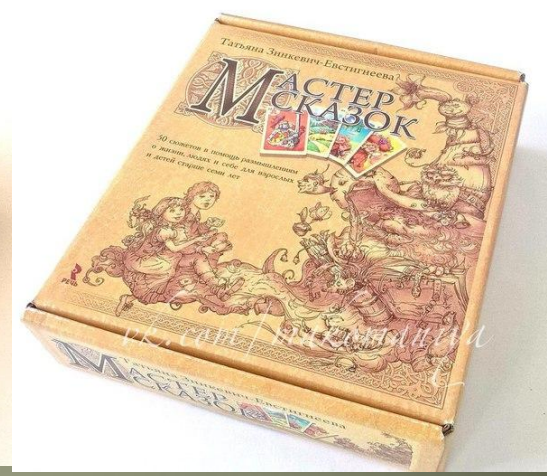
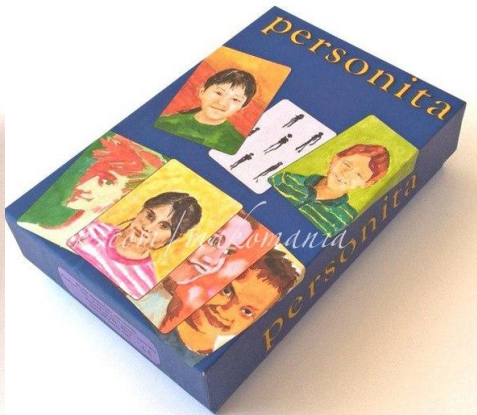
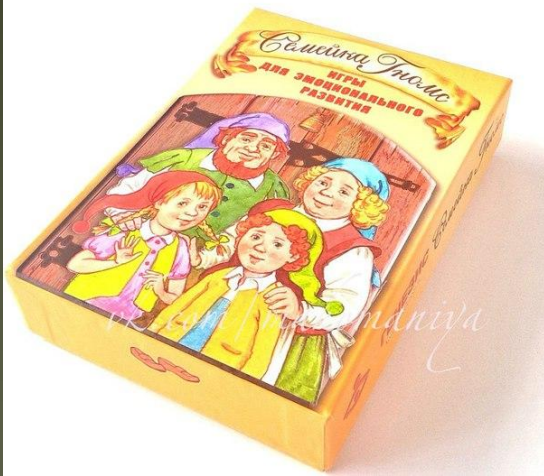


Метафорические ассоциативные Карты в работе с детьми и родителями





Метафорические ассоциативные карты - это экологичный и эффективный инструмент для работы с маленькими клиентами. Известно, что дети, зачастую, мыслят образами. Поэтому, их природе свойственно работать с картинкой = метафорическими картами. Дети погружаются в игру, волшебство, сказку, и не замечают, как проходит время. А мы взрослые, если будем внимательны, узнаем о них массу всего интересного.

Принципы работы

□ «Хозяин карты – хозяин рассказа»

Неприемлемость «экспертной позиции» по отношению к чужой карте. Эксклюзивным правом интерпретировать карту обладает тот, кто её вытащил.

□ «Истина в глазах смотрящего»

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.

□ Карты — это не средство для постановки диагноза и составления заключения, а источник информации о человеке.

Преимущества применения МАК при работе с детьми:

1. Карты воспринимаются как игра, а игровой формат снижает напряжение и тревожность.
2. С помощью карт проще удовлетворить любопытство ребенка, и это тоже снижает тревожность.
3. Легко установить контакт. Для начала, взрослый сам может с помощью карты рассказать о себе, а потом дать такую возможность ребенку.
4. Облегчает диагностику и дальнейшую работу.
5. Опираясь на карту, ребенку легче рассказать о своих эмоциях и переживаниях.
6. МАК развивают эмоциональный интеллект ребенка.
7. МАК развивают творческую составляющую.
8. Сокращают время сессии.

МАК, используемые в работе с детьми:

1. Сказочные МАК: Сага (за исключением некоторых карт), Мифы, Мастер сказок.
2. Портретные МАК: Персонита, Персона, Роботы, Аниби, Дитя и зверь, Дерево как образ человека, Семейка Гномс, Тотем, Тотемные животные, Характер и Личность, Лица.
3. Сюжетные и специальные МАК: Соре, Из сундука прошлого, Кнуты и пряники, Тинейджеры, Ежкины сказки, Окна и двери, Пути-Дороги, Экко, Sens, Цвета и чувства, Диксит,
4. Ресурсные МАК: Источник, Я и все-все-все, Жизнь как чудо, Мой верный путь.

Для диагностики можно использовать простые упражнения.

1. Попросить найти себя и членов своей семьи и рассказать о каждом персонаже.
2. Найти карту, которая похожа на то, что сейчас чувствует ребенок.
3. Какая карта нравится, а какая не нравится.
4. Попросить ребенка рассказать сказку по трем картам.







МОЙ МИР, СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ

(« Аниби», «Из сундука прошлого»)

- Попросите ребенка рассмотреть карты и достать 7-10 карт, которые рассказали бы об его мире. Помогите вопросами:

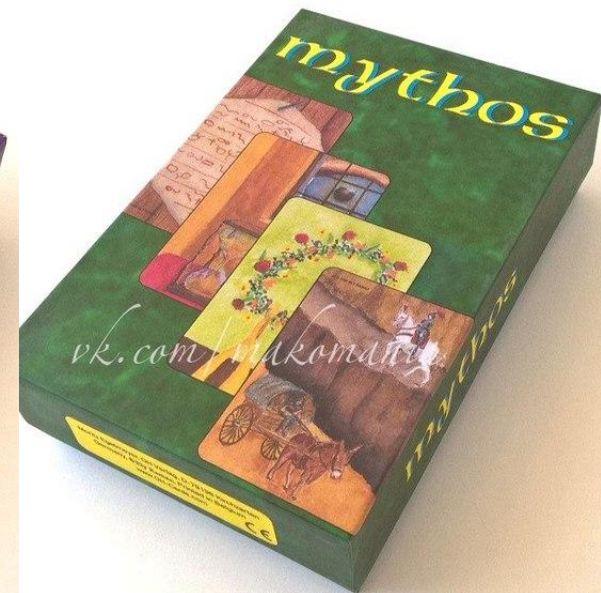
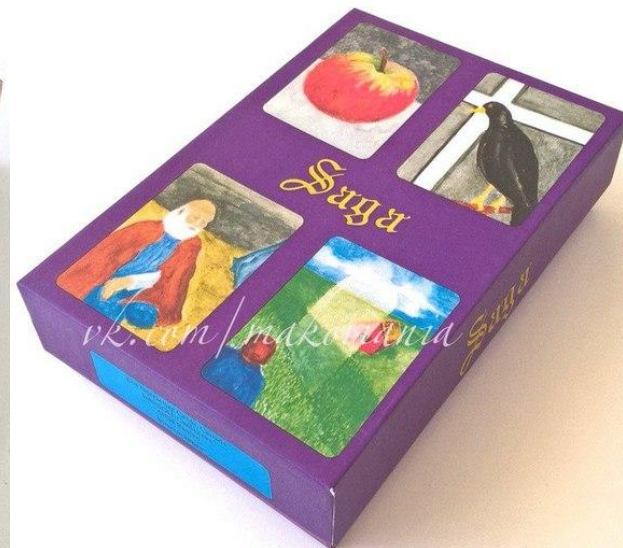
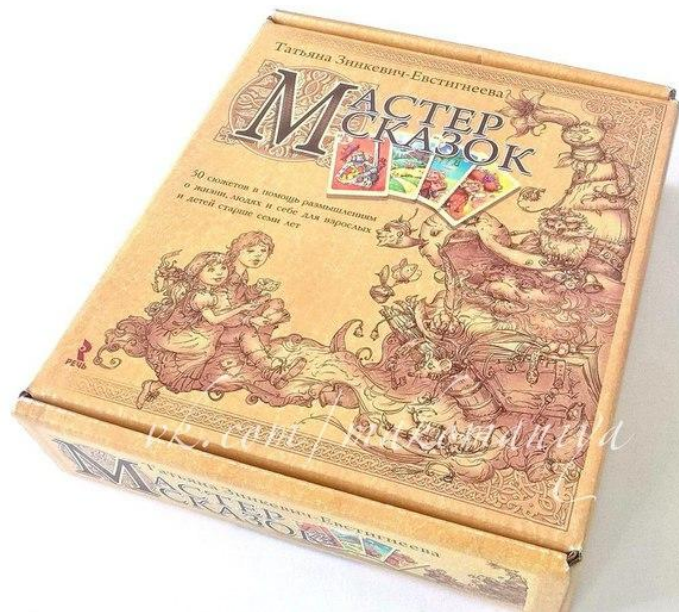
- чем ты любишь заниматься?
- кто твой настоящий друг?
- что тебя огорчает?
- что тебя радует?
- о чем ты мечтаешь?
- о чем не любишь вспоминать?
- где на картах мама и папа?
- как живет твоя семья? и тд.

Иногда вопросы и не нужны. Дети обладают прекрасной фантазией и расскажут вам по картам целую историю. Надо только внимательно слушать.



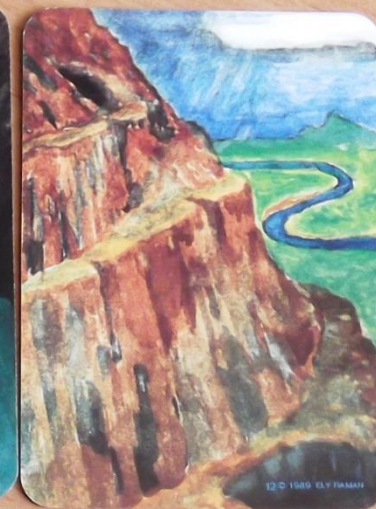
СОЧИНЕНИЕ СКАЗКИ

- Предложить ребенку выбрать себе героя (переживающего актуальные эмоции) из карт-портретов и сочинить сказку о том, как герой научился справляться со своими эмоциями (конкретно – гнев, злость, обида и т.п.)
- От имени выбранной карты предложить ему рассказать о том, что пережил данный персонаж, как он себя чувствовал в тот момент и что чувствует сейчас.
- Для данной техники более эффективной будет групповая работа, т.к. в этом случае можно организовать обмен участниками мнениями – как данному персонажу лучше справиться со своим состоянием – как освободиться от страхов, от плохих снов, победить злость и т.п.
- Предложить выбрать карту, на которой персонаж смог совершить желаемые изменения и переживает другие эмоции. Поработать над тем, что помогло ему изменить свое состояние.

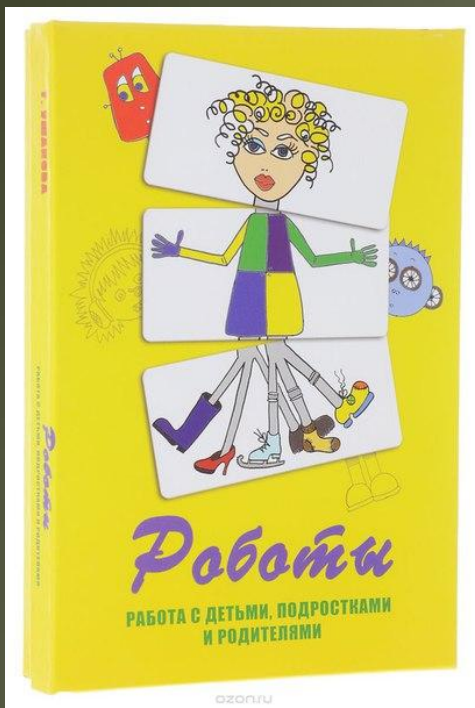




Сказка о смелом короле



Роботы



1. Представь, что ты создатель роботов. Создай робота, похожего на тебя. Как живется твоему роботу? (как вариант: А каким ты хочешь, чтобы он был? Сделай такого)

2. Создай друга своему роботу, - свое «роботовское»

ство,

ую семью,

вдай робота в прошлом,

дем, будущем

вдай роботов, похожих на

оющих тебя людей.



Софья и волк



«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.

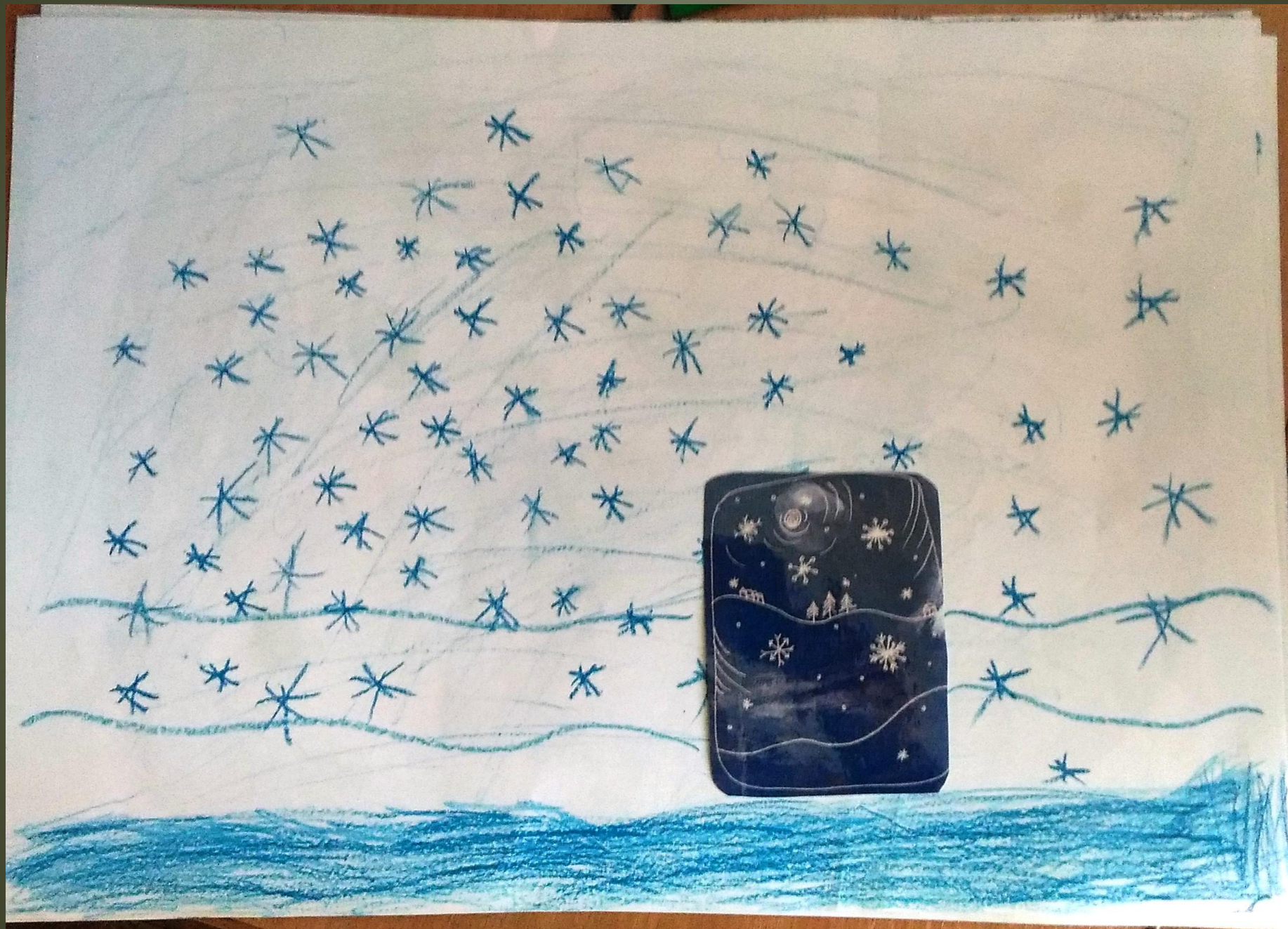
Детализация – это, наоборот, углубление в детали, в мелочи, поиск в изображении значимой части, на первый взгляд малой и незаметной. Это может быть концентрация на любой части изображения либо принятие во внимание какой-то формы, линии, цвета.



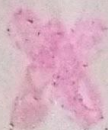
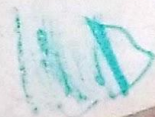


















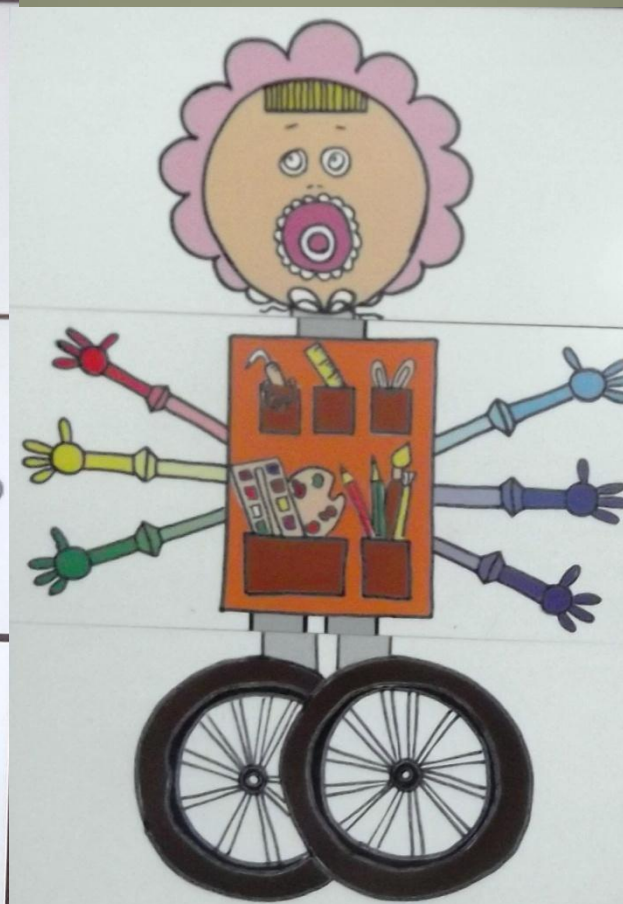
**Создай среду обитания роботов – планету роботов.
Возможно выполнение как самому ребенку, а для
гармонизации ДРО – совместно с родителями, для
развития коммуникативных навыков, сплочения
коллектива – создание группой планеты роботов, где
проживают разные сообщества роботов – объединить
планеты в одну вселенную.**

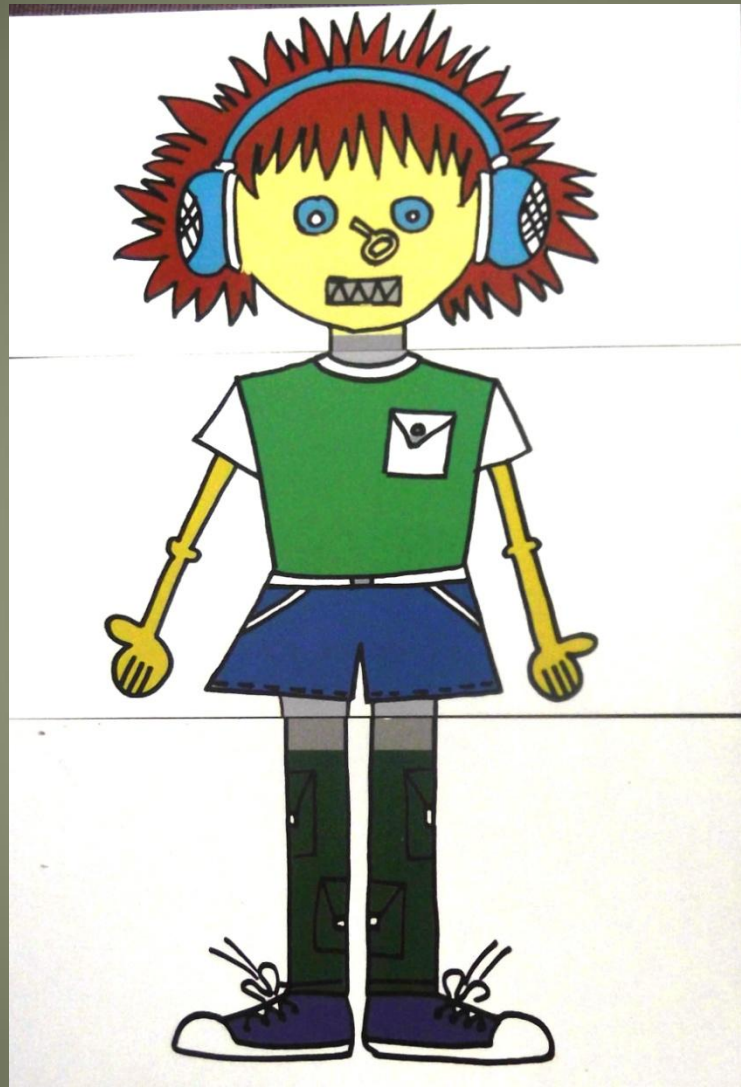


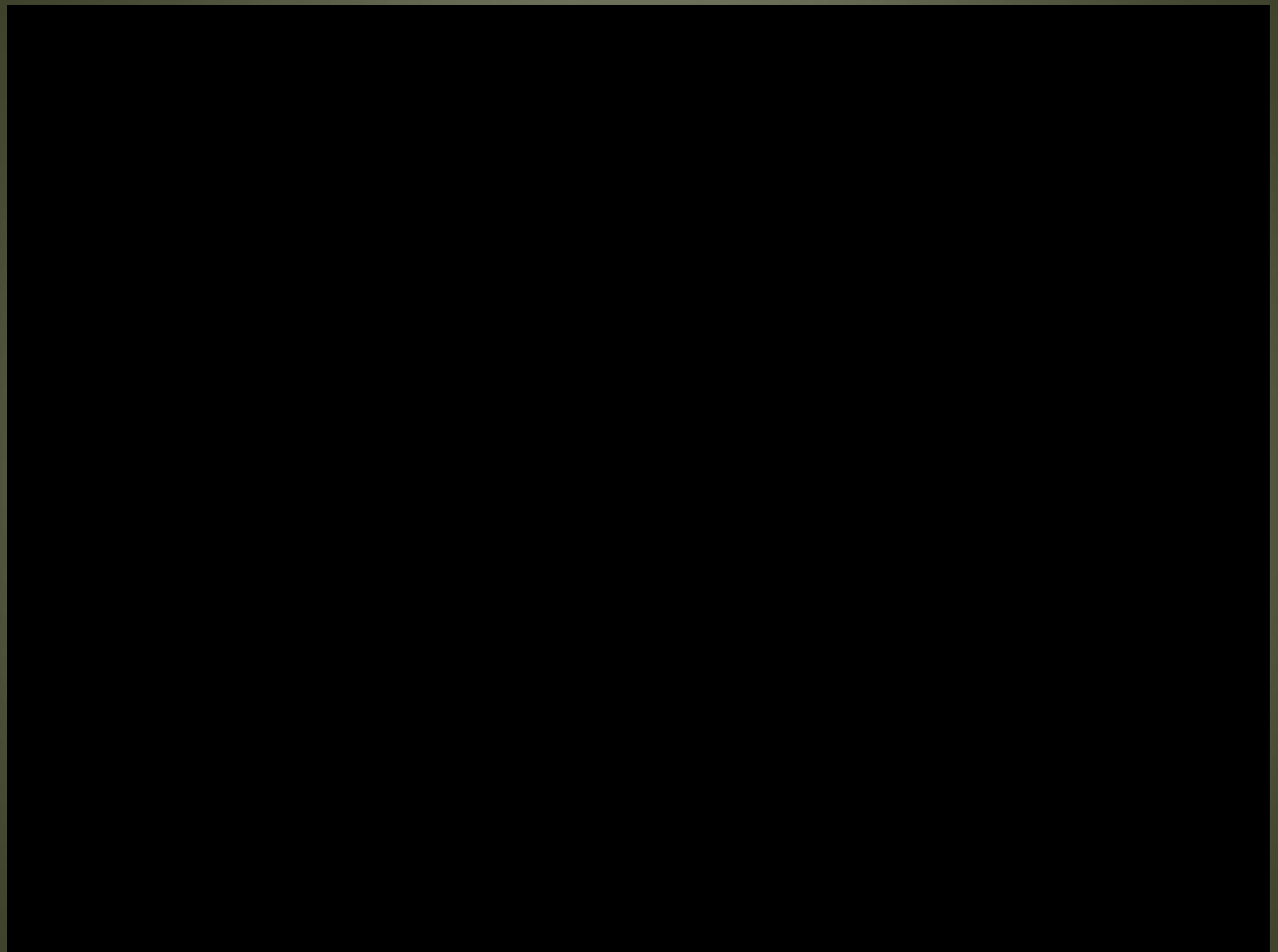
«Я - мамин, я - папин, я - ни на кого не похожий».

Одна часть досталась от мамы, другая от папы,
а третья ни на кого не похожа. Какая чья?

Тоже проделать с родителями.







«Примеривание стратегий»

1. Выберите:

- голову, которая похожа на ваши мысли, на образ ваших мыслей;
- тело, которое похоже на ваши чувства;
- ноги как метафора действия.

2. Давайте примерим разные ноги (действия), подумаем, что может быть с другими ногами – вытаскиваем ВЗ.

Поразмышляйте, как ему с этими ногами?

Бывает ли у вашего робота такие ноги?

В каких ситуациях?

Изменятся ли голова и туловище этого робота с этими ногами?

Развитие эмоционального интеллекта

Занятия с карточками, включенные в воспитательный процесс или просто игру ребенка, помогают научиться замечать свои эмоции, определять, в каких ситуациях какая эмоция и состояние доминирует. С помощью предложенных картинок ребенок учится анализировать взаимосвязь эмоций и действий, своего настроения и реакций других: родителей, сверстников, учителей и т.д.



Карточки хорошо их использовать тогда, когда возникла проблема. Вот, например, ребенок 5 лет пришел в садик и плачет - не хочет с мамой расставаться. Показываю красивые картинки, предлагая выбрать те, которые отзываются. Вот выбор.





- Что ты хочешь чувствовать?
Далее мы беседуем о том, что
поможет ему быть
восторженным,
вспоминаем когда ему так
бывает.

В группе произошла ссора. Один очень недоволен действиями другого (что-то у кого-то отобрали).

-Выбери картинку, похожую на то, что ты сейчас чувствуешь...

-А что бы тебе хотелось чувствовать?



-А что тебе нужно сделать, чтобы стать счастливым СЕЙЧАС, выбери нужную картинку...



Далее мы беседуем о том, что поможет вызвать интерес, какие действия ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС необходимо совершить.

ЛИНЕЙКА ЭМОЦИЙ

- Предложить ребенку выбрать 5-7 карт (для дошкольников – 3-4 карты) и проранжировать их по линейке эмоционального состояния: грустно – весело, приятно – неприятно, чувство обиды – чувство удовольствия и т.п.
- Далее предлагаем ребенку определить, какая карта в наибольшей степени соответствует переживаемым им эмоциям (с какой картой он себя ассоциирует):
 - - как именно эта карта отражает переживаемые им эмоции и чувства
 - - что хочется изменить
 - - в какую сторону линейки хочется переместиться и какие эмоции пережить (что почувствовать)
 - - кто может помочь пережить новые эмоции (к кому можно обратиться за помощью)

ЛЮБОПЫТСТВО



НЕНАВИСТЬ



УДОВОЛЬСТВИЕ



ИЗУМЛЕНИЕ



ЯРОСТЬ



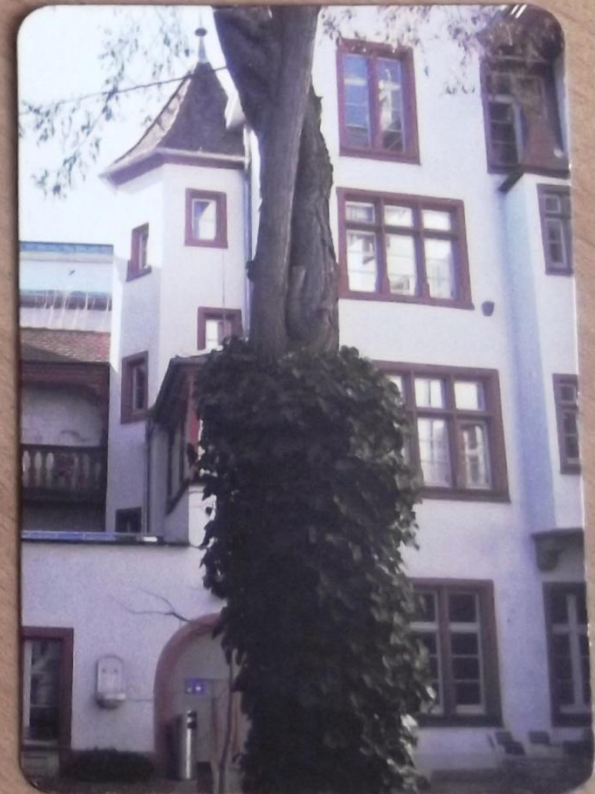
ЛЮБОВЬ

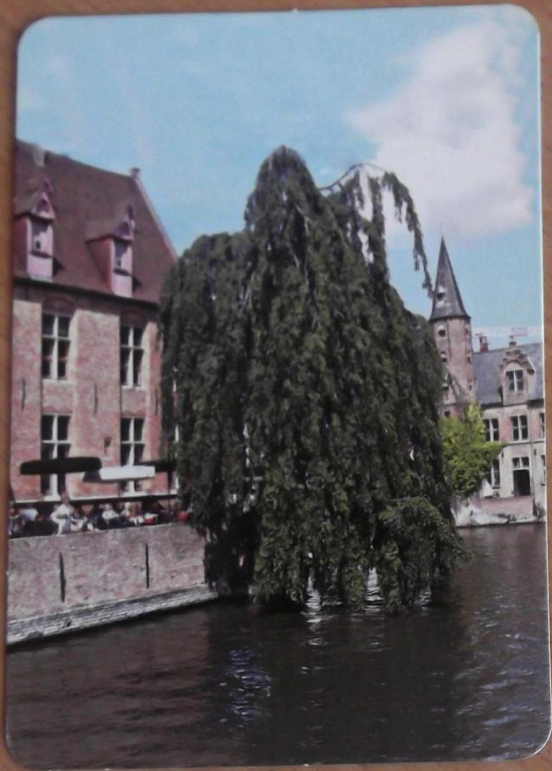


РАДОСТЬ



МАК в детско-родительских отношениях





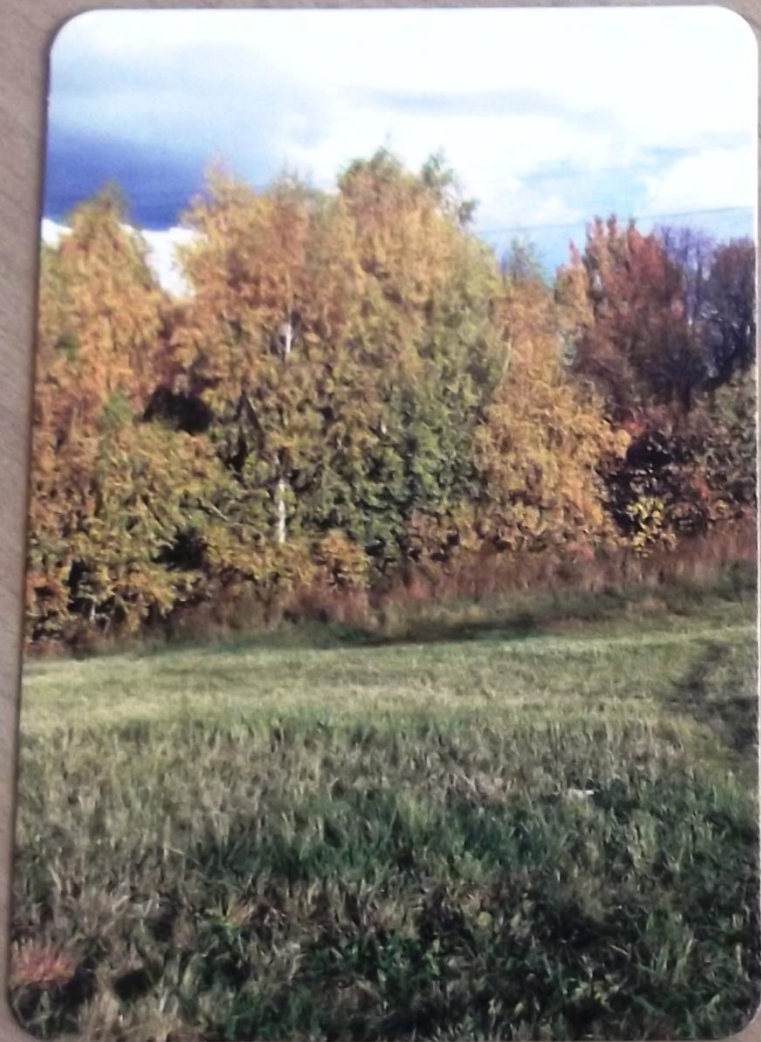
Жертвенный



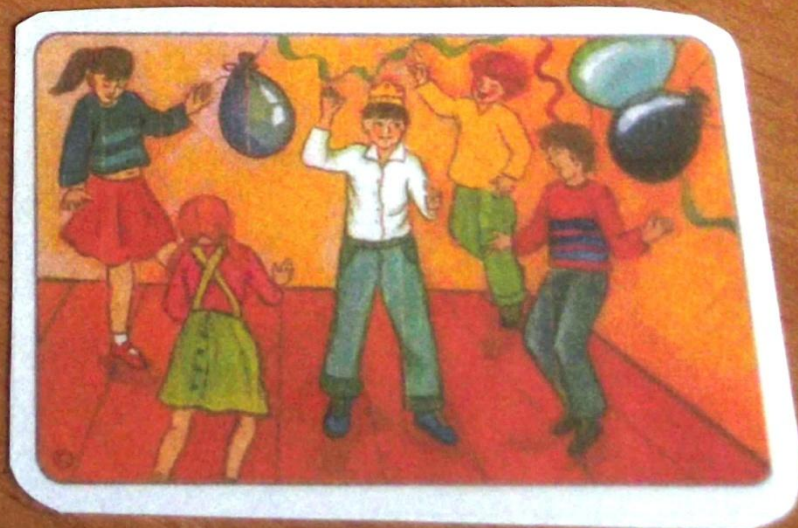
Приспособиться

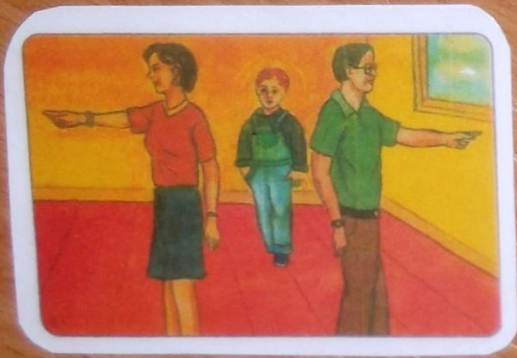


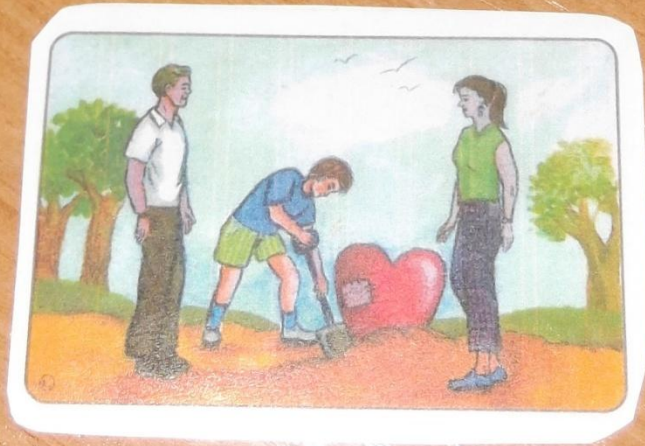
Симбиоз



Колода «Аниби»







Наглядный практический пример работы с МАК:

Запрос: Мать кричит на детей (сын 4года и дочь 2года), в последнее время это стало системой в определённых ситуациях. Всё про себя понимает, видит пагубное влияние своего поведения на формирование характера у детей. Страдает, занимается самобичеванием, но при возникновении этих определённых ситуаций не может сдержаться – кричит. Даже осознавая в крике, что так нельзя, не может остановиться.

Инструмент: МАК



Карты раскладываются сразу,
но открываются последовательно:



Я



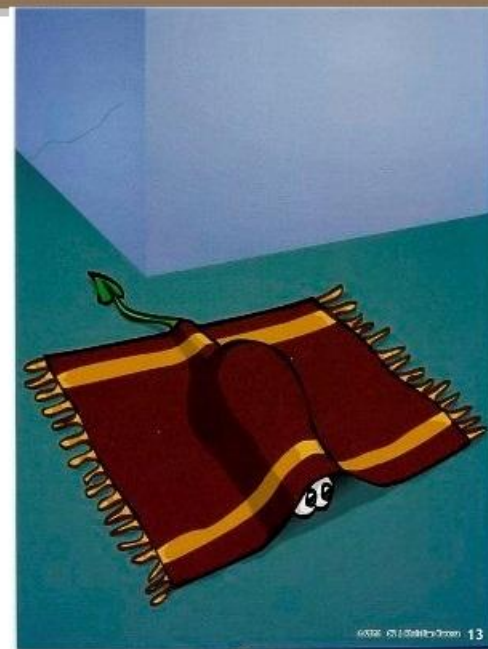
СЫН



ДОЧЬ

- «Я» – вообще, я такая: добрая, открытая, заботящаяся;
- «Сын» – добрый, немного ехидненький, испытывающий меня – это я виновата;
- «Дочь» – добивается желаемое криками - это я её такой сделала, она и не знает как себя вести по-другому.

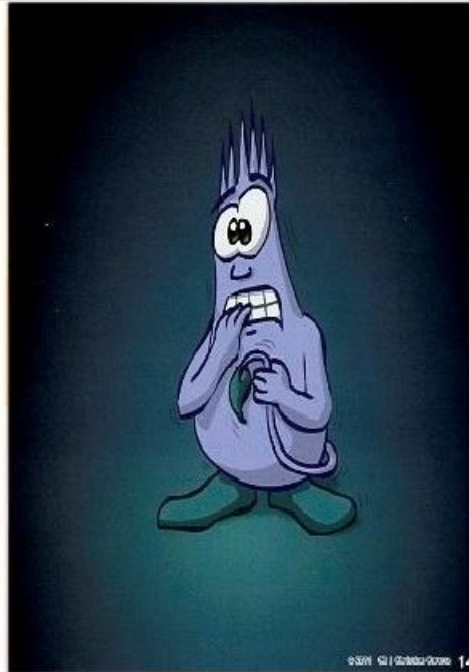
(Слёзы. Удивление точности, похожести образов).



Я кричу

сын, когда я кричу/дочь, когда я кричу

- «Я» – так и есть, ведь, когда я кричу - это будто не я, ряженная, не похожая на себя;
- «Сын» – он хочет в этот момент, чтобы его любили, обняли (слёзы);
- «Дочь» – она затихает, будто прячется от всего происходящего (слёзы).



Я не кричу сын, когда я не кричу дочь, когда я не кричу

--«Я» – миленькая, виноватая за прошлое, но больше миленькая;

-«Сын» – (первый шок - не понимание, что этот образ здесь делает) он не знает, что от меня ожидать, почему, вдруг, она не кричит, что тогда будет, раз не крик-страх;

«Дочь»- (второй шок, что образы однотипные) тоже не знает, что ожидать – тоже боится (слёзы бурным потоком)



Сын

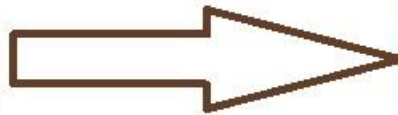


дочь

после выхода из промежуточного состояния

- «Сын» – счастливый;
- «Дочь» – спокойная, счастливая.

*(Слёзы радости, надежды,
сожаление о растроченном времени)*



Женщине предлагается найти ресурс:

«Что мне сделать, чтобы переход с этого состояние в это у детей прошёл быстрее?»



- Я должна вспомнить, как я их хотела,
как я была счастлива, когда они родились,
чтобы они не были грустными...

(плачь навзрыд)

Педагог-психолог предлагает женщине
посмотреть, каким будет её муж,
когда они все станут «Такими»:



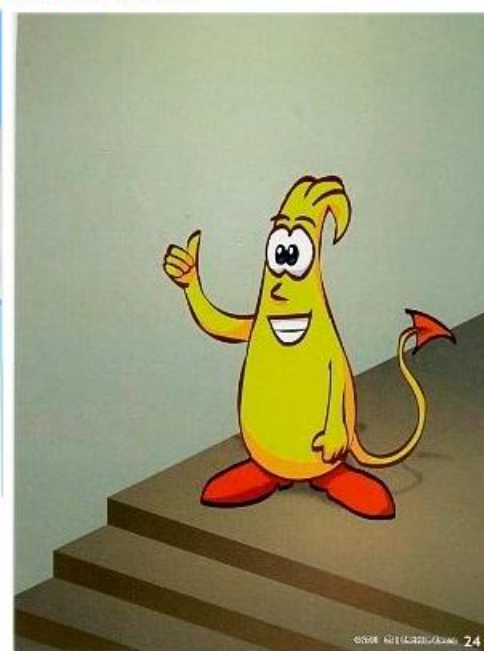
Я



СЫН



ДОЧЬ



муж-отец

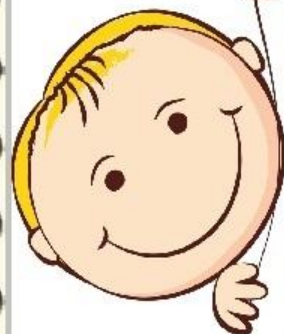
Без комментариев...



С МАК, метафорами,
сказками, притчами:



- индивидуальная и групповая работа,
- нарабатывается конструктивное поведение у родителей детей с особыми образовательными потребностями,
- отрабатываются навыки принятия ответственности за происходящее с ребёнком,
- эффективны и в работе с педагогами.



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?

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.