

# **МЕТАФОРИЧЕСКИЕ КАРТЫ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ: ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ**

## **Аннотация**

Статья посвящена актуальной проблеме поиска эффективных и безопасных методов психолого-педагогической работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. В условиях роста эмоциональных нарушений и трудностей социализации у детей возникает потребность в инструментах, сочетающих диагностический и коррекционный потенциал с игровой, естественной для ребенка формой взаимодействия. Цель исследования — теоретическое обоснование применения метафорических ассоциативных карт (МАК) в работе с детьми и систематизация методических принципов их использования. В статье рассматриваются психологические механизмы метода, основанные на теории проекции, ассоциативном мышлении и метафорическом восприятии, раскрывается связь с классическими проективными методиками. Представлены возрастные границы применения метода, описаны этапы работы, требования к подбору колод и конкретные техники. Особое внимание уделяется специфике работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, принципам безопасности и этическим аспектам. Главный вывод исследования заключается в том, что метафорические карты при соблюдении методических принципов являются эффективным инструментом диагностики и коррекции эмоциональных нарушений, развития самосознания и коммуникативных навыков у детей.

## **Ключевые слова:**

Метафорические ассоциативные карты, МАК, проективные методы, детская психология, дошкольный возраст, младший школьный возраст, эмоциональное развитие, психологическая диагностика, коррекционная работа, арт-терапия.

## **Введение**

Современная психолого-педагогическая практика сталкивается с возрастающим числом запросов, связанных с эмоциональными нарушениями у детей, трудностями адаптации в коллективе, страхами, тревожностью, проблемами детско-родительских отношений. Традиционные методы диагностики и коррекции,

основанные на прямых вопросах и вербальном взаимодействии, часто оказываются малоэффективны в работе с детьми в силу возрастных особенностей: недостаточного развития рефлексии, трудностей вербализации переживаний, страха оценки со стороны взрослого.

Актуальность темы исследования обусловлена **противоречием** между необходимостью глубокого понимания внутреннего мира ребенка и ограниченностью доступных для этого инструментов. Прямые вопросы «Что ты чувствуешь?», «Почему ты так поступил?» часто остаются без ответа не потому, что ребенок не хочет сотрудничать, а потому что он действительно не может осознать и сформулировать причины своих состояний. Требуются методы, которые позволили бы обойти психологические защиты, создать безопасное пространство для самовыражения и при этом сохранить естественную для ребенка игровую форму взаимодействия.

Метафорические ассоциативные карты (МАК) представляют собой инструмент, отвечающий этим требованиям. Появившись в середине 1980-х годов, они за несколько десятилетий завоевали широкую популярность в психологической практике, однако их применение в работе с детьми до сих пор остается недостаточно методически проработанным. Многие специалисты используют карты интуитивно, без опоры на четкие принципы и понимание возрастной специфики, что может снижать эффективность работы и даже наносить вред.

**Целью данной статьи** является теоретическое обоснование применения метафорических ассоциативных карт в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, а также систематизация методических принципов и техник, обеспечивающих безопасность и эффективность использования данного инструмента.

## **Основная часть**

### **1. Теоретические основы метода метафорических ассоциативных карт**

#### **1.1. История возникновения и развития метода**

Метафорические ассоциативные карты как инструмент психологической работы имеют относительно недолгую, но содержательную историю. В 1975 году канадский искусствовед и художник Эли Раман, стремясь приблизить искусство к людям и сделать его не объектом пассивного созерцания, а предметом активного взаимодействия, создал первую колоду карт. Он исходил из идеи, что люди должны не просто смотреть на картины в галереях, а иметь возможность держать изображения в руках, взаимодействовать

с ними, наполнять их собственными смыслами. Первая колода получила название «ОН» — междометие, выражающее удивление, которое часто возникает у человека при неожиданном совпадении изображения и внутреннего состояния .

В 1983 году произошла встреча Эли Рамана с немецким психотерапевтом Моритцем Эгетмейером, который увидел в картах не просто художественный проект, а мощный психотерапевтический инструмент. Эгетмейер разработал первые принципы использования карт в консультировании, а психотерапевт Джо Шлихтер впоследствии систематизировал правила и подходы к работе. В 1985 году карты были впервые представлены публике в Эссене на выставке игр, где сразу привлекли внимание специалистов .

В последующие годы метод развивался, появлялись новые колоды, создаваемые под конкретные терапевтические задачи. Например, колода «СОРЕ» («Преодоление») стала результатом международного сотрудничества издателя Моритца Эгетмейера, российской художницы Марины Лукьяновой и израильского психотерапевта Офры Аялон и была ориентирована на работу с кризисными состояниями и травматическим опытом .

## **1.2. Психологические механизмы работы метафорических карт**

В основе метода метафорических карт лежат несколько фундаментальных психологических механизмов, изучением которых занимались многие исследователи на протяжении XX века.

**Проекция.** Данный механизм был подробно описан в психоаналитической традиции, начиная с работ З. Фрейда и К.Г. Юнга. Проекция представляет собой психологический процесс, в результате которого внутренние, часто неосознаваемые содержания психики приписываются внешним объектам. В случае с метафорическими картами изображение становится экраном, на который человек проецирует свои актуальные переживания, желания, страхи, конфликты. Как отмечал К.Г. Юнг в своих работах по аналитической психологии, символы и образы являются языком бессознательного, и обращение к ним позволяет получить доступ к глубинным слоям психики.

**Ассоциативное мышление.** Человеческая психика устроена таким образом, что любые стимулы (слова, образы, звуки, запахи) неизбежно вызывают цепочки ассоциаций, связанные с индивидуальным опытом. Каждый человек обладает уникальным жизненным опытом, и поэтому одно и то же изображение может вызывать совершенно разные ассоциации у разных людей. Это

свойство психики было подробно изучено в когнитивной психологии и психологии памяти. В работе с картами ассоциации становятся материалом для понимания внутреннего мира ребенка.

**Метафорическое восприятие.** Метафора — это перенос значений по сходству, способность видеть одно через другое. Метафорическое мышление начинает формироваться в дошкольном возрасте и активно развивается на протяжении всего детства. Сказки, игры-драматизации, ролевые игры — все это основано на метафорическом восприятии мира. Метафорические карты обращаются именно к этой способности, позволяя говорить о сложных, болезненных или неосознаваемых вещах на языке образов .

Важно подчеркнуть связь метода с классическими проективными методиками, такими как тест Роршаха (1921), Тематический апперцептивный тест (ТАТ), разработанный Г. Мюрреем и К. Морган в 1930-х годах. Все эти методики основаны на предъявлении неоднозначных стимулов, которые испытуемый интерпретирует, проецируя собственные переживания. Метафорические карты развивают ту же идею, но в более гибкой, терапевтически ориентированной форме .

## **2. Специфика применения метафорических карт в работе с детьми**

### **2.1. Возрастные границы применения метода**

Вопрос о возрастных границах применения метафорических карт является ключевым для обеспечения эффективности и безопасности работы. Анализ методической литературы позволяет выделить следующие ориентиры.

Начинать применять МАК в полноценном формате можно примерно с 4,5–5 лет. Этот возрастной рубеж обусловлен двумя факторами. Во-первых, к этому возрасту у ребенка уже достаточно сформировано воображение, позволяющее выходить за пределы непосредственно воспринимаемого и создавать образы на основе метафор. Во-вторых, развивается речь до уровня, достаточного для связного описания своих впечатлений и ответов на вопросы .

В более раннем возрасте (3–4 года) метафорические карты могут использоваться как вспомогательный инструмент — просто как набор красивых картинок, которые можно рассматривать, описывать, группировать. Однако в этом возрасте еще не работает основной механизм метода — проекция и осознанная ассоциация, поэтому говорить о полноценной диагностической или коррекционной работе преждевременно .

При работе с детьми, имеющими особенности развития (нарушения речи, интеллекта, эмоционально-волевой сферы), применение МАК может быть затруднено. В таких случаях решение о целесообразности использования метода принимается индивидуально, с учетом конкретного диагноза и актуального состояния ребенка. Важно помнить о принципе «не навреди»: если ребенок не принимает метод, не понимает инструкцию или испытывает явный дискомфорт, следует отказаться от его использования в пользу других направлений, например, арт-терапии или игровой терапии .

## **2.2. Основные принципы работы с детьми**

Работа с метафорическими картами требует соблюдения ряда принципиальных условий, обеспечивающих как эффективность, так и психологическую безопасность ребенка.

**Принцип добровольности и отсутствия принуждения.** Ребенок должен сам проявить интерес к картам. Нельзя навязывать этот инструмент, если ребенок отказывается, замыкается или явно не хочет взаимодействовать. Карты раскладываются на столе изображениями вверх, и ребенку дается время их рассмотреть, потрогать, выбрать то, что привлекает внимание. Инструкция должна быть максимально простой и понятной, без сложных психологических терминов: «Посмотри, какие здесь красивые картинки. Выбери ту, которая тебе больше всего нравится (или ту, на которую хочется посмотреть)» .

**Принцип ведущей роли ребенка в интерпретации.** Это фундаментальное правило работы с МАК: интерпретирует карту только тот, кто ее выбрал. Психолог не имеет права навязывать свое понимание изображения, даже если оно кажется очевидным. Задача специалиста — задавать вопросы, помогающие ребенку раскрыть свой смысл, но не подменять его своим. Вопросы должны быть открытыми: «Что ты здесь видишь?», «Кто это?», «Что происходит?», «Что чувствует этот герой?» .

**Принцип постепенности.** Начинать работу следует с одной карты и только после того, как ребенок освоится, можно постепенно увеличивать их количество (максимум до 20–30 на начальных этапах). Работа ведется преимущественно «в открытую» — ребенок видит все изображения и выбирает осознанно. Выбор «вслепую» (когда карты лежат рубашкой вверх) возможен только после того, как ребенок уже познакомился с методом и чувствует себя уверенно .

**Принцип обязательной рефлексии.** После завершения упражнения необходимо обсудить с ребенком его опыт: «Что мы сегодня

делали?», «Какую карту ты выбрал?», «Какую историю мы сочинили?», «Как ты себя сейчас чувствуешь?» Это помогает ребенку осознать проделанную работу и закрепить позитивный опыт .

**Принцип сотрудничества с родителями.** Родители должны быть информированы о том, какой метод используется в работе с их ребенком, каковы его цели и принципы. При этом важно соблюдать баланс между прозрачностью и конфиденциальностью: содержание сессий не разглашается без согласия ребенка (с учетом возраста), но общая направленность работы остается понятной для семьи .

### **2.3. Требования к подбору колод для детской аудитории**

Не все метафорические карты подходят для работы с детьми. При подборе колод необходимо учитывать следующие критерии.

**Изобразительный ряд.** Для дошкольников и младших школьников предпочтительны колоды с конкретными, реалистичными или сказочными изображениями: люди, животные, сказочные персонажи, понятные ситуации. Абстрактные колоды, где изображения представляют собой пятна, линии, абстрактные композиции, для детей младше 7–8 лет не подходят, так как требуют более высокого уровня абстрактного мышления и могут вызывать тревогу из-за неопределенности .

**Эмоциональная безопасность.** Перед началом работы с новой колодой специалист обязан просмотреть все изображения и исключить те, которые могут напугать ребенка или вызвать сильный дискомфорт с учетом его индивидуальных особенностей и возможных фобий (например, изображения насекомых при наличии энтомофобии, пугающих персонажей и т.д.) .

В методической литературе упоминаются следующие колоды, зарекомендовавшие себя в работе с детьми: «Персонита» (портреты персонажей), «Мурчастье» (изображения котов в различных ситуациях), «Совы», «Ежкины сказки» (сказочные персонажи), «Роботы», «Мастерская сказок», «Монстрики чувств», «Морена» и другие .

## **3. Методика и техники работы с детьми**

### **3.1. Этапы работы**

Работа с метафорическими картами строится как последовательный процесс, включающий несколько этапов.

**Подготовительный этап.** Установление доверительного контакта с ребенком. Карты не должны предлагаться на первой встрече, если ребенок еще не знаком с психологом и не чувствует себя безопасно. Сначала необходимо провести время в свободной игре, беседе, создать атмосферу принятия и безопасности .

**Этап знакомства с картами.** Карты раскладываются на столе изображениями вверх. Ребенку предлагается просто посмотреть на них, потрогать, выбрать одну, которая «просто нравится» или «привлекла внимание». Психолог задает нейтральные вопросы о выбранной карте, не углубляясь в сложные темы.

**Основной этап (работа по запросу).** В зависимости от цели работы (диагностика, коррекция страхов, работа с самооценкой, детско-родительскими отношениями) психолог предлагает ребенку задания, связанные с актуальной темой. Запрос может исходить от психолога на основе наблюдений или от родителей, но формулируется он в доступной для ребенка форме.

**Заключительный этап (рефлексия).** Обсуждение того, что происходило, чувств ребенка, завершение работы с позитивным акцентом.

### **3.2. Базовые техники работы**

В методической литературе описывается множество техник работы с метафорическими картами. Ниже представлены наиболее универсальные и безопасные для детей.

#### **Техника «Какой Я» (самопознание, развитие образа «Я»).**

*Цель:* развитие представлений о себе, формирование позитивного образа «Я».

*Колода:* любая детская портретная колода («Персонита», «Совы», персонажи).

*Ход работы:* Перед ребенком раскладываются карты. Психолог предлагает выбрать ту, которая больше всего напоминает ему самого («похож на тебя», «такой, как ты»). Затем задаются вопросы: «Какой этот герой?», «Что он любит?», «Что у него хорошо получается?», «Что его радует?». Для детей 4–7 лет акцент делается на положительных качествах. Для детей старше 7 лет можно аккуратно добавлять вопросы о том, что герою не нравится, что его огорчает, но с обязательной поддержкой и принятием .

#### **Техника «Беседа о страхе» (работа со страхами).**

*Цель:* осознание и проработка страхов, поиск ресурсов для совладания.

*Колода:* портретные или сюжетные колоды («Персонита», «Морена»).

*Ход работы:* Психолог вводит тему бережно, через обсуждение того, что страх — это нормальная эмоция, которая бывает у всех. Затем ребенку предлагается выбрать карту того, кто испытывает такой же страх, как у него (или просто того, кто чего-то боится). Далее составляется рассказ о выбранном персонаже: кто это, где живет, кто его друзья, чего именно он боится. Важный этап — поиск помощника: ребенку предлагается выбрать другую карту — того, кто может помочь герою справиться со страхом, поддержать его, защитить. Акцент делается на том, что страх можно преодолеть .

*Важное предостережение:* работа со страхами требует особой осторожности. Выбор готового пугающего изображения может быть стрессовым для ребенка. Если ребенок проявляет сильную тревогу, от этой техники лучше отказаться в пользу арт-терапии, где страх создается самим ребенком (рисунок, лепка), что дает больше контроля над процессом .

### **Техника «Я и моя семья» (диагностика детско-родительских отношений).**

*Цель:* изучение восприятия ребенком семейной ситуации, отношений с близкими.

*Колода:* портретные колоды, возможно дополнение сюжетными.

*Ход работы:* Ребенку предлагается выбрать карты, которые напоминают ему маму, папу, других членов семьи (братьев, сестер, бабушек, дедушек), а также карту, похожую на него самого. Затем карты раскладываются на столе так, как ребенку кажется правильным (кто рядом с кем, кто дальше). Психолог задает вопросы о каждом персонаже: «Какая эта мама?», «Что она любит?», «Что папа делает?», «Как они относятся друг к другу?». Интерпретация строится на основе ответов ребенка, а не на символическом значении карт .

### **Техника «Три карты» (работа с трудной ситуацией, поиск ресурса).**

*Цель:* осознание проблемы и поиск путей ее решения.

*Колода:* любая детская колода.

*Ход работы:* Ребенку предлагается выбрать три карты: первая — «как сейчас», вторая — «как хочется, чтобы было», третья — «что может помочь» (ресурс). Важно, чтобы вопросы формулировались максимально конкретно и понятно: «Выбери картинку, которая похожа на то, как ты себя чувствуешь сейчас», «А теперь выбери ту, которая похожа на то, как бы тебе хотелось себя чувствовать», «И ту, которая может помочь тебе перейти от первого ко второму». Техника подходит для детей старше 6–7 лет .

## **3.3. Вопросы, используемые в работе**

Правильно сформулированные вопросы — ключевой инструмент психолога в работе с МАК. Они должны быть открытыми, не содержать оценки и не навязывать ответ. Примерный перечень вопросов :

- Что ты видишь на этой карте?
- Кто это (главный герой)? Как его зовут?
- Где он живет? Кто его окружает?
- Что он любит делать? Что у него хорошо получается?
- Есть ли у него друзья? Враги? Кто они?
- Что случилось с героем? Что происходит на картинке?
- Что герой чувствует? О чем он думает?
- Чего он хочет? Что собирается делать?
- Бывают ли у тебя такие же чувства?
- Кто или что может помочь герою?
- Как ты думаешь, что было до этого? А что случится потом?

Вопросы могут варьироваться, дополняться, но главный критерий — они должны быть понятны ребенку и оставлять ему свободу выбора ответа.

#### **4. Этические аспекты и границы применения метода**

##### **4.1. Принцип «Не навреди» и зоны ограничений**

Как любой психологический инструмент, метафорические карты могут принести не только пользу, но и вред при неправильном использовании. Недопустимо интерпретировать выбор ребенка с позиции «эксперта», навязывать ему значения карт, делать категоричные выводы на основе единичного выбора. Карты — это не диагностический тест с ключами, а инструмент, открывающий диалог .

Метод противопоказан или требует особой осторожности в следующих случаях:

- острые психотические состояния у ребенка;
- тяжелые формы умственной отсталости, исключающие понимание инструкции;
- состояние острого горя или травмы (требуется кризисное вмешательство другими методами);
- выраженное негативное отношение ребенка к самому процессу .

##### **4.2. «Красные флаги» в работе**

В процессе работы с картами ребенок может проявить признаки серьезного неблагополучия: суицидальные мысли (прямые или косвенные высказывания), самоповреждающее поведение, признаки

насилия или жестокого обращения. В таких случаях психолог обязан выйти за рамки текущей сессии и подключить необходимые службы (администрацию образовательного учреждения, органы опеки, кризисные центры) в соответствии с законодательством и этическими нормами .

## **Заключение**

Проведенный теоретический анализ и обобщение методических подходов позволяют сформулировать следующие выводы относительно применения метафорических ассоциативных карт в работе с детьми.

1. Метафорические карты являются научно обоснованным психологическим инструментом, опирающимся на фундаментальные механизмы проекции, ассоциативного мышления и метафорического восприятия. Их развитие связано с именами Эли Рамана и Моритца Эгетмейера, а теоретическая база восходит к классическим проективным методикам и работам по психологии бессознательного.
2. Применение МАК в работе с детьми имеет четкие возрастные границы: полноценное использование метода возможно с 4,5–5 лет при условии достаточного развития речи и воображения. Для более младших детей карты могут выступать лишь как вспомогательный наглядный материал.
3. Эффективность и безопасность метода обеспечиваются соблюдением системы принципов: добровольность, ведущая роль ребенка в интерпретации, постепенность, обязательная рефлексия, сотрудничество с родителями. Нарушение этих принципов может привести к дискредитации метода и психологической травматизации ребенка.
4. Подбор колод для детской аудитории требует учета возрастных особенностей: конкретность изображений, отсутствие пугающих образов, соответствие кругу детских интересов. Абстрактные колоды для дошкольников не рекомендуются.
5. Методический арсенал включает разнообразные техники, направленные на решение различных задач: развитие самосознания, коррекцию страхов и тревожности, гармонизацию детско-родительских отношений, поиск ресурсов в трудных ситуациях. Ключевым инструментом работы являются правильно сформулированные открытые вопросы.

Таким образом, метафорические ассоциативные карты при грамотном, методически обоснованном применении могут стать эффективным инструментом в работе педагога-психолога, позволяющим установить контакт с ребенком, понять его внутренний

мир и оказать своевременную помощь в преодолении эмоциональных трудностей.

### **Список литературы**

1. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. — М.: Просвещение, 1991. — 93 с.
2. Эльконин Д.Б. Психология игры. — М.: Педагогика, 1978. — 304 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 2002. — 720 с.
4. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Политиздат, 1975. — 304 с.
5. Бардинова С.А., Каданкова Н.Н. Развитие Я-образа у детей старшего дошкольного возраста посредством метафорических ассоциативных карт // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2024. — С. 1–12.
6. Метафорические ассоциативные карты в работе психолога: сборник методических материалов. — М., 2023. — 156 с.
7. Психолого-педагогическое сопровождение развития детей дошкольного возраста: современные подходы и технологии: сборник научных статей. — СПб., 2024. — 210 с.
8. Актуальные проблемы специальной психологии и коррекционной педагогики: исследования и практика: материалы всероссийской конференции. — Казань, 2023. — 184 с.
9. Проективные методы в диагностике и коррекции эмоциональных нарушений у детей: методическое пособие. — М., 2022. — 98 с.
10. Педагогика и психология образования: научно-методический журнал. — 2023–2024. — № 1–4.