

УДК 159.9.01

КАТЕГОРИАЛЬНО-СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД К ТЕРАПИИ МЕТАФОРИЧЕСКИМИ АССОЦИАТИВНЫМИ КАРТАМИ

З.А. Аксютина¹

¹ Омский государственный педагогический университет, Россия, 640099, Омск,
ул. Партизанская, 4А

Резюме

Введение. Актуальность исследования обусловлена необходимостью решения вопросов обоснования терапии метафорическими ассоциативными картами (МАК-терапии). МАК-терапия в последние годы стала широко применяться в психологических практиках консультативной помощи. **Цель** статьи – теоретическое обоснование МАК-терапии посредством опоры на категориально-системную методологию с применением метода категориального маятника. **Материалы и методы.** В ходе исследования осуществляется опора на категориально-системную методологию и категориальный подход, поэтому в качестве материалов выступают психологические категории. Наряду с общетеоретическими методами анализа и синтеза применен метод категориального маятника для построения системной модели МАК-терапии. **Результаты исследования.** В ходе исследования выявлены варианты качественных состояний (система, процесс, деятельность) и методологические компоненты МАК-терапии (объект, предмет, цель). Дано их краткое описание. Приведена разработанная автором системная модель МАК-терапии. Наглядно показано взаимодействие элементов целеполагания МАК-терапии. Приведено описание представленной модели. **Обсуждение и заключение.** Качественные состояния МАК-терапии (система, процесс, деятельность) имеют индивидуально обусловленные формы проявления и единые механизмы реализации. В результате проведенного исследования удалось выявить различия в понимании методологических компонентов МАК-терапии. Различия обусловлены качественными состояниями осуществления МАК-терапии. Качественными состояниями МАК-терапии являются система, процесс, деятельность. Представлены основные категории категориально-терминологического аппарата МАК-терапии, к которым отнесены МАК, групповая работа, индивидуальная работа, запрос, клиент, психологическая помощь, самопознание, саморазвитие, психологическая поддержка, психологическое сопровождение, терапевтический контакт, безопасность, рефлексия, личностный смысл, метафора, ассоциация. Кроме рассмотренных категорий в МАК-терапии активно применяются и другие, дополнительные категории: восприятие, проекция, смысл, нарратив, личностный смысл, инсайт, фигура и фон. Материалы исследования могут быть полезны специалистам, интересующимся метафорическими ассоциативными картами.

Ключевые слова: метафорические ассоциативные карты; МАК-терапия; теоретические основы; объект; предмет; цель; качественные состояния; метод категориального маятника; категориально-системная методология

Введение

Актуальность исследования обусловлена широкой популярностью применения метафорических ассоциативных карт в терапии взрослого населения и детей. Такая популярность объясняется косвенным воздействием. Терапия воспринимается клиентами не в качестве сложного болезненного сеанса, заставляющего испытывать тяжелые переживания. Она напоминает игру, где карты обретают новые смыслы и символы. Карты выступают своего рода знаковой системой, в которой каждый клиент становится дешифровщиком. В этой игре знаков, символов, метафор клиент ощущает себя в психологически безопасном положении. При высокой популярности метафорических ассоциативных карт как психотерапевтического инструментария наблюдается ситуация, при которой авторы активно описывают терапевтический процесс, а теоретических исследований явно недостаточно.

Цель статьи – дать теоретическое обоснование терапии метафорическими ассоциативными картами (МАК-терапии) посредством опоры на категориально-системную методологию с применением метода категориального маятника.

Необходимость разработки теоретических основ МАК-терапии остается актуальнейшей проблемой. Это подтверждается небольшим количеством публикаций, направленных на фундаментальное обоснование МАК-терапии, методологических и теоретических ее оснований. Такое положение, скорее всего, указывает на неполноту теоретических представлений о МАК-терапии.

Рассматривая МАК-терапию, определим основные теоретические концепты – объект, предмет и цель, важные для ее более полного научного понимания.

Материалы и методы

В ходе исследования осуществляется опора на категориально-системную методологию и категориальный подход, поэтому в качестве материалов выступают психологические категории. Наряду с общетеоретическими методами анализа и синтеза применен метод категориального маятника для построения системной модели МАК-терапии.

Результаты

Основными категориями МАК-терапии являются объект, предмет и цель. Обратимся к определению объекта и предмета МАК-терапии. Выделяются разные области применения МАК – теоретическая и практическая. В теоретической области развивается направление, связанное с формированием нового течения арт-терапевтического знания – МАК-терапии, а в практике сформировался новый инструмент, возможности которого пока остаются малоизученными, но претендующими на универсальность.

В результате формируются разные научные подходы применения МАК-терапии, задающие различия в объектно-предметной области. Опишем ос-

новые варианты качественных состояний и методологические компоненты в МАК-терапии (таблица).

Варианты качественных состояний и методологические компоненты МАК-терапии

Качественные состояния	Формы проявления качественного состояния	Механизмы реализации	Объект	Предмет	Цель
<i>Система</i>	Система использования МАК, система МАК-терапии, системный характер использования МАК и т.п.	Техники активного стимулирования восприятия с опорой на метафору и ассоциации	Система МАК-терапии	Компоненты МАК-терапии	Стабильное функционирование системы МАК-терапии
<i>Процесс</i>	Процесс МАК-терапии и МАК-практики		Процесс МАК-терапии	Программа МАК-терапии	Достижение заданных в программе МАК-терапии результатов
<i>Деятельность</i>	Профессиональная деятельность психолога, профессиональная деятельность психотерапевта, игровая деятельность		Психотерапевтическая деятельность	Структура психотерапевтической деятельности	Оказание психотерапевтической помощи

Опора на категориально-системный подход направляет нас на изучение психотерапевтической компоненты МАК-терапии с ориентацией на ее структуру. МАК-терапия, являясь ответвлением арт-терапии, имеет определенный фундамент, который заложен V.B. Lusebrink. Им предложена модель, включающая в себя три уровня: кинестетико-сенсорный, перцептивно-аффективный и когнитивно-символический (Lusebrink, 1991). Данные уровни подразумеваются и в МАК-терапии.

Рассматривая МАК-терапию как процесс взаимодействия следует отметить, что внутренние интенсивные конфликты, имеющиеся у клиентов, выступают источником разворачивания системы МАК-терапии. Разнообразные виды метафорических ассоциативных карт (колоды с изображениями, колоды со словами и смешанные колоды) являются взаимодействующими элементами системы. Взаимодействие происходит в ходе терапевтического контакта. Результат взаимодействия зависит от потенциала клиента, а достигнутый эффект заключается в разрешении конфликта.

Опираясь на описанные теоретические результаты, построим системную модель МАК-терапии и представим ее в форме маятника, отражающего

взаимосвязь компонентов (рис. 1). На рисунке МАК-терапия представлена как динамическая система, находящаяся в непрерывном движении. Пусковым механизмом для использования МАК-терапии является запрос клиента, связанный с его потребностью в психологической поддержке при разрешении внутренних и внешних конфликтов. Сама терапия может осуществляться как через индивидуальную работу, так и через групповую.

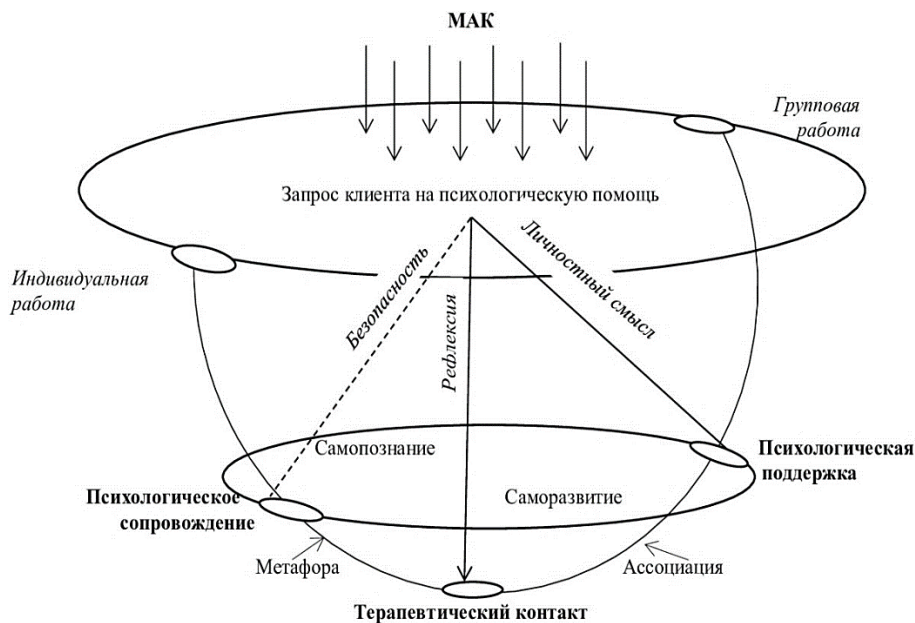


Рис. 1. Системная модель МАК-терапии

Процессуальная составляющая реализации МАК-терапии происходит через три важнейших компонента. Первый предполагает формирование чувства безопасности в ходе терапевтического сеанса. Как правило, работа с МАК ассоциируется с игрой, что само по себе способствует возникновению у клиента чувства безопасности.

Вторым составляющим компонентом МАК-терапии является рефлексия клиентом собственных эмоций, чувств, переживаний. Для достижения рефлексии психолог задает вопросы, тем самым стимулируя клиента к самораскрытию. Часть вопросов заранее разрабатывается для конкретной технологии или колоды карт, а другая возникает в ходе проработки той или иной карты (ситуации, истории и др.).

В результате прохождения клиентом всех этапов МАК-терапии должно завершиться нахождением личностных смыслов (третий компонент). В идеальной модели предполагается полное разрешение внутреннего конфликта.

Работа с МАК способствует разворачиванию саморазвития и самопознания как составляющих в осознании, понимании самого себя и достижению самоудовлетворенности жизнью.

Обсуждение

Качественные состояния МАК-терапии (система, процесс, деятельность) имеют индивидуально обусловленные формы проявления и единые механизмы реализации (см. таблицу). В ситуации исследования МАК-терапии как системы необходимо изучать ее компоненты, так как для разворачивания системы важно стабильное функционирование всех ее составляющих.

Если исследованию подвергается процесс МАК-терапии, то необходимо изучать разнообразные программы МАК-терапии. Имеющиеся в настоящее время публикации, посвященные различным практикам, акцентируют внимание на таких программных компонентах, как техники, сценарии, приемы и упражнения. Очевидно, что с одной позиции процессуальная сторона является наиболее востребованной, а с другой – опыт имеет описательный характер. Целью МАК-терапии в процессуальном исследовании выступает достижение заданных в программе результатов.

На свойства МАК обратил внимание М. Ингерлейб, написавший: «Метафорические ассоциативные карты – надежный помощник для каждого специалиста, который работает с людьми, так как позволяют наладить коммуникацию, создать атмосферу доверия, интереса к самопознанию и саморазвитию, а также закладывают “канву” желаемого контекста общения с клиентом или группой» (Ингерлейб, 2020, с. 11).

В модели показано, что терапевтический контакт включен в психологическое сопровождение и психологическую поддержку. В совокупности они являются составляющими в оказании психологической помощи. Основные приемы терапевтического контакта – метафора и ассоциация.

«Ассоциация – спонтанная связь, возникающая между двумя или более психическими образованиями (ощущениями, двигательными актами, восприятиями, идеями, воспоминаниями и т.п.) в процессе психической деятельности индивида» (Ингерлейб, 2020, с. 21).

«Метафора – любое языковое выражение с переносным смыслом, которое позволяет перенести реальность одного понятия на другое, более яркое» (Липская, 2009, с. 693).

Л.В. Шумилова пишет, что «метафора:

- используется как пояснительное средство, ускоряя за счет своей образности процесс восприятия и понимания неизвестного и малопонятного;
- оптимизирует процесс запоминания путем создания устойчивых ассоциативных связей;
- стимулирует воображение и стремление к познавательной деятельности;
- активизирует интуицию и языковое чутье;
- развивает креативность, поскольку обращена к подсознанию и запускает в действие внутренний, творческий потенциал личности» (Шумилова, 2019, с. 161).

На основе представленной модели маятника, отражающего систему МАК-терапии, возможно выстроить понятийный аппарат МАК-терапии, который включает такие элементы, как МАК, групповая работа, индивиду-

альная работа, запрос, клиент, психологическая помощь, самопознание, саморазвитие, психологическая поддержка, психологическое сопровождение, терапевтический контакт, безопасность, рефлексия, личностный смысл, метафора, ассоциация. Кроме рассмотренных категорий в МАК-терапии активно применяются и другие, дополнительные категории: восприятие, проекция, смысл, нарратив, личностный смысл, инсайт, фигура и фон.

Наборы метафорических карт стали инструментом поддержки при работе с клиентами, испытывающими самые разнообразные затруднения. Исследование результативности МАК-терапии проведено за рубежом в клинической практике при преодолении посттравматического синдрома (Raz, Lahad, 2022). В нем гипотеза о позитивном влиянии работы с метафорическими картами нашла эмпирическое подтверждение. В отечественных исследованиях доказательная база результативности применения МАК-терапии связана с исследованиями инновационности данного инструментария при работе с подростками. Г.А. Гасанова резюмирует, что МАК-терапия помогает «...воссоздать цепочку событий, взглянув несколько иначе (при поддержке психолога) на ситуацию, запустив процессы творческого воображения, формируя новые представления о путях решения проблем» (Гасанова, 2021). Важными являются и результаты исследования Я.М. Акинкиной. Она считает, что в МАК-терапии происходит более эффективное установление «терапевтического альянса специалиста с клиентом» (Акинкина, 2020, с. 84). В другом исследовании, связанном с развитием саморегуляции у старшеклассников, было «сформировано позитивное мышление и активизированы внутренние ресурсы личности средствами метафорических карт» (Ершова, Кувалдина, 2020).

Проведенные исследования демонстрируют острую потребность практиков в более четко сформулированных подходах к МАК-терапии, и категориально-системный подход может занять важное место в теоретическом фундаменте МАК-терапии.

Обратим внимание на функции, реализуемые в ходе МАК-терапии.

В исследовании З.А. Аксютиной и С.А. Маврина отмечается, что искусство выполняет разные функции: эстетическую, гедонистическую, духовного общения, познавательную, предвосхищения, воспитательную, антарктическую, «функцию отказа», свободы (Аксютина, Маврин, 2011, с. 166). Полагаем, что МАК можно рассматривать и как объект искусства, и тогда, очевидно, они выполняют аналогичные функции. На функции МАК обращает внимание V. Shebanova. Она видит основную функцию МАК в том, что они способствуют анализу жизненных проблем клиентов (Shebanova, 2020).

Особая потребность практиков связана с классификацией МАК. Анализ различных колод МАК позволяет утверждать, что их можно классифицировать по трем критериям.

Критерий первый – возраст. По этому критерию обнаруживаются колоды карт, предназначенные для детей, подростков и взрослых.

Критерий второй – состав. Односоставные колоды содержат карты с изображениями. Двусоставные (или смешанные) могут иметь в составе

две колоды, например: изображения и слова (фразы), изображения основных карт и изображения ресурсов, изображения и трафареты.

Критерий третий – количество карт. Малые колоды содержат до 30 карт, средние – до 100, большие – свыше 100 карт.

Отметим, что классификацию по сфере применения (например, коучинг, финансы и т.п.) считаем неуместной в силу универсальности МАК как средства, применяемого в арт-терапии.

Заключение и выводы

В результате проведенного исследования удалось выявить различия в понимании методологических компонентов МАК-терапии, которые обусловлены качественными состояниями осуществления МАК-терапии. Качественными состояниями МАК-терапии являются система, процесс, деятельность.

На основе метода категориального маятника построена системная модель МАК-терапии, позволившая выявить категориально-терминологический аппарат и процессуальную сторону работы с метафорическими ассоциативными картами, используемыми в МАК-терапии. Построенная модель отражает МАК-терапию как динамическую систему. Категориально-терминологический аппарат МАК-терапии представлен категориями: запрос клиента, внутренние и внешние конфликты, индивидуальная и групповая работа, безопасность, рефлексия, личностные смыслы, саморазвитие, самопознание, метафора, ассоциация, психологическое сопровождение, психологическая поддержка, терапевтический контакт.

В ходе исследования определены классификационные критерии метафорических ассоциативных карт, применяемых в качестве терапевтического средства. К этим критериям отнесены возраст, состав, количество. МАК выступают средством терапии не только взрослых, но и детей, в силу опоры на метафоризацию и ассоциации, которые способствуют чувству безопасности при работе с ними.

МАК-терапия остается малоизученной областью психологической помощи. Необходимы дальнейшие исследования методологических основ работы с метафорическими ассоциативными картами. Остаются неразработанными аспекты определения механизмов «работы» метафор и ассоциаций, особенностей восприятия различных типов МАК клиентами, процессов саморазвития и самопознания как результата взаимодействия клиента и психолога в МАК-терапии и др.

Литература

- Акинкина, Я.М. (2020). Опыт применения метафорических карт в перинатальной психологии. *Вопросы психического здоровья детей и подростков*, 20(4), 78–86.
- Аксютин, З. А., Маврин, С. А. (2011). Функции изобразительного искусства в социальном воспитании подростков, оставшихся без попечения родителей. *Гуманитарные и социальные науки*, 2, 154–166

- Гасанова, Г.А. (2021). Метафорические ассоциативные карты как инновационный инструмент в работе психолога с подростками. *Известия Балтийской государственной академии рыбопромыслового флота: психолого-педагогические науки*, 1(55), 67–74.
- Ершова, Л. Н., Кувалдина, Е. А. (2020). Развитие стрессоустойчивости старшеклассников средствами метафорических карт. *Вестник Шадринского государственного педагогического университета*, 2(46), 202–207.
- Ингерлейб, М. Б. (2020). *Метафорические ассоциативные карты: полный курс для практики*. СПб.: Питер.
- Липская, Т. А. (2009). Возможности метафоры как психологического метода. *Известия Самарского научного центра Российской академии наук*, 11(4-3), 691–695.
- Шумилова, Л. В. (2019). Метафора в структуре учебного занятия по английскому языку. *Байкальский вестник ДААД*, 1, 160–165.

Ссылки на зарубежные источники см. в разделе *References* после англоязычного блока.

Поступила в редакцию 07.02.2023 г.; принята 25.04.2023 г.

Аксютина Зульфия Абдулловна – доцент кафедры социальной педагогики и социальной работы Омского государственного педагогического университета, кандидат педагогических наук.

E-mail: aksutina_zulfia@mail.ru

For citation: Aksyutina, Z. A. (2023). Categorical-system Approach to Metaphorical Association Cards Therapy. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal – Siberian journal of psychology*, 88, 135–143. In Russian. English Summary. doi: 10.17223/17267080/88/8

Categorical-system Approach to Metaphorical Association Cards Therapy

Z.A. Aksyutina¹

¹ *Omsk State Pedagogical University, 4A, Partizanskaya St., Omsk, 640099, Russian Federation*

Abstract

Introduction. The relevance of the study is due to the need to address the issues of substantiation of therapy with metaphorical associative cards (hereinafter referred to as MAC-therapy). MAC-therapy in recent years has become widely used in the psychological practices of counseling. **The purpose** of the article is the theoretical substantiation of MAC-therapy by relying on the categorical-systemic methodology using the categorical pendulum method. **Materials and methods.** In the course of the study, reliance is placed on a categorical-system methodology and a categorical approach, therefore, psychological categories act as materials. Along with the general theoretical methods of analysis and synthesis, the categorical pendulum method was used to build a systemic model of MAC therapy. **Research results.** In the course of the study, variants of qualitative states (system, process, activity) and methodological components of I MAC-therapy (object, subject, goal) were identified. Their brief description is given. A systemic model of MAC-therapy developed by the author is presented. The interaction of the elements of goal-setting MAC-therapy is clearly shown. The description of the presented model is given. **Discussion and conclusion.** Qualitative states of MAC-therapy (system, process, activity) have individually determined forms of manifestation and unified mechanisms of implementation. As a result of the study we identified differences in the understanding of the methodological components of MAC therapy. The differences are due to the qualitative states of the implementation of MAC therapy. Qualitative states of MAC-therapy are: system, process, and activity. The main categories of the categorical and termino-

logical apparatus of MAC-therapy are presented, which include: MAC, group work, individual work, request, client, psychological assistance, self-knowledge, self-development, psychological support, psychological support, therapeutic contact, safety, reflection, personal meaning, metaphor, and association. In addition to the above categories, other, additional categories are actively used in MAC therapy: perception, projection, meaning, narrative, personal meaning, insight, figure, and background. The research materials may be useful to specialists interested in metaphorical associative maps.

Keywords: metaphorical associative cards; MAC therapy; theoretical basis; an object; item; goal; quality states; categorical pendulum method; categorical-system methodology

References

- Akinkina, Ya. M. (2020). Opyt primeneniya metaforicheskikh kart v perinatal'noy psikhologii [The use of metaphorical maps in perinatal psychology]. *Voprosy psikhicheskogo zdorov'ya detey i podrostkov – Mental Health of Children and Adolescent*, 20(4), 78–86.
- Aksyutina, Z. A., & Mavrin, S. A. (2011). Funktsii izobrazitel'nogo iskusstva v sotsial'nom vospitanii podrostkov, ostavshikhsya bez popecheniya roditel'ey [The functions of fine arts in the social education of adolescents left without parental care]. *Gumanitarnye i sotsial'nye nauki*, 2, 154–166
- Gasanova, G. A. (2021). Metaforicheskie assotsiativnye karty kak innovatsionnyy instrument v rabote psikhologa s podrostkami [Metaphorical associative cards as an innovative tool in the work of a psychologist with adolescents]. *Izvestiya Baltiyskoy gosudarstvennoy akademii rybopromyslovogo flota: psikhologo-pedagogicheskie nauki*, 1(55), 67–74.
- Ershova, L. N., & Kuvaldina, E. A. (2020). Razvitie stressoustoychivosti starsheklass-nikov sredstvami metaforicheskikh kart [Development of stress resistance of high school students by means of metaphorical cards]. *Vestnik Shadrinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, 2(46), 202–207.
- Ingerleib, M. B. (2020). *Metaforicheskie assotsiativnye karty: polnyy kurs dlya praktiki* [Metaphorical associative cards: a complete course for practice]. St. Petersburg: Piter.
- Lipskaya, T. A. (2009). Vozmozhnosti metafory kak psikhologicheskogo metoda [Possibilities of metaphor as a psychological method]. *Izvestiya Samarskogo nauchnogo tsentra Rossiyskoy akademii nauk*, 11(4-3), 691–695.
- Lusebrink V. B. (1991). A systems-oriented approach to the expressive therapies: The expressive therapies continuum. *The Arts in Psychotherapy*, 18(5), 395–403. doi: 10.1016/0197-4556(91)90051-B
- Raz, S., & Lahad, M (2022) Physiological indicators of emotional arousal related to ANS activity in response to associative cards for psychotherapeutic PTSD treatment. *Front. Psychiatry* 13:933692. doi: 10.3389/fpsyt.2022.933692
- Shebanova, V. (2020) Metaphoric Associative Cards in the Work of a Psychologist. *Problemi suchasnoï psikhologii*, 50, 289–307. doi: 10.32626/2227-6246.2020-50.289-307
- Shumilova, L. V. (2019). Metafora v strukture uchebnogo zanyatiya po angliyskomu yazyku [Metaphor in the structure of an English lesson]. *Baykal'skiy vestnik DAAD*, 1, 160–165.

Received 07.02.2023; Accepted 25.04.2023

Zulfia A. Aksyutina – Associate Professor, Department of Social Pedagogy and Social Work, Omsk State Pedagogical University. Cand. Sc. (Pedag.).
E-mail: aksutina_zulfia@mail.ru