

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

ФГБОУ ВО «Башкирский государственный университет»

Факультет психологии

Институт непрерывного образования

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по молодежной политике  
и международной деятельности



Т.Б.Великжанина

(подпись)

М.П.

10 «март» 2022г.

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета

И.Р. Хох.

(подпись) (инициалы, фамилия)

«10» март 2022г.

СОГЛАСОВАНО

И.о. директора института  
непрерывного образования

Е.П. Кислова

(подпись)

«10» март 2022г.

**Программа повышения квалификации**

Метафорические ассоциативные карты в практической работе психолога

---

(наименование программы)

---

УФА 2022 год

## **1. Общая характеристика программы**

Метафорические ассоциативные карты – это уникальных инструмент психолога, который дает возможность дать безопасный и безболезненный выход тому, что накопилось в бессознательном. Карты позволяют человеку осознать суть проблемы и найти уже известный ему, но еще не осознанный метод выхода из сложной ситуации. Этот метод обладает рядом преимуществ – использование карт позволяет модифицировать техники и создавать новые под различные запросы клиента, применяется в разных ситуациях и состояниях человека. Метод ассоциативных карт – очень мягкая и безопасная по воздействию техника, использование которой применяется широко как для диагностики, так и для коррекции и консультирования.

**1.1. Цель программы повышения квалификации** – дать слушателям техники и методы использования МАК в кризисных состояниях, работе с психосоматикой, с отношениями, в коучинге, изучить особенности индивидуального и группового консультирования с применением МАК.

### **1.2 Требования к результатам обучения**

**Приводится перечень профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения**

*слушатель должен* владеть уникальным инструментом анализа состояния человека, знакомы с методами психологической работы со сложными психологическими проблемами,

*слушатель должен* уметь применять их как в индивидуальном консультировании, так и в работе с группой.

*слушатель должен уметь* использовать полученные знания для самопознания и в работе психотерапевтом, психологом, коучем.

Приказ Минтруда России от 18.11.2013 N 682н "Об утверждении профессионального стандарта "Психолог в социальной сфере" (Зарегистрировано в Минюсте России 25.12.2013 N 30840)

### **1.3. Трудоемкость программы**

Нормативная трудоемкость по данной программе – 36 часо.

### **1.4. Форма обучения**

Форма обучения – заочная, с применением дистанционных образовательных технологий.

**1.5. Категория слушателей** – лица, имеющие высшее или среднее профессиональное образование.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

### 2.1. Учебный план

Темы	Общая	По учебному плану с использованием дистанционных образовательных технологий, час.								СРС час	Промежуточная аттестация (при наличии)
		Аудиторные занятия, час.*				Дистанционные занятия, час.					
		всего	из них			всего	из них				
			ЛК	ПЗ.	ЛР		ЛК	ПЗ.	ЛР		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Понятие метафорических карт, возможности и особенности применения и история их возникновения						8	2			6	-
2. Применение МАК в работе с психотравмами и кризисными состояниями						14	2	4		8	-
3. Техники метафорических карт в работе с отношениями						14	2	4		8	
<b>Итого</b>						<b>36</b>	<b>6</b>	<b>8</b>		<b>22</b>	
<i>Итоговая аттестация,</i>											<i>Зачет, в форме тестирования</i>

## 2.2. Учебно-тематический план

№ п/п	Тема и содержание (краткая аннотация занятия)	Форма изучения материалов (лекции, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа)	Кол-во часов Ауд. работы	Формируемая компетенция (из профессионального стандарта)
1	2	3	4	5
1	<p>Понятие метафорических карт, возможности и особенности применения и история их возникновения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научное обоснование и использование МАК;</li> <li>- история появления метафорических ассоциативных карт;</li> <li>- возможности, преимущества и ограничения использования МАК в психологической практике, обзор основных колод;</li> <li>- выбор колоды метафорических карт для различных целей.</li> </ul>	ЛК	2	Проведение клинико-психологического исследования (в статусе и в динамике) психических функций, процессов, состояний; интеллекта; эмоционально-аффективной, ценностно-мотивационной, волевой сфер; свойств личности; психологических проблем, содержания и выраженности конфликтов, уровня и способов психологической адаптации, личностных ресурсов;
2	<p>Применение МАК в работе с психотравмами и кризисными состояниями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ресурсов клиента и проработка травматического опыта при помощи МАК;</li> <li>- работы с негативными состояниями психики. Безопасная работа с травматическим событием при помощи МАК;</li> <li>- применение МАК для проработки внутриличностного конфликта</li> <li>- техник МАК в работе с утратой;</li> <li>- с травмами детства при помощи МАК.</li> </ul>	ЛК, ПЗ	6	межличностных отношений (в семейной, профессиональной и других сферах) в соответствии с целью психодиагностического исследования и этическо-деонтологическими нормами.
3	<p>Техники метафорических карт в работе с отношениями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- личных и семейных границ в консультировании по семейным вопросам;</li> <li>- работы с любовной зависимостью;</li> <li>- способы разрешения конфликтных ситуаций при помощи МАК;</li> <li>- МАК при работе с супружеской изменой и разводом;</li> <li>- работы с детско-родительскими отношениями при помощи МАК-техники;</li> <li>- занятия по выявлению особенностей отношений детей и родителей.</li> </ul>	ЛК, ПЗ	6	

#### 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ (при наличии) И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОГРАММЕ

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

##### 5.1. Список основной и дополнительной учебной литературы, электронных ресурсов по программе

1. Горобченко А., Евменчик М. Уникальные колоды метафорических ассоциативных карт // Адукатар. № 1 (19). 2011. С. 34–36.
2. Дмитриева Н. В., Буравцова Н. В. Принципы и способы использования ассоциативных карт в психологии и психотерапии // Смальта. 2015. № 1. С. 19–22.
3. Дмитриева Н. В., Перевозкина Ю. М., Левина Л. В., Буравцова Н. В. Методологические основы и принципы работы с ассоциативными картами // Развитие человека в современном мире материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием: в 2 частях. ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет». 2015. С. 242–251.
4. Кац Г., Мухаматулина Е. Метафорические карты: Руководство для психолога. М.: Генезис, 2015. 160 с.
5. Морозовская Е. Мир проективных карт: Обзор колод, упражнения, тренинги. М.: Генезис, 2015. 168 с. Ушакова Т. Метафорические карты «Роботы»: Работа с детьми, подростками и родителями. М.: Генезис, 2016. 48 с.
6. Мартынова, М. А. Метафорические карты и возможности их применения в работе практического психолога / М. А. Мартынова. — Текст : непосредственный // Современная психология : материалы V Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2017 г.). — Казань : Бук, 2017. — С. 65-78. — URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/254/12837/> (дата обращения: 14.03.2022).

##### Дополнительная литература:

1. Вальтрауд, К. Клубника за окном [Текст] / К. Вальтрауд – OH Vergal, 2010. – 250 с.
2. Мак-Вильямс, Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе [Текст] / Н. Мак-Вильямс — Москва: Класс, 1998. — 480 с.
3. Миллс Дж., Кроули, Р. Терапевтические метафоры для детей [Текст] / Дж. Миллс, Р. Кроули – Москва: Класс, 2005. – 144 с.
4. Фрейд, А. Психология Я и защитные механизмы [Текст] / А. Фрейд — Москва: Педагогика-Пресс, 1993. — 68 с.  
Источник: <https://forpsy.ru/works/assotsiativno-metaforicheskie-kartyi/>

#### 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

<i>Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий</i>	<i>Вид занятий</i>	<i>Наименование оборудования, программного обеспечения</i>
1	2	3
<i>аудитория</i>	<i>лекции</i>	
<i>лаборатория</i>	<i>Лабораторные работы</i>	

<i>Компьютерный класс</i>	<i>Практические и лабораторные занятия</i>	
---------------------------	--	--

### 7. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Наименование учебного модуля/раздела программы	1 нед	2 нед	Итоговая аттестация	Итого часов
<i>1. Понятие метафорических карт, возможности и особенности применения и история их возникновения</i>	2			2
<i>2. Применение МАК в работе с психотравмами и кризисными состояниями</i>	4	2		6
<i>3. Техники метафорических карт в работе с отношениями</i>	2	4		6
<b>Итого часов</b>	<b>8</b>	<b>6</b>		<b>14</b>

### 8. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

*Оценка качества освоения программы осуществляется в виде зачета представления ситуационных задач.*

*Перечень ситуационных задач, приведен в приложении А.*

*Слушатель считается аттестованным, если имеет положительные оценки (3,4 или 5) по всем разделам программы, выносимым на экзамен.*

### 9. СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ

*Доктор биологических наук, доцент. Заведующая кафедрой психологического сопровождения и клинической психологии Халфина Р.Р.*

### Выполнить контрольные упражнения

#### **Упражнение «Значимые другие»**

Для этого упражнения рекомендуется использовать карты «Persona» или «Personita», а также проработанную (об этом мы расскажем более подробно далее) колоду карт «1000 жизней». Психолог предлагает клиенту выбрать из колоды карты, которые будут олицетворять для него людей, которые занимают или же занимали важное место в его жизни. Это могут быть взрослые и дети, мужчины и женщины – никаких ограничений на выбираемые образы нет.

При выборе карт клиент ориентируется не только и не столько на внешнее сходство рисунка с реальным человеком, сколько на внутренние качества, общее ощущение. Также клиент выбирает карту, которая будет представлять его самого. Затем психолог просит его ответить на вопросы: что эти люди хотели бы вам сказать? Что они могут сказать друг другу? Что вы хотели бы сказать им? Эти диалоги можно проиграть, озвучивая сами вопросы и ответы на них с позиции других персон.

#### **Упражнение «Биография»**

Для этого упражнения также используются карты «Persona», «Personita» или индивидуализированная (проклеенная) колода карт «1000 жизней». Психолог просит клиента просмотреть всю колоду и выбрать пять карт, которые будут олицетворять его на различных этапах его жизненного пути: детство, подростковый период, юношество, взрослость, старость. Затем так же, как и в предыдущем упражнении, организовывается воображаемая беседа разных возрастных ипостасей одного человека друг с другом.