

Описание набора метафорических карт «ВИД ИЗ ТВОЕГО ОКНА»

Набор метафорических карт «ВИД ИЗ ТВОЕГО ОКНА» предназначен для работы по активизации ресурсной составляющей личности, поиска внутренних опор, гармонизации эмоционального состояния. Работа с набором тесно связана с исследованием вопросов идентичности и самоотношения, взаимосвязей между различными частями «Я», преодолением внутренних противоречий и конфликтов.

Набор содержит фотокопии 59 художественных изображений, выполненных художником и арт-терапевтом Викторией Ярославовой и 43 карточки со словами для различных упражнений с выходом на вербальный уровень обозначения проблемы. Метафорические карты содержат изображение природного и городского пейзажа. Основные образы набора: дома, деревья, вода, дороги.

Изображения деревьев, домов, городских построек привлекаются для исследования образа «Я» клиента. В проективной психологии эти объекты традиционно используются для диагностики самооценки, отношений с окружающим миром и значимыми другими, жизненной силы и внутренней энергии. Многие проективные тесты построены на оценке характеристик этих объектов, изображаемых самим клиентом, или выбираемых клиентами из предлагаемого набора.

Нам представляется наиболее правильным сочетание в наборе нескольких вариантов объектов, с которыми человек мог бы идентифицировать себя, поскольку работа с этими объектами имеет разный уровень возможной проекции, а, следовательно, разный уровень субъективного ощущения безопасности, испытываемого клиентом в процессе работы. Предоставляя клиенту выбор, мы расширяем возможности данного практического инструмента и способствуем его большей эффективности.

Дерево традиционно рассматривается в проективной психологии в качестве самопортрета. Наиболее известными проективными методиками, в которых изображение дерева рассматривается как отражение «Я» автора рисунка, являются тест «Дерево» К. Коха и «Дом-человек-дерево» Д. Бука. При анализе изображения имеют значение размер дерева, толщина ствола и крона, расщепление ствола, наличие деревьев вокруг. Дерево может быть большим или маленьким, может расти в лесу, или одиноко стоять на краю оврага, может быть аккуратно подстрижено и быть частью паркового ансамбля. Все это те характеристики, которые могут оказаться важными для клиента при выборе карты, отражающей особенности его личности или актуальной жизненной ситуации. В образе дерева прослеживаются три проективные тенденции: психологическая, соматическая и социальная. Образ дерева может нести информацию об эмоциональном состоянии, наличии психосоматических проблем, характере отношений с окружающими людьми и обществом в целом.

Дом рассматривается как еще один вариант отражения характеристик «Я» клиента. Образ дома тесно связан с ощущением внутренней и внешней безопасности, степенью замкнутости, вопросом внутренних границ, наличием и характером функционирования психологических защит. Образы, содержащие дома, могут возвращать нас к ранним детским воспоминаниям, работа с которыми способствует активизации ресурсов, связанных с семейной и родовой историей. Образы домов могут быть связаны и с актуальным моментом действительности, могут отражать элементы прошлого, или образа желаемого будущего. Пейзажи, содержащие образы домов, являются инструментом для работы с ресурсами «места».

Дороги, как символы жизненного пути, выхода из затруднительной ситуации, перехода в другое состояние или другой возрастной этап. Изображения дорог в данном наборе не является центральным, однако, как один из самых проективных символов, дороги или их фрагменты дополняют многие карты. Изображения дорог стимулируют мысленное «продолжение пути» за

пределы метафорической карты, в глубину бессознательных переживаний и свободной фантазии. Изображения дорог привлекаются для работы с образом будущего, определением целей и планированием их достижения, ситуацией выбора, осознанием случившихся в жизни клиента изменениями.

Многие пейзажи дополнены изображением **воды** – одного из самых важных символов в проективной психологии. В аналитической психологии образ воды символически связан с бессознательным. Ассоциации клиента, связанные с водой могут быть самыми разными. Образ воды может восприниматься и как пугающий, неуправляемый, несущий опасность, и как источник жизненной силы, преобразования, изменений. Изображение воды, как образа, тесно связанного с самой жизнью, представляет большой потенциал для работы с ресурсами.

В данном наборе метафорических карт собраны изображения важнейших символов, при помощи которых клиент может отразить различные части своего «Я», без использования изображений людей. Сочетание разных объектов, метафорически связанных с образом «Я», позволяют исследовать различные уровни самосознания. Большое количество изображений природных объектов, их художественное представление гармонизирует эмоциональное состояние клиента, активизирует поиск внутренних источников жизненной силы, творческую активность. Усиление чувства «Я», работа с ресурсами представляется наиболее перспективной областью работы с данным набором метафорических карт.