

**Султанова Светлана Николаевна**, магистрант,  
Томский государственный педагогический университет

**Байгулова Наталия Васильевна**,  
к. пед. н., доцент, доцент кафедры социальной педагогики,  
Томский государственный педагогический университет

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ  
В РАБОТЕ С ЛИЧНОСТНЫМ РЕСУРСОМ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ  
EFFICIENCY OF METAPHORICAL ASSOCIATION CARDS IN WORKING  
WITH THE PERSONAL RESOURCE OF A TEACHER IN A  
PROFESSIONAL EDUCATIONAL ORGANIZATION**

**Аннотация.** В статье рассмотрена эффективность метафорических ассоциативных карт в работе с личностным ресурсом преподавателей, представлены возможности и особенности применения метафорических ассоциативных карт как инструмента психолога в терапии.

**Abstract:** The article discusses the effectiveness of metaphorical associative cards in working with the personal resource of teachers, presents the possibilities and features of the use of metaphorical associative cards as a tool of a psychologist in therapy.

**Ключевые слова:** преподаватель профессиональной образовательной организации, ресурсное состояние, метафорические ассоциативные карты, внутренние ресурсы, внешние ресурсы.

**Keywords:** teacher of a professional educational organization, resource state, metaphorical associative maps, internal resources, external resources.



Необходимость исследования восстановления ресурсного состояния преподавателей профессиональной образовательной организации обусловлена особенностями современной образовательной системы, которая предъявляет высокие требования к педагогической деятельности: преподаватель как субъект педагогической системы работает в режиме многозадачности, активно осваивая новые технологии, соответствуя требованиям времени.

В рамках нашего исследования, ресурсное состояние преподавателя – это состояние, при котором он находится в активной жизненной позиции, может эффективно выполнять поставленные перед ним задачи, работать в режиме многозадачности и реализовывать потребности самореализации, непрерывного обучения. Для того, чтобы работать с ресурсным состоянием, необходимо понимать природу своего ресурсного состояния, на чем строится ее фундамент, какими способами можно поддерживать и восполнять ресурсы. В этой связи, преподаватель-это прежде всего личность, которой свойственны потребности обычного человека.

В профессиональной деятельности можно выделить внешние и внутренние ресурсы. Внешние ресурсы регулируются системой профилактики в учреждении, наличием свободного времени, правильным распределением нагрузки, отношениями в семье, возможностью заниматься любимым делом, посещать спортивный комплекс. К внутренним ресурсам относятся: хорошее состояние здоровья, удовлетворённость работой, возможность самореализации, адекватная самооценка.

В рамках нашего исследования в качестве инструмента работы над внутренним состоянием использованы метафорические ассоциативные карты.

Метафорические ассоциативные карты - это один из современных эффективных инструментов в практической психологии в направлении терапии. Метафорические картинки дают возможность прислушаться к себе, повзаимодействовать со своим внутренним миром, найти ответы на какие-то вопросы, принять нужное решение. Причем ответы эти будут не извне, а из человеческого подсознания.



В основе работы с метафорическими картами лежат такие процессы в психологии как: проекция, рождение индивидуальной точки зрения через карту у человека и психолога; диссоциация, возможность посмотреть на ситуацию со стороны; метафора, которая лежит в основе многих психологических инструментов (рисунок, арт-терапия, сказкотерапия).

Метафорические ассоциативные карты используются в психолого-педагогической программе и применяются в работе с преподавателями в следующих случаях: для знакомства, снятия эмоционального напряжения, понимания своей внутренней природы, коррекции межличностного взаимодействия, понимание внутреннего ребенка, поиск ресурса, для конструктивного поиска решений.

В работе с метафорическими ассоциативными картами важен не замысел автора, а душевный отклик отдельного человека на попавшуюся ему картинку. В одной и той же картинке разные люди увидят разные феномены, в зависимости от внутреннего содержания актуальных переживаний. В контексте разных жизненных ситуаций, в разные периоды жизни, даже у одного и того же человека толкование происходящего на картинке будет отличаться.

Метафорические ассоциативные карты обладают терапевтическим эффектом, благодаря возможностям через метафору составить диалог между внешним и внутренним миром человека, убрать внутреннее сопротивление, посмотреть на ситуацию, исключая логику рационального мышления, выразить словами травматическую ситуацию, или - вербализовать ее.

В работе с ресурсным состоянием преподавателей метафорические ассоциативные карты помогают получить доступ к субъективному образу ситуации, пониманию внутреннего мира преподавателя, облегчить работу с образами, наладить коммуникацию и создать атмосферу доверия, активизировать интерес людей к самоисследованию и саморазвитию. Карты прекрасно работают на задачу создания желаемого контекста, в котором каждый получает доступ к своему творческому началу.



Работа с метафорическими ассоциативными картами положена в основу психолого-педагогической программы восстановления ресурсного состояния преподавателей профессиональной образовательной организации.

*Список литературы:*

1. Душина, И. А. Ассоциативные карты в практике педагога-психолога / И. А. Душина // Вестник практической психологии образования. – 2019. – № S4(4). – С. 62-71.

2. Зимин, А. А. Метафорические ассоциативные карты как проективный метод исследования внутреннего мира личности / А. А. Зимин, Л. Г. Король // Педагогика и психология: проблемы развития мышления. Развитие личности в изменяющихся условиях : Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Красноярск, 21 мая 2021 года. – Красноярск: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева", 2021. – С. 29-34.

3. Кац Г. Б., Мухаматулина Е. А. Метафорические карты. Руководство для психолога. М.: Генезис, 2018. С. 27.

4. Лихачева, А. А. Метафорические ассоциативные карты в работе с защитными механизмами психики по повышению удовлетворенности субъективным образом тела. (на примере колоды Мак «Пищевое поведение 1.0») / А. А. Лихачева // . – 2023. – № 8-1(220). – С. 40-46.

