

ПРАКТИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ В КОНСУЛЬТАТИВНОЙ РАБОТЕ С РОДИТЕЛЯМИ, ВОСПИТЫВАЮЩИМИ РЕБЕНКА С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Варламова Елена Николаевна
старший преподаватель учреждения образования «Могилевский
государственный университет имени А. А. Кулешова»;

Куликова Виктория Валерьевна
старший преподаватель учреждения образования «Могилевский
государственный университет имени А. А. Кулешова»
(г. Могилев, Беларусь)

Появление в семье ребенка с особенностями психофизического развития всегда подразумевает тяжелое испытание для функционирования семейной системы. Многими родителями это событие воспринимается как кризисное, даже катастрофическое. В такой ситуации без помощи специалиста не обойтись.

Семьи, в которых есть дети с особенностями психофизического развития, представляют собой одну из наиболее уязвимых и специфических категорий населения. Им характерны сложности в процессе взаимодействия с ребенком, проблемы, связанные с уходом и воспитанием, невозможность самореализации, созависимые отношения. В связи с этим нарушается устойчивость семьи как системы в целом. Родители в такой ситуации обычно находятся в состоянии стресса и фрустрации, причем эти негативные тенденции могут носить хронический характер и длиться годами. Такая семья становится дисфункциональной, то есть не способной выполнять свои функции.

По данным С.О. Ларионовой, семьям, воспитывающим ребенка с особенностями психофизического развития, характерны следующие признаки:

- родители испытывают психологическую нагрузку, нервное перенапряжение, усталость, эмоциональное истощение, тревогу, беспокойство, неуверенность, отчаяние, что часто обусловлено отсутствием перспектив в отношении будущего ребенка;
- личностные и поведенческие особенности ребенка не соотносятся с ожиданиями родителей и, следовательно, вызывают у них раздражение, негодование, горечь, неудовлетворенность, фрустрацию;

- семейные взаимоотношения нарушаются и искажаются;
- возникают проблемы самореализации и самоактуализации;
- создаются частые психотравмирующие ситуации в семье, связанные с состоянием здоровья ребенка, эмоциональными переживаниями родителей, социальными проблемами, материальными трудностями;
- формируются агрессивные формы поведения и взаимодействия семьи по отношению к окружающим людям;
- у родителей появляется чувство вины перед ребенком;
- происходит ограничение контактов внесемейного функционирования, изоляция семьи от общества в целом [2, с. 85].

Следовательно, психологическое состояние матерей и отцов требует соответствующей квалифицированной психологической помощи, без которой они не способны адекватно и рационально взаимодействовать со своим ребенком.

Наиболее доступной и эффективной формой работы в таких ситуациях является психологическое консультирование, рассматриваемое как оказание психологической помощи и поддержки в специально организованном процессе взаимодействия психолога и клиента.

Следует отметить, что традиционные формы консультативной работы, включающие беседу, разговорные техники, с родителями детей, имеющими особенности психофизического развития, не всегда эффективны. Многие взрослые закрыты для анализа своего внутреннего состояния, не до конца сами осознают его. В связи с этим, рационально использовать опосредованные техники в психологическом консультировании. К наиболее эффективной, на наш взгляд, относится работа с метафорическими ассоциативными картами.

Они представляют собой авторские картинки с различными изображениями (природа, люди, абстрактные рисунки и др.). Суть их применения заключается в том, что через изображение человек рассказывает о себе, сам познает себя, а также способен наметить путь наилучшего развития ситуации. В работе с семьей могут использоваться разнообразные наборы карт: «Oh», «Saga», «TanDoo», «Core», «Гармония», «Она», «Переход» и др. [1].

Рассмотрим основные этапы психологического консультирования с использованием метафорических ассоциативных карт.

Первый этап заключается в установлении контакта с клиентом. Чтобы человеку было проще рассказать о себе может использоваться техника «Случайная карта». Для этого из стопки карт наугад достается

одна картинка. Клиенту (или семейной паре) нужно рассказать, как это изображение отражает его внешний и внутренний мир.

Второй этап заключается в сборе информации и постановке гипотез. Уместно будет использовать технику «Реальная, идеальная и зеркальная семья». Ход ее проведения следующий: клиент из предложенной стопки карт выбирает ту, которая отражает его реальную семью, то есть отвечает на вопрос: «Какая моя семья на самом деле?». Далее происходит беседа по карте, в зависимости от того, что на ней изображено и как это интерпретирует человек.

Затем клиент выбирает картинку, изображающую идеальную семью, то есть такую, какой она, по его мнению, должна быть. Снова осуществляется беседа по карте.

Третья карта, которую выбирает клиент, отражает зеркальную семью, то есть отвечает на вопрос: «Какой мою семью видят окружающие люди?» Происходит диалог психолога и клиента по этой картинке. Уточняющие и углубляющие формулировки психолога помогают родителю осознать свои истинные переживания и обнаружить настоящую проблему дисфункционального поведения и взаимодействия в семье.

Далее все три карты сравниваются, находятся сходства и различия, выявляется эмоциональное отношение к ним. Ключевым является вопрос психолога: «Что бы Вы хотели изменить?» Так клиент формулирует свой запрос на дальнейшее консультирование.

Третьим является основной этап психологического консультирования, который посвящен проработке проблемы и нахождению путей ее эффективного решения. Здесь могут использоваться такие техники, как «Мои ценности», «Мир в моих глазах», «Знакомство с привычным», «Окно Джогари», «Ретроспектива», «Мои личные границы», «Я и мой ребенок», «Образ семьи», «Родительские установки» и другие. Все эти формы работы подразумевают глубокий самоанализ, принятие себя, своей семьи и ребенка.

Четвертый этап заключается в завершении консультативной работы.

На данном этапе родитель уже имеет способы гармоничного, сплоченного взаимодействия с ребенком, что обеспечивается в результате «проработки» или «проживания» им собственных страхов, тревоги, купирования нежелательных эмоциональных состояний, связанных с неопределенностью в сфере воспитания и развития ребенка. Задача психолога – нацелить клиента на будущее, дать ему позитивный заряд на самостоятельное разрешение проблем.

В одних случаях вышеперечисленные этапы психологического консультирования могут быть пройдены за сессию длительностью 1–1,5 часа (в форме кризисной интервенции); в других – процесс консультирования может потребовать нескольких встреч (от 3 до 7 сессий). В ходе работы с семьей возможен и регресс, возвращение и проработка предыдущего этапа. Это нормальное явление, которое свидетельствует о глубокой проработке проблемы.

Сама специфика осознания и понимания родителями образовавшейся проблемы, уровень их мотивации быть активными участниками процесса психологического консультирования в целом детерминируют благоприятную внутрисемейную атмосферу, реконструируют систему жизнедеятельности семьи, определяют позитивное развитие всех ее членов и успешность их социальной адаптации. В результате такой работы у родителей значительно повышается самооценка, принятие себя и своего ребенка, снижается уровень стресса и тревожность.

Литература

1. *Кирике, В.* Клубника за окном. Ассоциативные карты для коммуникации и творчества / В. Кирике. – СПб. : Питер, 2010. – 242 с.
2. *Ларионова, С. О.* Содержание психологического консультирования как комплексной формы работы с семьей, воспитывающими детей с нарушениями развития / С. О. Ларионова // Специальное образование. – 2011. – № 1. – С. 84–92.