PSİXOLOQUN KONSULTATİV İŞİNDƏ METAFORİK KARTLARDAN İSTİFADƏ

Gülnarə Həsənova,
psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru, dosent
Bakı Slavyan Universiteti
E-mail: gulya_psy@mail.ru

Rəyçilər: *ped.ü.fəls doktoru, dos.* Z.M. Mehrəliyeva,
psixol.ü. fəls. dok. S.İ. Mansurova

Açar sözlər: *assosiasiya, vizualizasiya, diaqnostika, korreksiya, metafora, proyeksiya*
Ключевые слова: *ассоциация, визуализация, диагностика, коррекция, метафора, проекция*
Keywords: *assosiasiya, vizualizasiya, diaqnostika, korreksiya, metafora, proyeksiya*

Elmin sürətli inkişaf dövründə, müştəri ilə iş təcrübəsi zamanı tətbiq edilən müasir texnologiyalar və elm sahəsində əldə olunan nailiyyətlər imkan verir ki, fərdin şüursuzluğuna nüfuz edilsin, dərk edilməmiş şüuraltı insan davranışının subyektiv səbəbləri, fərdlərarası davranışı müəyyənləşdirilsin. Məhz, metaforik kartlar, qapalı, çətin uşaqlarla iş qurmağa, ünsiyyət yaratmağa imkan verən bir alət kimi çıxış edir.

1975-ci ildə assosiativ kartların yaranmasında Kanadalı incəsənətşünas Eli Ramanın xidməti son dərəcə əhəmiyyətlidir. Məhz onun xidməti sayəsində psixoloqların peşəkar işində bu kartlar geniş yayılmışdır. Məlumdur ki, bu cür iş proyektiv metodların əsas prinsiplərinə əsaslanır. Qeyd edək ki, assosiativ kartlara aid elmi ədəbiyyatda dəfələrlə vurğulanır ki, onlar iş metodunu təmsil etmirlər, yalnız müştəri ilə qarşılıqlı əlaqə vasitəsidirlər. Beləliklə, işin gedişatında, çərçivələrə salınmadan, prosedurlara uyğun seans təşkil edilir, bu sahədəki mütəxəssislərin strategiyaları, kartlarla işləmək texnikası, müştəriyə istənilən sualların verilməsi nəzərdə tutulur. Kartların unikallığı və assosiativ kartlardan istifadə üçün metodoloji əsasların müəyyənləşdirilməsi barədə danışarkən, geştalt psixologiyasının töhfəsini qeyd etməmək mümkün deyil, belə ki, proyektiv stimullar "fiqurlarla ilkin vəziyyətə qayıtma qabiliyyəti" bir çox təfsirləri nəzərdə tutan və öz qanunlarına (bütövlüyə, yaxınlıq, oxşarlıq, simmetriya, qanunauyğun davamı olan) riayət edilməsini nəzərdə tutur. Bu məsələni nəzərdən keçirərkən, ustanovka probleminin inkişafına yardım edən gürcü məktəbini qeyd etməmək olmaz.

D.N. Uznadze, öz əsərində [1], qeyd etmişdir ki, qavrayış yaradılmış ustanovkanın həyata keçirilməsinin məhsuludur, bu da proyeksiya mexanizmini özündə əks etdirir. V.Q. Norakidze [2] ustanovka və şəxsin keçmiş təcrübəsi arasında sıx əlaqə yaradır və həmçinin qeyd edir ki, realizə olmayan ustanovka, motivlər və ehtiyaclar, şəxsiyyət quruluşunun fərdi xüsusiyyətləri kimi özlərini büruzə verə bilər. Bu məsələ ilə bağlı əlbəttə ki, rus məktəbini, A.N. Leontyevin fəaliyyət nəzəriyyəsini [3], "fərdi məna" anlayışını, proyektiv yanaşma ilə sıx əlaqələndirilməni qeyd etməmək olmaz. Bu anlayışı qəbul edən E.T. Sokolova [4] daha irəli gedərək, vəziyyəti konkretləşdirən, qavrayış prosesinə gətirib çıxaran, iki növün olduğunu qeyd edir. Bu - fəaliyyət şəraitinin müxtəlif məna kəsb edən, fərqli məna (əlverişli və maneə törədən) daşıyan və sədd xarakteri daşıyan növləridir. İkincisi, yəni sədd xarakteri daşıyan, xüsusi maraq doğurur, belə ki, vəziyyətin tamamlanmasından fərqli olaraq, tamamlanmaması daha yaxşı yaddaşda qalmağa kömək edir. N.V Burravtsova [5], Katz [6], E. Morozovskaya [7], T. Uşakovanın [8] əsərlərində diaqnostik və korreksiya işinin təşkilində yardımçı ola bilən, metaforik kartların istifadəsi ilə bağlı dəyərli tapşırıqlar mövcuddur. N.V. Dmitriyeva öz əsərində qeyd edir ki, "onlar müştərinin ehtiyaclarının sürətli və keyfiyyətli bir şəkildə aydınlaşdırılmasına və məlumatlandırılmasına, onun bütöv "Mən"i haqqında mənzərənin yaranmasına, şəxsiyyətinin xüsusiyyətlərinə dünya və bu dünyada öz yeri haqqında təsəvvürlərə və müştərinin mövqeyindən vəziy-

yətin subyektivliyi haqqında məlumat əldə edirik" [9, 26].

Psixoloji zədələnmə texnikası ilə iş üzərində dayanaq. Əlbəttə ki, tədqiqat işimizdə biz uşaqlarda emosional pozuntuların, davranış problemlərinin, adaptasiyanın və s. mövcudluğunu müəyyənləşdirmək üçün diaqnostik prosedurların aparılmasını planlaşdırdıq, ancaq diaqnostik prosedurlar prosesində uşaq və onun valideynlərində zədələnmələrin kifayət qədər aydın təsvirini müşahidə etdik. Bu məqsədlə assosiativ metaforik kartlardan istifadə bizim üçün ən təsirli göründüyündən, davranış psixodiaqnostikasına əsaslanan alqoritm işində zədələnmə üzərində dayanmalı olduq. Bu, ilk növbədə A. Lazarus tərəfindən hazırlanmış BASICID texnikasıdır [10]. Bu konsepsiyanın multimodal psixoterapiyaya aid olmasına baxmayaraq, davranış psixodiaqnostikasının imkanlarını daha dərindən başa düşməyə imkan verir. Bu modelin assosiativ kartlarla birləşməsi, praktik psixologiya çərçivəsində həm uşaqlar, həm də valideynlərlə iş üçün, psixologiya və psixoterapiya sahəsinə müdaxilə etmədən qeyri-məhdud imkanlar yaratmışdır. Beləliklə, bu modelin (BASICID) MAK-in istifadəsi ilə bağlı işin tətbiqini nəzərə almaqla, xarakterizə edilməsinə cəhd edək.

- B - behavior (davranış) – davranışın hansı konkret sahələri davranışın zədələnməsinə səbəb olub (Sizə görə davranışınız necə olmalıdır ki, bu vəziyyətdən xilas olmalı, pisi yaxşı ilə əvəzləmək, adaptiv davranış);
- A - affekt (hiss) – MAK-a baxarkən, nə hiss edirsiniz, hansı təəssüratlar sizin zədələnməyinizə səbəb olub, gələcəkdə hansı hissləri yaşamaq istərdiniz;
- S - sensation (hiss etmək) – bizim bədən hisslərimiz: nə hiss edirsiniz, bu hisslərin ən çox lokallaşdığı yer; onlar nəyə bənzəyirlər;
- I - imagery (təsəvvür) – təsəvvür oyunları, hansı görüntülər zədələnmə prosesini aktivləşdirir;
- C - cognition (fikirlər) – başında özünə və ətraf aləmə aid hansı mülahizələr, düşüncələr yaranır və bunlar sizin davranışınıza necə təsir edirlər;
- I - (interpersonal relation ships) – cəmiyyətdəki təmaslar, dəstək qrupu varmı, əvvəllər çətinliklərin öhdəsindən necə gəlirdi, dəstək verməyə hazır insanlar varmı, kollektivdə və yaxın qohumları ilə münasibətdə hansı problemlər var və bu davranışına, əhvalına necə təsir edir;
- D - (druqsand biological factors) – dərmanlar, fiziki sağlamlıq səviyyəsi və onların davranışa təsiri.

Bu şəkillərin spesifikliyi hər bir insana xas olan - fantaziya, düşünmək və bəzi hallarda şəxsi problemləri, şəkildə göstərilən təsvirin üzərinə köçürməyə imkan verir. Assosiativ kartlarla işləyərkən, vəziyyətin tamamlanmaması və əvəzedici tədbirlərin baş verməsinə kömək edən hərəkətlər, bu da, öz növbəsində, gizli resursları aktivləşdirərək (resurs kartlarından istifadə), vəziyyətdən çıxış yolu tapmaq cəhdi ilə məhdudlaşırdı. Uşaqlarla işimizdə metaforik kartlardan istifadə etdik, burada Azərbaycan nağıllarının müxtəlif süjetlərinin ən parlaq təsvirlərini ifadə edilməsinə cəhd etdik. Məlum olduğu kimi, nağıllar sirr və möcüzələrlə dolu bir dünyadır, yaxşı pisə qalib gəlir və xoşbəxt sonluqla bitir. Uşaqlarla işləyərkən, metaforik kartların tətbiqi ilə bağlı ümumi prinsiplərdən istifadə edərək, məsləhət təcrübəsində yaradıcılıq xüsusiyyətinə malik olan tapşırıqlar verərək, onlara bir qədər əlavələr etməyə cəhd etdik. Nümunə üçün aşağıdakıları göstərək:

- Uşağa təklif olunur ki, istənilən kartlardan birini seçsin, vatman kağızının mərkəzinə kartı yerləşdirsin və sonra rəngli qələmlər, flomasterlə, uşağa şəkli "genişləndirməyə", naxışları, xətləri, mücərrəd rəsmin əyrilərini davam etdirməyə dəvət etdik. Rəsm prosesində uşaqlar bir-birinə effektli və təhlükəsiz yollar tapırlar, fərqli xasiyyətlərini vahid şəkildə harmonik olaraq, uyğunlaşdırırlar.
- "Nağıl" oyunu. Bu oyunda biz proyektiv kartlardan istifadə etdik. Oyuna başladıq, bir kart seçdik və uşaqlar nağılın davamını xəyala dalaraq, düşünməyə çalışırdılar (nağıl şən sonluqla bitməli idi).
- Pazl ilə işləmək. «Cırtdan» - Azərbaycan nağılının süjeti. Şəkli yığaraq, qəhrəmanları – cırtdan və divi xarakterizə etməli, sonra öz süjetini uydurmalı və nağılı davam etdirməlidirlər.

Metaforik kartlardan istifadə nəticəsində, aşağıdakı qənaətə gəldik: sərbəst atmosferdə oyun uşağın müqavimətini azaldır, daxili narahatlığını zəiflədir, şüurun senzura missiyası şüur-

altı səviyyədə münaqişələrin, xəsarətlərin, keçmiş və indiki arasındakı assosiativ sıra yaradılmasını, oxşar hallar arasında, vizual əməliyyat vasitəsilə həyata keçirilən keçmişdəki və indiki uğursuzluqlarının aşkar edilməsi imkanını verir. Bu texnika sayəsində özünümüalicə mexanizmi işə düşür.

Problemin aktuallığı: Psixoloqun işində metaforik kartlardan istifadə.

Problemin yeniliyi: Travmaları müəyyənləşdirmək və emosional gərginliyi aradan qaldırmaq məqsədi ilə Azərbaycan nağıllarına əsaslanan metaforik kartlardan istifadə.

Problemin praktik əhəmiyyəti. Psixoloqun işində uşaqların psixi sağlamlığına təsir göstərən səmərəli vasitələrdən istifadə etmənin əhəmiyyəti.

ƏDƏBİYYAT

1. Узнадзе Д.Н. Экспериментальные основы психологии установки. Тбилиси: Мецниереба, 1961.
2. Норакидзе В.Г. Типы характера и фиксированная установка. Тбилиси: Мецниереба, 1966.
3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975.
4. Соколова Е.Т. Проективные методы исследования личности. М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1980.
5. Буравцова Н.В. Использование ассоциативных карт в работе с детьми и подростками. М., 2017.
6. Кац Г., Мухаматулина Е. Метафорические карты: руководство для психолога. М.: Генезис, 2014.
7. Морозовская Е. Проективные карты в работе психолога. Одесса: Институт Проективных Карт, 2013.
8. Ушакова Т. Метафорические карты «Роботы». Работа с детьми, подростками и родителями. М.: Генезис, 2016.
9. Дмитриева Н.В., Буравцева Н.В. Ассоциативные карты в работе с трудным случаем. СПб.: «ГАЛАРТ+», 2016.
10. Лазарус А. Краткосрочная мультимодальная психотерапия. СПб.: Речь, 2001.

Г. Гасанова

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТ В КОНСУЛЬТАТИВНОЙ РАБОТЕ ПСИХОЛОГА

РЕЗЮМЕ

В данной статье нами была предпринята попытка рассмотреть особенности применения в работе психолога метафорических карт, которые являются эффективным средством, как диагностики, так и коррекции имеющихся у людей психологических травм. Нами были разработаны и применены на практике в работе с детьми и их родителями метафорические ассоциативные карты, в которых были использованы сюжеты из азербайджанских сказок. Работа, проведенная с детьми, свидетельствовала о большой информативности полученного материала, который был направлен не только на уяснение и осознание актуальных переживаний и потребностей детей и взрослых, но и способствовал освобождению из подсознания конфликтов, что осуществлялось благодаря визуализации, работы зрительных образов.

G. Hasanova

THE USE OF METAPHORICAL MAPS IN THE COUNSELING WORK OF A PSYCHOLOGIST

SUMMARY

In this article we attempted to consider the peculiarities of the use in the work of a psychologist of metaphorical maps, which are an effective tool for both diagnosis and correction of the psychological traumas that people have. We have developed and applied in practice in the work with children and their parents metaphorical associative maps in which stories from Azerbaijani fairy tales were used. The work carried out with the children testified to the great informativeness of the material received, which was aimed not only at understanding and realizing the actual experiences and needs of children and adults, but also facilitated the liberation from the subconscious of conflicts, which was realized thanks to visualization, the work of visual images.

Redaksiyaya daxil olub: 19.01.2018