

# ВОПРОСЫ ДЛЯ РАБОТЫ С МАК

Метафорические Ассоциативные Карты (МАК) – это психологические карты, у которых нет интерпретаций и закрепленных значений. Каждый человек наполняет карту своим личным смыслом. Важен душевный отклик на то или иное изображение.

Топ вопросов, которые помогают "распаковать" карту:

## ОПИСАНИЕ

Что вы видите на карте? Расскажите.

## ДЕЙСТВИЯ

Что там происходит, какое действие?

## АССОЦИАЦИИ

С чем ассоциируется изображение?

## ЧУВСТВА И ЭМОЦИИ

Что вы чувствуете, когда смотрите на карту?

## ТЕЛО

Как ваше тело откликается на данную карту?

## МЫСЛИ

О чем вы думаете, глядя на карту?

## ПОСЛАНИЕ

Если бы эта карта могла говорить, что бы она вам сказала?

## ЛИЧНЫЙ СМЫСЛ

О чём эта карта для вас?



АЛИНА КАЛАКУЦКАЯ

ПСИХОЛОГ, АРТ-ТЕРАПЕВТ,  
ОБУЧАЮЩИЙ ТРЕНЕР ПО АРТ-ТЕРАПИИ



[www.alinakalakutskaya.ru](http://www.alinakalakutskaya.ru)



[@alina\\_psiholog\\_art\\_terapevt](https://www.instagram.com/alina_psiholog_art_terapevt)



[vk.com/psychologist\\_arttherapist](https://vk.com/psychologist_arttherapist)



[facebook.com/alinakalakutskaya](https://facebook.com/alinakalakutskaya)