

The background of the cover is black. On the left side, there are several vertical, slightly curved lines in a rainbow color palette: purple, blue, light blue, green, yellow, orange, and red. These lines curve towards the right. On the right side, there are several concentric, semi-circular arcs in the same rainbow color palette, also curving from the top towards the bottom. The text is positioned in the upper right and center-right areas.

Федоров Сергей

Использование
МАК
в трансформационных
играх

Сергей Федоров

Использование МАК

в трансформационных играх

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63177937
ISBN 9785005178305

Аннотация

В данном методическом пособии автор делится своим обширным опытом и показывает как правильно, легко, эффективно и экологично использовать метафорические карты при проведении трансформационных психологических игр. Пособие будет интересно не только ведущим трансформационных игр и специалистам, работающим с таким инструментом как МАК, но также коучам, проводящим индивидуальные и групповые занятия, бизнес-тренерам и арт-терапевтам, желающим усилить и разнообразить свою практику.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	6
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАК ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИГРЫ	14
Техника «Знакомство»	16
Техника «Знакомство с игрой»	19
Техника «Определение запроса»	22
Техника «Определение запроса с помощью колеса баланса»	26
Техника «Сопоставление»	29
Техника «Уточнение запроса»	31
Техника-игра «Мистер Х»	34
Техника-игра «Отрицание + Дополнение»	37
Конец ознакомительного фрагмента.	39

Использование МАК в трансформационных играх

Сергей Федоров

Дизайнер обложки Елена Осина

© Сергей Федоров, 2020

© Елена Осина, дизайн обложки, 2020

ISBN 978-5-0051-7830-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero
«Использование МАК в трансформационных играх» —
уникальная книга, с помощью которой вы узнаете как легко
и эффективно использовать метафорические ассоциативные
карты в «своих играх».

Из данной книги вы узнаете:

- Как использовать МАКи в формате знакомства участников между собой и знакомства ведущего игроков со своей игрой.
- Как эффективно использовать метафорические карты

для прояснения, уточнения, определения актуального запроса на игру.

- Варианты работы в формате «маковый тимбилдинг»
- Как использовать данный инструмент для поиска (идентификации, определения) необходимых ресурсов.
- Что делать, когда игра не запускает игрока в игру и как нам в этом могут помочь метафорические картинки.
- Фишки и нюансы проведения медитаций с помощью МАК.
- О различных играх, направленных на улучшение навыков «самопрезентации» и коммуникации.
- Как получить необходимые подсказки (напутствия, советы) для эффективной игры.

И многое другое.

Все права защищены. Любое воспроизведение материала книги возможно только по письменному согласию правообладателя и с указанием авторства.

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время все больше и больше людей «обращаются» к трансформационным психологическим играм.

ЧТО ТАКОЕ ТРАНСФОРМАЦИОННАЯ ИГРА?

Информация с сайта: <https://psychosfera.kz/o-transformatsionnyh-igrah/>

Это категория групповых настольных Игр, ориентированных на работу с личными запросами участников, и направленная на нахождение оптимальных решений и преодоление личностных кризисов и сложных ситуаций, и также на достижение персональных целей участников.

Результат в Игре достигается через более глубокую проработку и осознание участниками причин своей текущей ситуации, мотивов и сценариев своего поведения, личных психологических установок и убеждений и их корректировок.

В процессе самой Игры вы начинаете знакомиться с тем собой, которого вы чаще всего не замечали, с теми своими гранями и уникальными способностями, которые вам дарованы от рождения, но вы так и не начали ими пользоваться в полной мере. В процессе Игры происходит это погружение в себя настоящего и как бы «распаковка» спящих ваших внутренних ресурсов.

Вы можете задать резонный вопрос: «а как же литература, кинематограф, театр и всякие там кружки самодеятельности в том числе? Это же все инструменты самопознания! Да и, вообще, вся жизнь – инструмент самопознания!»

Трансформационная Игра – зеркало вашей жизни. В Игре все, как в жизни.

В этом то и есть особенность трансформационных Игр – они показывают вам, как в зеркале, именно ВАШУ (а не персонажа из литературы или кинематографа) УНИКАЛЬНУЮ ЖИЗНЬ.

Игра дает возможность честно увидеть свои привычные маршруты с высоты птичьего полета. Понять, какие привычки мешают вам или помогают в жизни, принять решение и тут же в Игре его опробовать, понять: эти изменения Вам помогают или не помогают, и какие могут быть еще варианты – это, во-первых.

Большим плюсом я считаю возможность увидеть свои стратегии, потому что как бы вы ни хотели, вы будете использовать в Игре только те стратегии, которые используете в жизни.

Во-вторых, трансформационная Игра дает массу информации на тот ваш личный вопрос, решение которого вам не дает покоя. Информация приходит совершенно удивительным образом, как говорится, прямо «в яблочко». Приходят ответы на вопрос: «Какие внутренние препятствия, ограничения или «слепые зоны», мешают вам быть эф-

фективным, структурированным, мотивированным, целенаправленным и так далее.

Ответы внутри, а не снаружи. Никто, кроме вас, не даст вам правильного ответа, просто потому, что его не существует.

Отдельно хотелось бы отметить феноменологический подход к Игре. А именно то, что в ходе Игры мы можем наблюдать явления, которые сложно объяснить научной точкой зрения, но которые, тем не менее, практически работают. Это относится, например, к слепому выбору участником символических карточек, которые впоследствии очень точно отражают его реальную ситуацию, перемещение в определенные области игрового поля в соответствии с запросом участников, к работе группового поля и многое другое.

В-третьих, что важно, в процессе прохождения Трансформационной Игры вам оказывают профессиональную психологическую поддержку. Обстановка уюта и доверия. Здесь вы можете себе позволить быть самим собой.

Особенно из-за нашей привычки погружаться в каждодневную суету, Трансформационная Игра – это уникальная возможность, никуда не спеша и не отвлекаясь на «срочные дела» осознать глубину важных вопросов и ответов про себя, про свою жизнь и свои цели. Осознание глубины тех уникальных особенностей себя и своей жизни, что сразу вам распахивает двери в жизни.

В-четвертых, так как это Игра – вы можете в легком иг-

ровом формате разобраться со своими внутренними ограничениями, встретиться со своими сомнениями и тревогами. Легче их встретить и проработать в игровой обстановке, чем в виде жестких граблей жизни. Это возможность в мягкой игровой форме увидеть границы своей системы, найти ограничивающие убеждения, то, что реально вас тормозит. Один из самых ценных опытов – это право на ошибку.

В Игре вы меняете фокус с проблемы на решение, с препятствия на цель. Любая Игра моделирует различные жизненные ситуации, ставит вопросы, с которыми вы сталкиваетесь в реальной жизни.

Игра, словно, создает лабораторные условия, где можно «протестить» изменения, прежде чем реализовывать их в жизни, этакий испытательный полигон, креативная платформа, где происходит масса откровений и озарений.

Если в реальной жизни ценой вашего решения могут быть годы, потерянные впустую, то в Игре вы можете смоделировать эту ситуацию и «прожить» сразу 5—10 лет. И уже тогда принять решение, а нравится ли вам такой путь.

Про Игры я могу говорить бесконечно, методы игротехники, с моей точки зрения, одни из самых простых и эффективных.

По поводу результатов. Каждый получит ровно то, зачем он пришел на Игру. Унесет ровно столько, сколько сможет взять. Это не тренинг, не тренировка навыков... Мастер обычно только показывает, куда можно идти... или нет – ре-

шать только вам.

Применять полученный опыт в своей привычной жизни, реализовывать трансформацию или продолжать не верить себе обновленному – ваш выбор и ваше право. Но мой вам совет – изменения происходят с теми, кто познает себя и действует.

Ваши решения. Ваша ответственность. Ваша Игра. Ваша жизнь.

Одни приходят на игры из праздного любопытства, другие с настроением хорошо провести время, третьи желают поделиться своими мыслями и переживаниями, четвертые реально хотят найти ответы на свои вопросы, достичь поставленной цели, реализовать задуманное и улучшить качество жизни, пятые, шестые, седьмые и т. д. руководствуются своими принципами. Как бы то ни было равнодушных нет.

Специалисты, имеющие опыт работы с метафорическими ассоциативными картами давно и успешно используют данный инструмент при проведении трансформационных игр.

ЧТО ТАКОЕ МЕТАФОРИЧЕСКИЕ КАРТЫ?

Вот что пишет в своей книге «50 техник с МАК» Татьяна Лемешко:

Метафорические ассоциативные картинки – это

проективный метод работы в психологической и коучинговой практике, который помогает быстро, мягко, максимально эффективно и, что не менее важно, экологично

заглянуть в подсознание и найти там необходимые ответы.

Все мы знаем, что наше подсознание общается с нами только

на языке образов, символов, метафор. Из этого следует, что

для того, чтобы найти ответы с помощью МАК, там, в глубине

нашего подсознания, очень эффективно их искать через проекцию своих жизненных ситуаций на образы, изображенные на картинках.

МАК – это набор картинок, на которых могут быть изображены люди, портреты, ситуации, абстрактные линии,

сюжеты, взаимодействия между людьми.

Также на картинках могут быть надписи со словами или фразами.

Бывает и так, что картинка может быть совершенно пустой.

Так как же использовать метафорические ассоциативные карты в трансформационных психологических играх?

Вариантов великое множество, все зависит от специфики, механики и направленности игры, которую вы проводите.

В данном методическом пособии я делюсь своим личным опытом и показываю, как я сам использую «МАКи» в Т-играх.

У кого-то может возникнуть резонный вопрос: «А кто я такой, чтобы делиться опытом?»

С радостью отвечаю – меня зовут Сергей Федоров, я – кармолог, нумеролог, таролог, арт-терапевт, мотивационный тренер, коуч, специалист в сфере финансов и отношений.

Помимо всех остальных моих навыков, талантов и регалий, я автор и профессиональный ведущий трансформационных психологических игр.

Мною были созданы игры «Финансовый Магнит. Маленькое путешествие к БОЛЬШИМ ДЕНЬГАМ», «Магия Любви», «Xperience», «Император», «Healthy Way», «Сцена».

Также я являюсь международным экспертом по метафорическим картам.

Моему авторству принадлежат метафорические ассоциативные карты «Иллюзия», «Архетипия», «Zoomfiki», колоды «Азбука Жестов» и «Денежная Азбука Жестов».

Плюс ко всему мною были написаны три книги с техниками работы с метафорическими ассоциативными картами – «Успешный сМАК», «Копилка МАК» и «Я♥МАК».

Теперь я думаю, вы убеждены, что определенный опыт в сфере трансформационных игр и метафорических карт

у меня имеется.

С помощью данного методического пособия вы узнаете:

- Как использовать метафорические карты перед игрой.
- Как использовать МАКи в начале игры
- Как работать с МАКаами в игровом процессе.
- Техники и нюансы работы с метафорическими картами

в конце игры.

- Как использовать МАКи после игры.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАК ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИГРЫ

Метафорические карты можно использовать перед игрой.

В данном случае карты используются для:

- Знакомства (представления себя) ведущего с участниками.
 - Знакомства игроков друг с другом.
 - Прояснения (уточнения, определения) запроса.
 - «Сплочения команды»
 - Настройки на позитивную, эффективную, плодотворную работу.
 - Снятия напряжения.
 - «Подстройки» ведущего под участников.
 - Подготовки участников непосредственно к игровому процессу.
 - Получения ресурсов, подсказок, напутствий.
- И многого другого.

Довольно часто на трансформационные игры приходят люди не знакомые друг с другом.

Человек, который ранее не принимал участие в трансформационных играх может испытывать некий дискомфорт, оказавшись в непривычной для него обстановке в компании

«других людей».

Чтобы помочь игроку адаптироваться к обстановке и познакомиться с другими участниками игры используйте следующую технику.

Примечание: В своей практике я достаточно часто встречаю людей, которые приходят на трансформационные игры, не особо понимая, что будет происходить, как себя необходимо правильно вести и что вообще от них требуется.

Техника «Знакомство»

Цель: Данная техника позволяет игрокам лучше узнать друг друга. Настраивает на позитивный лад. Улучшает навыки самопрезентации. Помогает игроку адаптироваться к «игровой обстановке». Позволяет раскрепоститься и чувствовать себя свободнее и увереннее.

Рекомендуемые материалы: Портретная либо архетипическая колода МАК.

Перед приходом игроков подготовьте колоды, которые на ваш взгляд соответствуют тематике игры и могут быть использованы для «презентации» игроков.

Я советую использовать портретные либо архетипические колоды, но вы можете использовать и другие типы колод на свое усмотрение.

Если в колоде присутствуют на ваш взгляд «негативные образы» их необходимо заранее убрать из колоды!

Алгоритм работы:

1— Предложите игрокам в открытую из представленных колод выбрать одну карту, которая, по их мнению, максимально соответствует им самим.

2 – После того как каждый игрок определился с картой, объясните участникам, что с помощью выбранной карты им необходимо будет рассказать о себе – представить себя другим участникам игры.

3 – Предложите одному из игроков начать «представление себя».

Чаще всего знакомство начинается с игрока, который сидит слева от ведущего игры.

СОВЕТ: Представление не должно быть слишком длинным. Достаточно 5—6 предложений на каждого участника.

Желательно ведущему этот момент оговорить заранее, чтобы не нужно было прерывать участника, увлекшегося рассказами о себе любимом!

4 – Знакомство может выглядеть следующим образом:

Добрый день! Меня зовут Светлана. Я добрая, общительная, веселая девушка. Я интересуюсь психологией, занимаюсь саморазвитием и самопознанием. Вот сегодня пришла на игру «Название игры», чтобы поближе познакомиться...

Спасибо!

5 – После того как первый игрок «представил себя», ход переходит ко второму участнику и так далее до того момента, пока все участники не познакомятся.

Чаще всего вслед за первым игроком «свое представление» начинает игрок, сидящий слева от него и далее по часовой стрелке, но вы можете самостоятельно определить очередность «выступлений», либо отталкиваться от готовности участников.

6 – После представления всех участников поблагодарите их за то, что такие интересные и позитивные люди пришли

к вам на игру.

P.S: Перед тем, как свое представление начнут участники игры, ведущий «может задать тон» и с помощью выбранной им карты рассказать о себе – кто он/а, чем занимается, как давно проводит игры, как оказался в данной профессии, какие изменения и улучшения посредством игр произошли в его жизни и тому подобное.

По такой же аналогии ведущий с помощью карт может рассказать об игре, которую он будет проводить

Техника «Знакомство с игрой»

Цель: Презентация игры.

Рекомендуемые материалы: Любая колода метафорических карт, подходящая под тематику игры и задачи ведущего.

Алгоритм работы:

1 – Подберите 5—10 карт, с помощью которых вы сможете наилучшим образом презентовать «свою игру».

Вы можете заранее подготовить «шаблон текста» и уже под него подобрать подходящие карты. Данную заготовку вы можете использовать каждый раз или перед каждой игрой выбирать новые карты и рассказывать об игре с помощью них.

2 – С помощью карт презентуйте свою игру.

Вы можете рассказать о том, как игра появилась у вас, рассказать о преимуществах и плюсах данной игры, поделиться тем, какие результаты вы сами получили от игры и какие результаты могут получить игроки, познакомить участников с механикой и структурой игры и многое другое.

Как и в случае знакомства игроков не стоит слишком много рассказывать об игре – расскажите «основное».

Ваша презентация – это своеобразная реклама вашего продукта – основная задача заинтересовать игроков и подготовить их к игровому процессу.

СОВЕТ: 2—3 минут презентации будет достаточно!

Делитесь своим личным опытом, говорите о своих результатах, приводите примеры игроков, которые с помощью игры смогли улучшить качество своей жизни и т. п.

В некоторых случаях презентация игры может занимать и большее время, но в любом случае это не должно превышать 10 минут, в противном случае игроки могут заскучать и «отключиться от процесса».

3 – На последней карте подведите своеобразный итог вашего

повествования.

Резюмируйте свою историю.

4 – После того как вы рассказали об игре, пожелайте игрокам

удачи и приступайте к игровому процессу.

В своей практике я сталкиваюсь с тем, что на игру приходят игроки, у которых либо нет четкого запроса, либо он составлен неправильно (некорректно), либо запросов так много, что игроку сложно определиться с тем, что же для него является самым важным и актуальным на данный момент.

В данном случае нам также могут помочь метафорические ассоциативные карты.

Вы можете их использовать для определения, разъяснения, уточнения и поиска запроса.

Давайте рассмотрим несколько вариантов работы.

Техника «Определение запроса»

Описание: Данная техника используется в том случае, если на игру пришел человек, у которого нет запроса, либо запросов так много, что ему сложно определиться с тем, что же для него является наиболее важным и значимым на данный момент.

Здесь мы не берем в расчет вариант «игра в зеркало».

При варианте «игра в зеркало» игрок заходит в игру без четкого запроса и смотрит, на что укажет игра (к чему она его/ее подводит), анализирует подсказки, которые она дает и в итоге сам для себя определяет какая сфера (направление, запрос, цель) разбирается в игровом процессе.

Данный формат идеально подходит для «универсальных игр» – тех, в которых можно играть с различными типами запросов – отношения, деньги, карьера, предназначение и т. п.

Если вы используете «специализированную игру» – направленную на решение определенных задач – денежные игры, игры про отношения, игры, работающие с родом и тому подобное, данный формат предполагает, что у игрока заранее уже есть какой-то запрос (направление, определенная задача) с которым он пришел на игру. В таком случае вы можете для уточнения (корректировки) запроса использовать технику «Уточнение запроса».

Цель: Помочь игроку найти (осознать) волнующий (ак-

туальный) для него запрос на игру.

Рекомендуемые материалы: Любая колода метафорических карт, подходящая под тематику игры и задачи ведущего.

Вы можете использовать любые типы колод, но мой личный опыт подсказывает, что в данном формате не желательно использовать «абстрактные», либо очень сложные для восприятия колоды. Данные колоды могут еще больше запутать игрока, и ему сложно будет определиться с запросом.

Используйте красочные, позитивные образы и изображения.

Алгоритм работы:

1 – Предложите игроку, у которого нет запроса, мысленно задать вопрос: «Что для меня является самым важным на данный момент?»

С каким запросом мне важно зайти в игру?

Какая сфера моей жизни нуждается в улучшении?

И т. п.

Вопрос можно задавать и вслух.

2 – Держа в голове вопрос (сфокусировавшись на нем) игроку необходимо в закрытую выбрать одну карту из колоды.

Вы можете использовать от 1 до 3 карт в зависимости от клиента. Кому-то достаточно всего одной карты для того чтобы идентифицировать (определить) запрос, другим же может потребоваться большее количество карт.

Научитесь находить правильный подход к каждому, кто приходит на ваши игры!

3 – С помощью карты попросите игрока ответить на вопросы:

«Что вы видите на карте?»

«Какие мысли и идеи приходят вам в голову глядя на изображение?»

«Как данная карта относится к вам и вашей жизни?»

«Содержится ли в карте прямой ответ на ваш вопрос?»

Если ответ «Да», объясните, что именно в карте указывает на это?

«К какой на ваш взгляд сфере жизни более всего соответствует данная карта – отношения, здоровье, деньги, карьера, саморазвитие, семья, предназначение?»

В зависимости от направленности игры, задач и клиента вы можете, как убирать лишние сферы жизни, так и добавлять!

«Получили ли вы ответ на свой вопрос?»

Ведущий может дополнить список своими вопросами.

4 – Если игрок получил ответ на свой вопрос – отлично. Если же он ответа не получил, вы можете предложить ему вслепую выбрать из колоды дополнительные карты.

5 – Техника продолжается до того момента, пока игрок не «осознает» запрос на игру.

6 – После того как игрок «нашел актуальный для него запрос», поблагодарите его за выполнение техники и присту-

пайте к игровому процессу.

Вы можете проводить работу поочередно с каждым игроком, у которого сложности с запросом или сразу выполнять технику со всеми игроками без запроса!

Техника «Определение запроса с помощью колеса баланса»

Цель: Помочь игроку найти (осознать) волнующий (актуальный) для него запрос на игру.

Рекомендуемые материалы: Любая колода метафорических карт, подходящая под тематику игры и задачи ведущего.

Алгоритм работы:

1 – Предложите игроку, у которого нет запроса, взять лист бумаги и нарисовать на нем круг.

2 – Далее нарисованный круг необходимо разбить (поделить) на 6 секций.

Каждая секция – это одна сфера жизни человека.

Затем подписываем каждую секцию:

1 – Здоровье.

2 – Деньги.

3 – Карьера и бизнес

4 – Отношения с окружающими.

5 – Любовь. Семья. Дети.

6 – Личностный рост.

Игрок может использовать как меньшее, так и большее число секций для определения «своего запроса».

Вы можете добавить такие секции как – «Духовность», «Хобби и развлечения», «Предназначение», «Повседневные

дела», «Самореализация», «Самооценка», «Любовь к себе» и тому подобное.

В некоторых случаях достаточно и четырех сфер – «Здоровье», «Деньги», «Отношения», «Саморазвитие – предназначение».

Шаблон колеса баланса ведущий может подготовить заранее и выдать игроку (участникам) готовый вариант.

3 – После того как игрок нарисовал «колесо баланса», ему необходимо вслепую (в закрытую) выбрать по одной карте для каждой сферы.

Выбранные карты игрок, располагает в заданных секциях рубашками вверх.

К примеру, первую карту участник кладет в сектор «здоровье», вторую в сектор «деньги» и так далее.

4 – Предложите игроку «перевернуть» выбранные карты.

5 – Глядя на изображения (картинки, образы) игроку необходимо определить 3 наиболее привлекательные на его взгляд.

К примеру, это могут быть карты, лежащие в секторе 1, 2 и 6.

6 – Выбранные карты оставьте в секторах, остальные можете убрать обратно в колоду.

7 – Предложите оставшиеся три карты оценить по 10-балльной шкале.

«Критерии оценки» игрок определяет самостоятельно. Также можно предложить игроку оценить карты

по принципу – 1 место, 2 место, 3 место.

Игрок может руководствоваться принципом «самая привлекательная», «менее привлекательная» и «самая непривлекательная из трех».

Игрок также может отталкиваться от того, какая карта «отзывается» у него более остальных и т. п.

P.S: В случае, если участнику сложно определиться, вы можете предложить ему перевернуть карты, перемешать их и выбрать таким вслепую одну из трех карт!

8 – Посмотрите, какому сектору соответствует карта с самым высоким баллом (занявшая первое место, выбранная вслепую).

9 – Поинтересуйтесь у игрока, хотел бы он поработать с той сферой, которой соответствует данная карта?

Если игрок согласен с выбором – отлично.

Если игрок сомневается, либо высказывает несогласие, спросите, с каким в таком случае сектором из трех определенных он хотел бы поработать в игре и почему.

10 – Определившись со сферой, предложите игроку сформулировать запрос и можете приступить к игровому процессу.

Дополнительно для определения (идентификации) запроса вы можете использовать следующую технику.

Техника «Сопоставление»

Цель: Поиск важного (значимого, актуального) запроса на игру.

Рекомендуемые материалы: Портретная либо архетипическая колода.

Алгоритм работы:

1 – В открытую найдите в колоде образ, который напоминает вам себя.

2 – «Всмотритесь в карту» – постарайтесь запечатлеть все тонкости и детали образов. Отпечатайте в сознании всю картинку целиком.

3 – Примите удобное положение, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов.

4 – Закройте глаза, успокойте ум, расслабьтесь.

5 – Представьте, как вы «растворяетесь в карте» – сливаетесь воедино. Вы и карта не два отдельных образа, а одно целое.

6 – Сфокусируйтесь на своих ощущениях. Постарайтесь понять (прочувствовать) о чем думает, что ощущает, о чем мечтает, чего хочет, к чему стремиться данный образ. Что для данного образа на данный момент является самым актуальным. Что для него важно, а что второстепенно? С каким вопросом/и хотел бы он разобраться. Какие цели он/а хотел/а бы достичь и т. п.

7 – Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов.

8 – Откройте глаза и запишите на бумаге все, что смогли понять и прочувствовать.

9 – Ответьте на вопрос:

«Удалось ли вам с помощью выбранного образа найти (определить) запрос с которым вы хотели бы войти в игру»

10 – Если актуальный запрос на игру определен – отлично.

Если игрок все еще сомневается и не может окончательно определиться с тем, что для него является актуальным на данный момент, предложите ему задать образу дополнительные вопросы для прояснения.

Также довольно часто на игру приходят люди, у которых уже есть готовый запрос, но они либо сомневаются в его актуальности, либо хотели бы его «перепроверить».

В таком случае я предлагаю таким игрокам выполнить следующую технику.

Техника «Уточнение запроса»

Цель: Понять, актуален ли запрос для игрока, предполагаемый запрос. Научиться правильно, формулировать запрос на игру. Убрать все ненужное и оставить самое важное.

Рекомендуемые материалы: Любая колода метафорических карт, подходящая под тематику игры и задачи ведущего.

Алгоритм работы:

1 – Предложите игроку, желающему уточнить (сверить) свой запрос вслепую выбрать из колоды одну карту.

2 – Сфокусировавшись на изображении игроку необходимо ответить на вопросы:

«Что вы видите на карте?»

«Какие мысли и идеи приходят вам в голову глядя на изображение?»

«Согласуется ли данная карта с вашим изначальным запросом?»

Если игрок говорит «Да», попросите его дать развернутый ответ, почему он так считает и сказать, что именно в карте подтверждает его запрос.

В случае если игрок отвечает «Нет», посоветуйте ему подумать, с чем это может быть связано. Как бы он расшифровал «это послание»? О чем это заставляет его задуматься?

«Отталкиваясь от изображения, хотел бы игрок что-то изменить в своем запросе (как-то его скорректировать, видоизменить)?»

3 – Спросите игрока, получил ли он необходимый ответ.

Если игрок соглашается – хорошо.

Если игрок считает, что ответа все еще нет, предложите ему выбрать дополнительно вслепую еще две карты.

С дополнительными картами игроку также необходимо ответить на приведенные выше вопросы.

Если игрок работает с тремя картами, вы можете предложить ему рассматривать их не по отдельности, а вместе, составив общую картину (историю, послание) из трех карт.

В таком случае на вопросы игрок может отвечать исходя из «общего послания карт»

4 – Поблагодарите игрока за проделанную технику.

Для разъяснения, определения и уточнения вы можете использовать собственные наработки, добавлять вопросы в техники, трансформировать (адаптировать) их под себя (свои цели и задачи)!

Метафорические карты очень хорошо работают в формате «командообразования», сплочения коллектива и объединения участников.

В данном ключе отличные результаты дают игры с использованием метафорических ассоциативных карт.

Я называю такой формат взаимодействия – «маковый тимбилдинг».

Игры с использованием МАК – помогают игрокам расслабиться, снимают напряжение, знакомят ближе с другими игроками и помогают настроиться на полноценную, эффективную игру.

Если вы считаете необходимым, перед началом игры вы можете предложить участникам выполнить одну из следующих техник.

Техника-игра «Мистер Х»

Описание: В данном формате все описание должно касаться главного героя (выбранного персонажа).

Не допускается «переключение», переход истории на друзей, коллег, близких, детей и тому подобное.

Цель: Командообразование. Улучшение навыков взаимодействия. Развитие навыков составления «цельной», связной истории.

Рекомендуемые материалы: Портретная либо архетипическая колода МАК.

Задача: Игроки совместно создают интересную историю о выбранном персонаже.

Алгоритм работы:

1 – Выберите одну карту из колоды.

Ведущий может выбрать карту самостоятельно или предложить это сделать одному из игроков.

Карты можно выбрать как в открытую, так и вслепую.

2 – Определите игрока, который «начнет игру».

Чаще всего игру начинает игрок, сидящий слева от ведущего, и далее игра идёт по часовой стрелке. После того как первый игрок «сделал ход» – начал рассказ о персонаже ход переходит к игроку, сидящему слева от него и так далее.

В зависимости от количества игроков и времени, которое вы хотите уделить игре, определите количество «игровых

кругов»

Один круг игры – это цикл от первого игрока до последнего.

После того как все игроки «высказались» можно либо завершить игру, либо продолжить начав второй круг.

Количество кругов может определить ведущий либо все игроки сообща.

3 – Игроки составляют рассказ поочередно. Начинает первый,

затем ход переходит ко второму игроку и так далее.

Описания в одно-два предложения достаточно.

4 – Игра может выглядеть следующим образом:

Первый игрок глядя на карту говорит: Это мужчина. Его зовут Олег.

Передает карту второму игроку.

Продолжает второй игрок: Олег очень общительный и дружелюбный.

Передает карту третьему игроку.

Третий игрок: Ему 47 лет, у него есть жена и дети.

Четвертый игрок: Его дочке 22 года, а сыну 17.

Пятый: Олег работает IT-шником в крупной компании.

Шестой: Он увлекается резкой по дереву и компьютерными играми.

Седьмой: Он даже выиграл несколько соревнований в Москве по WarCraft.

И так далее.

5 – После того как игра завершена поблагодарите участников.

Техника-игра «Отрицание + Дополнение»

Описание: В отличие от предыдущей техники задача данной игры заключается в том, чтобы опровергнуть заявление предыдущего игрока и добавить что-то новое.

Цель: Развитие навыков коммуникации. Сплочение коллектива.

Задача: Поставить игрока, следующего за тобой в тупик.
Тот, кто долго не может придумать продолжение истории, выбывает из игры.

Время на ответ может установить ведущий, либо определить совместными усилиями.

Рекомендуемые материалы: Портретная либо архетипическая колода МАК.

Алгоритм работы:

1 – Повторите пункты 1, 2, 3 из предыдущей техники.

2 – Возможный вариант истории в данном формате:

Рассмотрим на примере приведенной выше истории об Олеге.

Первый игрок глядя на карту говорит: Это мужчина. Его зовут Олег.

В данном формате игроки могут также передавать карту по кругу, либо вначале игры положить ее в центр.

Бывает и так, что карта нужна только для начала ис-

тории первому игроку, далее участники уже отталкиваются не от самой карты, а от истории (описания) предыдущего игрока.

Первый игрок глядя на карту говорит: Это мужчина. Его зовут Олег.

Второй участник: Нет, это не мужчина, а женщина, которая сделала операцию по смене пола и раньше ее звали Светлана (отрицание, опровержение). Светлана-Олег общительный и дружелюбный (дополнение).

Третий игрок продолжая: На самом деле он замкнутый и ему достаточно сложно сходится с людьми (опровержение, отрицание). Ему (в прошлом ей) 47 лет (дополнение).

Четвертый: В действительности данному персонажу не 47, а 64 года (опровержение, отрицание). У него двое детей и один внук (дополнение).

Пятый включаясь: Детей у него не двое, а шестеро, а внуков трое (отрицание, опровержение). Работает он в IT компании (дополнение).

И так далее.

3 – В конце игры поблагодарите участников.

P.S: Вы можете проводить данную игру определенное время (определенное количество кругов), играть на выбывание до того момента пока не останется один игрок, либо самостоятельно придумать другие правила и задачу на игру.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.