



ОНЛАЙН-КУРС «МАК-КОНСУЛЬТАЦИИ ОТ А ДО Я»

Метафорические ассоциативные карты (МАК) - это проективная методика, которая широко применяется профессионалами во всем мире.

Более того – тысячи людей научились применять МАК для того, чтобы получать ответы и решения в своей повседневной жизни.

МАК – уникальный инструмент, который можно применять для диагностики скрытых причин проблемы, в консультировании, в коучинге, в педагогике.

Благодаря точной эффективной диагностике Вы существенно сократите время на решение проблемы, быстрее получите ожидаемый результат.

МАК подходят для работы с детьми и взрослыми, в индивидуальном консультировании и в работе с группами.

Профессиональное изучение работы с МАК переведет Вас на новый уровень эффективности. При помощи четкого алгоритма работы и структуры вопросов Вы научитесь раскрывать метафору клиента и глубоко понимать причины проблем и активировать внутренние ресурсы.

Структура работы с метафорой пригодится Вам и при работе со сказками, с проективными рисунками, со сновидениями.

В этом курсе Вы осваиваете ДВА В ОДНОМ – работу с инструментом (МАК) + работу с метафорой. За счет двойного эффекта Вы значительно сократите время на достижение результата при работе с самыми разными запросами.

С 2015 года я провожу обучение и сотни людей смогли добавить МАК в свою жизнь и в свою практику.

Я расскажу Вам, как сделать так, что МАК ЗАГОВОРИЛИ С ВАМИ и стали надежным помощником в Вашей жизни и Вашей практике.

ПРОГРАММА КУРСА «МАК-консультации от А до Я»

Занятие 1. Метафорические карты: знакомство

- Метафоры нашей жизни. Как и почему работают метафорические карты (МАК).
- Виды колод и особенности работы с разными типами колод.
- Правила безопасности работы с МАК. Ограничения на работу с МАК.
- Области применения МАК: для жизни и для профессиональной работы
- Стратегия МАК-консультирования. Пошаговый алгоритм работы с МАК.
- Базовая структура сессии при работе с МАК.
- Основные МАК-техники при работе с самыми частыми запросами.
- Подготовка и проведение МАК-консультации

ПРАКТИКА (5 МАК-техник с колодами «Resilio», «Emotions», «Дерево», «AlterEgo»)

Занятие 2. Гармония с собой: принятие себя, восприятие других

- Кто Я? Какой Я? Самовосприятие и восприятие других. Окно Джохари.
- Я-реальное и Я-идеальное.
Примирение внутренних конфликтов: зачем это нужно и как достичь
- Концепция Я. Роли и субличности. Идеальный образ Я.
Влияние на отношения
- Ценности жизни. Кто или что управляет Вашей жизнью?
- Круги близости, влияния и ответственности М. Мюррей.
- Жизненный баланс и способы его достижения
- Идентичность: как и когда с ней работать.

ПРАКТИКА (12 МАК-техник с колодами PERSONA, PERSONITA, HABITAT, EMOTIONS, «Чувства и эмоции», «Котомоции», «Большая, маленькая Я», «1000 дорог», «Путь к себе», ОН-Cards, «Люди и звери», «Сны о будущем»)

Занятие 3. Интеграция и внутренняя целостность

- Зачем нужна внутренняя интеграция. Модели и техники интеграции.
- Личность и развитие внутренней целостности для достижения гармонии. Путь индивидуации К.Г. Юнга.
- Базовые архетипы. Архетипы женственности. Баланс архетипических ролей.
- Модели архетипической структуры личности и ресурсная работа с ними
- Персона и Тень: проявление в повседневной жизни. Интеграция.
- Родитель-Взрослый-Ребенок во внутреннем мире личности.
- Внутренние Женщина и Мужчина. Влияние на качество отношений.
- Предотвращение конфликтов и ссор в отношениях
- Техники работы с внутренним ребёнком.

ПРАКТИКА (11 МАК-техник с колодами «Послания Мерлина», AlterEgo, «Архетемы», RESILIO, ANIMALS («Дитя и зверь»), «Путь к себе», PERSONA, PERSONITA, HABITAT, EMOTIONS, ECCO, «ОШО. Дзен. Таро»)

Занятие 4. Отношения с миром и Душой

- Достижение целей. Развитие уверенности в себе.
- Предназначение, принятие и жизненные цели.
- Успешность и путь к успеху
- Проблема выбора: как понять, что выбор верный.
- Принятие верного решения в ситуации неопределённости
- Неопределённость и тревога
- Стресс и принятие решений. Страх ошибки.
- 8 точек зрения на стресс. МАК-техники для снижения стресс-реакции
- **Изобилие:** ограничения и возможности.
- **Разговор с телом по душам:** снижение остроты симптома

ПРАКТИКА (23 МАК-техники с колодами «1001», «САГА», «Шкатулка доброго волшебника», «Мастер сказок», «Emotions», RESILIO, OH-CARDS, MORENA, PERSONA, PERSONITA, «Путь к себе», AlterEgo, «Зонтики», «Котомоции», HABITAT)

Занятие 5. Отношения с близкими людьми

- 4 точки гармонии в жизни. Отношения с другими.
- Четыре этапа развития отношений — от встречи до расставания.
- 5 языков любви. Эмоциональные связи и их влияние.
Почему после расставания может быть трудно создать новую пару
Энергии связи: техники прощения, благодарности, открытия любви
- Техники принятия: Я тебя слышу — Ты мне важен
- Семейная система. Роли в семье. Влияние на качество отношений.
Диагностика — проективная техника «Семейный корабль»
- Три урока отношений. Модели отношений. Модель К. Хорни.

ПРАКТИКА (17 МАК-техник с колодами TANDO, «Большая, маленькая Я», AlterEgo, «ОШО.Дзен.Таро», «1000 дорог», «Котомоции», PERSONA, PERSONITA)

Занятие 6. Структура консультации. Особенности онлайн консультирования

- Алгоритм работы с метафорой «под запрос клиента»
- Типы универсальных раскладов для основных запросов в консультировании
- Виды сопротивления при работе с запросом и способы выхода из сопротивления
- Особенности онлайн консультирования (скайп, мессенджеры, переписка)

ПРАКТИКА (онлайн-тренировка создания авторских раскладов под запросы, связанные с отношениями, с достижением целей, самооценкой, психосоматическим симптомом и др.)

ПРАКТИКУМЫ КУРСА

П 1. МАК для Души. Личная проработка и изучение работы с МАК на личных запросах.

Четыре темы = 16 МАК-методик с подробным разбором:

- ✓ Принятие себя и самооценку
- ✓ Отношения с близкими
- ✓ Жизненные сценарии
- ✓ Изобилие vs безденежье

П 2. Отработка упражнений в парах онлайн и демонстрационные сессии.

Работа с карточной комнатой дистанционно.

Отработка МАК-упражнений в темах восприятия себя, работы с тенью качествами, выборами, принятием решений, достижением целей, уверенностью в себе и успешность

П 3. Отработка упражнений в парах онлайн и демонстрационные сессии.

Работа с карточной комнатой дистанционно.

Отработка МАК-упражнений в темах отношений с близкими, работа с тревогой, обидой, гневом, стрессом и поддержанием внутренних ресурсов, работа с внутренними фигурами МАТЬ-ОТЕЦ-ДИТЯ. Интеграция и внутренняя целостность. Архетипы. Принципы и технические приемы МАК-диагностики на консультации.