



«СВИДАНИЕ С САМИМ СОБОЙ»

*«Wenn worte fehlen, sprechen bilder»
«Когда слов не хватает, фотографии
расскажут»*

Ведущая мастер класса: Ефимова Анжелика Михайловна

ИГРЫ POINTS OF YOU™



Игры Points of You™ - **это мощный готовый инструмент для**

- Тренинга и групповой работы
- Консультирования и терапии
- Коучинга в бизнес решениях

В играх Points of You™ нет ни победителей, ни проигравших.

Когда мы играем:

- * мы говорим то, чего в обычной жизни не решаемся сказать
- * мы не боимся рисковать
- * мы пробуем и у нас получается

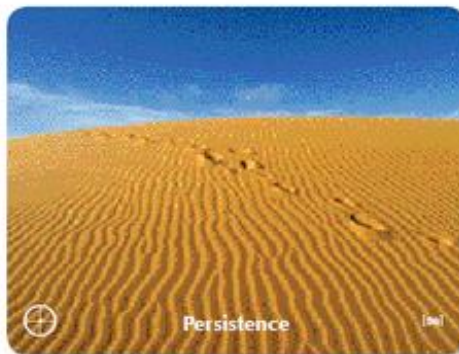
ИГРА POINTS OF YOU™

Преимущество использования

- Контекст игры безопасен, он дает каждому игроку выбирать степень вовлеченности.
- Игра пробуждает мысли и эмоции, стимулирует общение, взаимодействие и сотрудничество.
- Это творческий инструмент на основе фотографий, который легко может быть адаптирован к любой теме



В ИГРЕ POINTS OF YOU™ ПРЕДСТАВЛЕНЫ ФОТОКАРТЫ



Фотокарты (65 шт.) - каждая из которых представляет определенную тему.

Рекомендуется делать выбор карт интуитивно , разложив карты перед собой рубашками вверх или вниз.

Темы карт поделены на 5 серий

1. **Путь** – эти карты представляют основные темы нашей жизни
2. **Действия** –карты представляют практическую часть нашей жизни – действия и реакции
3. **Просто быть**- карты рассказывают о бытии, эмоциях в нашей жизни
4. **Трудности** –карты говорят о вызовах , испытаниях в нашей жизни .
5. **Возможности**- карты о возможностях , которые у нас есть в жизни .

ИГРА POINTS OF YOU™ ПРЕДЛАГАЕТ КНИГУ С НАРРАТИВАМИ



“Книга Мыслей ,Историй и Озарений“
красочные развороты посвящены каждой
из 65 карт.

*Темы рассматриваются со всех сторон,
предлагаются множество увлекательных
интерпретаций.*

Такому широкому взгляду способствуют :

1. *История* (сказка, притча, случаи из жизни);
2. *Противоречивые афоризмы*, вызывающие неоднозначные реакции, разные точки зрения;
3. *Ассоциативные вопросы и мысли.*

ИГРА POINTS OF YOU™ ПРЕДЛАГАЕТ СХЕМЫ РАСКЛАДКИ

Игровое поле.

Помогает структурировать процесс игровой сессии

4 поля - 4 процесса

1. Взаимоотношения
2. Выгода и потери
3. Осознание
4. Прошлое , настоящее и будущее

Все поля предлагают специальные вопросы, которые написаны на самом поле и могут направлять ход сессии.



ИГРА POINTS OF YOU™ СОДЕРЖИТ БЛОКНОТ КОУЧА



*Блокнот для
трансформации ваших
мыслей в действия .*

*Для каждой сессии отведен
отрывной лист блокнота.*

1. На нем можно фиксировать запрос, дилемму клиента, тему сессии или тренинга;
2. Записывать мысли и идеи, а также план действий.

ИГРА POINTS OF YOU™ ПРЕДЛАГАЕТ ВОПРОСЫ ДЛЯ УГЛУБЛЕННОГО ВОСПРИЯТИЯ

КАРТЫ

ФОТОГРАФИЯ. Как ее рассматривать?

Что я вижу на картинке? Из чего она состоит(детали, фон ...)

Какие детали более значимы для меня? Почему?

Мне нравится или не нравится картинка? Почему?

Какие эмоции, чувства, воспоминания она вызывает?

СЛОВО Как его рассматривать?

Какие еще слова могут быть составлены из этих букв?

Какое слово имеет противоположный смысл?

Как данное слово сочетается с этим изображением?

Нравится или не нравится это слово? Почему?

Какие эмоции, чувства, воспоминания оно вызывает?

Как все это связано с вопросом , который обсуждаем?

ИГРА POINTS OF YOU™ ПРЕДЛАГАЕТ ВОПРОСЫ ДЛЯ УГЛУБЛЕННОГО ВОСПРИЯТИЯ КАРТЫ

1. Воздействуя на правое (фотография) и левое (слово, название карточки) полушария, карты активизируют воображение и логику одновременно.

2. Игрок пытается найти связь между темой, изображением, словами, вопросами, тем самым игра способствует работе процессов познания.

У игроков появляется возможность взглянуть на многие вещи с другой точки зрения, поменять хотя бы на время привычные реакции, подойти к своей жизни, своим мыслям, действиям более осознанно.

Все это позволяет глубже и шире взглянуть на вопросы и процессы, имеющие большое значение в нашей жизни.



ИГРА POINTS OF YOU™

«СВИДАНИЕ С САМИМ СОБОЙ»

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

1 РАУНД ИГРЫ

Выбор карты. Каждый участник берет одну карту из колоды рубашкой вниз.

Делимся на пары.

2. Ведущий задает тему или вопрос.

3. Исследуем свою карточку в своей паре с помощью вспомогательных

4. Читаем один нарратив из книги на выбор в своей паре .
вопросов.

Что сейчас работает в моей жизни ?

Что мне нравится сейчас ?

Что я получаю хорошего от своей жизни ?

Чем я горжусь в своей жизни ? Чем доволен и что меня радует?

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

2 РАУНД ИГРЫ

1. Исследуем карточку: во втором раунде поменяйтесь со своим партнером фотокартами.
2. Теперь у Вас новая карточка и постарайтесь ответить на второй вопрос раунда
3. Углубление с помощью вспомогательных вопросов.
4. Читаем второй нарратив из книги в своей паре.

Что сегодня не работает в моей жизни ?

Что в моей жизни мне хотелось бы поменять или изменить ?

Что не устраивает или не хватает? Что хочется улучшить?

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

3 раунд ИГРЫ.

1. Возьмите свою последнюю карту вместе с нарративом и найдите новую пару в группе. Обменяйтесь картами и нарративами в новой паре.
2. Исследуйте полученную карту дальше в новой паре с помощью вопросов.
3. Прочитайте самостоятельно свой нарратив к новой карте.
4. Обсудите в паре какое озарение, возникшее в процессе размышления или обсуждения, стало для Вас самым важным?

Когда “Возможно все ...”

Что я хочу пригласить в свою жизнь сейчас?

Какие новые возможности могут быть для меня полезными уже сегодня? Какое развитие в моей жизни сейчас будет мне во благо?

ИГРА POINTS OF YOU™

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП ИГРЫ

1. Сформулируйте вывод и запишите его на листочке.

Чем точнее вы продумали, проговорили и записали это озарение – тем больше у вас возникает желания для изменения в жизни.

2. Как я собираюсь воплотить результат этой игры в жизнь.

-Что я сделаю в ближайшие 24 часа?

-В течении этой недели?

-В следующем месяце?

ИГРА POINTS OF YOU™

Поделитесь своими мыслями и ощущениями после участия в практикуме и игре.

Что Вас наполнило во время игры ?
Что отражает Ваше состояние сейчас?



ИГРА POINTS OF YOU™

**«ВСТРЕЧА СО СВОЕЙ
ПРОФЕССИЕЙ»
(РАБОТОЙ /
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ)**

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

1 РАУНД ИГРЫ

Выбор карты. Каждый участник берет одну карту из колоды рубашкой вниз.

Делимся на пары.

2. Ведущий задает тему или вопрос.

3. Исследуем свою карточку в своей паре с помощью вспомогательных

4. Читаем один нарратив из книги на выбор в своей паре .
вопросов.

Что сейчас работает в моей профессиональной деятельности (работе)?

Что мне нравится в моей работе?

Что я получаю хорошего сейчас в своей профессии ?

Чем я горжусь в своей профессиональной деятельности? Чем доволен ?

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

2 РАУНД ИГРЫ

1. Исследуем карточку: во втором раунде поменяйтесь со своим партнером фотокартами.
2. Теперь у Вас новая карточка и постарайтесь ответить на второй вопрос раунда
3. Углубление с помощью вспомогательных вопросов.
4. Читаем второй нарратив из книги в своей паре.

Что сегодня не работает в моей профессиональной деятельности(работе) ?

Что в моей работе мне хотелось бы поменять или изменить ?

Что не устраивает или не хватает? Что хочется улучшить?

ИГРА POINTS OF YOU™

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ИГРЫ

3 раунд ИГРЫ.

1. Возьмите свою последнюю карту вместе с нарративом и найдите новую пару в группе. Обменяйтесь картами и нарративами в новой паре.
2. Исследуйте полученную карту дальше в новой паре с помощью вопросов.
3. Прочитайте самостоятельно свой нарратив к новой карте.
4. Обсудите в паре какое озарение, возникшее в процессе размышления или обсуждения, стало для Вас самым важным?

Когда “Возможно все ...”

Что я хочу пригласить в свою профессиональную деятельность сейчас?

Какие новые возможности могут быть для меня полезными в моей работе уже сегодня? Какое развитие будет мне во благо?

ИГРА POINTS OF YOU™

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП ИГРЫ

1. Сформулируйте вывод и запишите его на листочке.

Чем точнее вы продумали, проговорили и записали это озарение – тем больше у вас возникает желания для изменения в жизни.

2. Как я собираюсь воплотить результат этой игры в жизнь.

-Что я сделаю в ближайшие 24 часа?

-В течении этой недели?

-В следующем месяце?

ИГРА POINTS OF YOU™

Поделитесь своими мыслями и ощущениями после участия в практикуме и игре.

Что Вас наполнило во время игры ?
Что отражает Ваше состояние сейчас?

ФОТО- ИГРЫ “ СВИДАНИЕ С САМИМ СОБОЙ “



**27 марта
в 17.00**

"Свидание с самим собой"

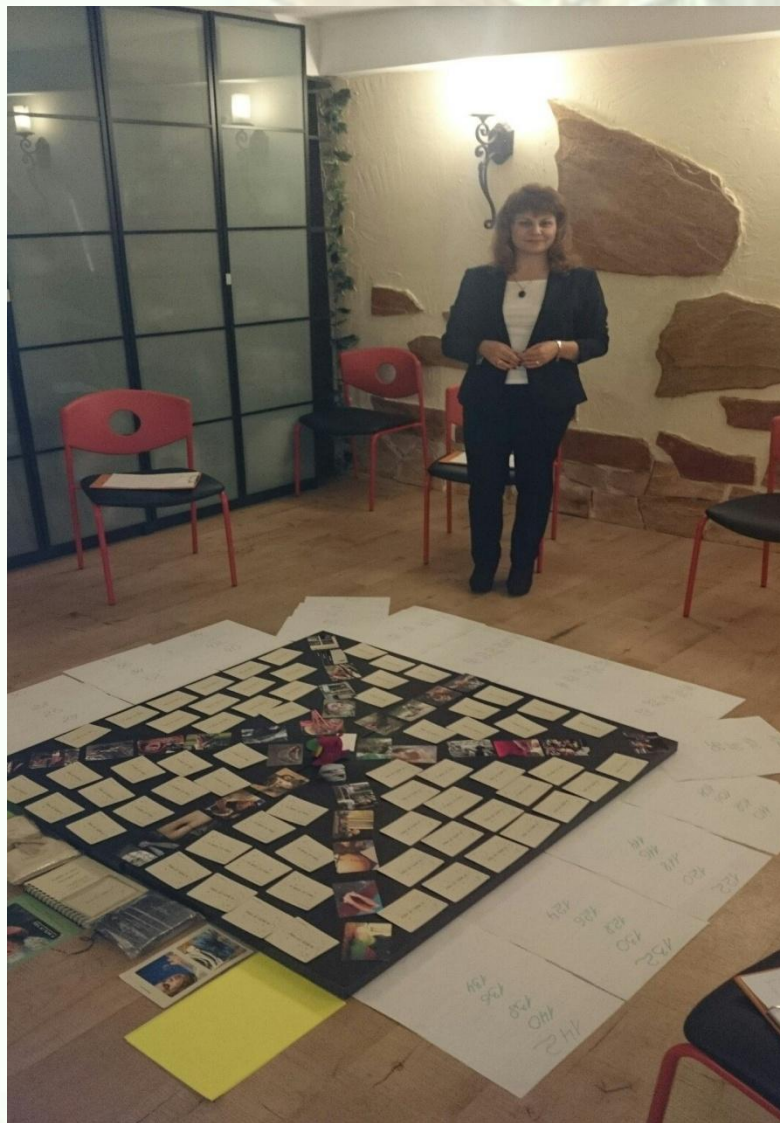
**Игровой практикум по фототерапии
от секции "ФОТО-АРТ-ТЕРАПИИ"**

Профессиональной Арт Терапевтической Ассоциации



http://vk.com/fotoart_volonter

**Адрес: Литейный пр., д.2
Тел: 8(905)-283-22-22**



Лекция «Фототерапия: новые возможности фотографии в современной психологии»

ФОТО- ИГРЫ “ СВИДАНИЕ С САМИМ СОБОЙ “

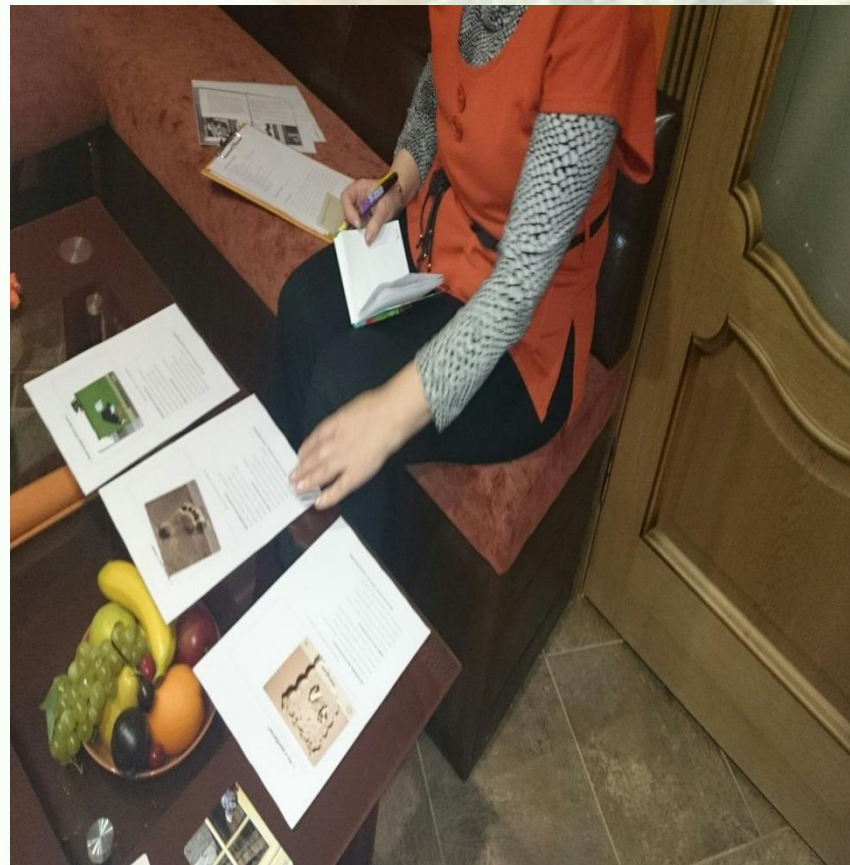


Лекция «Фототерапия: новые возможности фотографии в современной психологии»

ФОТО- ИГРЫ “ СВИДАНИЕ С САМИМ СОБОЙ “



ФОТО- ИГРЫ “ СВИДАНИЕ С САМИМ СОБОЙ “



Лекция «Фототерапия: новые возможности фотографии в современной психологии»

Благодарю за внимание

Ефимова Анжелика Михайлова

Эксперт-преподаватель. Психолог фототерапевт.

Член Профессиональной Российской Арт -терапевтической ассоциации.

Координатор секции “ФОТО-АРТ-ТЕРАПИИ “ в Санкт-Петербурге.

Контактный телефон : моб. 905-93-93

E-mail : angela@cotka.ru