# Метафорические карты Проработка Рода Второе занятие

- 1. Сложные отношения
- 2. Методика «Крест 1; 2»
- 3. Работа с потерей близких
- 4. Мастер-класс с участником курса



### Рекомендации оператору

- Если цифры карт уже запомнили, то их переделать.
- Вижу в картинках только негатив, что делать?
  Учиться ПОЗИТИВНОМУ МЫШЛЕНИЮ!
  Зачем?

#### Техники:

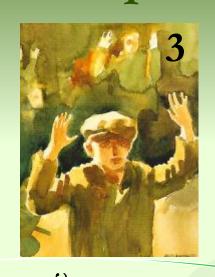
- Позитивный перевод
- Вычерпывание плюсов
- Презумпция невиновности личности или плюс один к моей карме
- Критика + +

## Сложные отношения две персоны

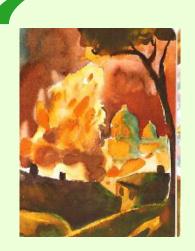
- 1. Берём 2 персоны: Я и субъект (Я друг/жена/муж/ ребёнок...)
- 2. Описываем каждую карту по отдельности
- 3. **Берём 3 карту из В.М. -** отношения на данный этап между ними, описываем.
- 4. Что думает каждая персона по этой карте. Все ли хотят гармоничных отношений?
- 5. Выбираем нужную карту в открытую символ будущих гармоничных отношений образ будущего, к чему стремимся.
- 6. Выстраиваем мостик (пошаговая инструкция) как этих отношений достичь.

## Сложные отношения две персоны















### Методика: Крест 1

Номера карт совпадают с очередностью выкладывания

- 1 прошлое, первопричина нынешней ситуации;
- 2 нынешнее положение вещей;
- 3 препятствия, преграды, источник проблем, сдерживающая сила.
- 4 позитивные факторы, то, что помогает в данной ситуации для изменений;
- 5 будущее, то, что получится в результате, если использовать позитивный фактор.

### Методика: Крест 2

Номер карт совпадают с очередностью выкладывания!

#### • 1-ПРОШЛОЕ:

Действия в прошлом, которые привели к образованию ситуации. База проблемы, ее корни.

#### **2-НАСТОЯЩЕЕ:**

Настоящее положение дел и те процессы, которые идут сейчас.

#### 3-4 БУДУЩЕЕ:

Вариант развития ситуации, конечное положение дел, если:

- Ничего не делать (3)
- Выстроить план (4)
- 5 ПЛАН, что делать (берём карт по интуиции).

# Работа с потерей, утратой, расставанием

#### Выходы из травмы:

- 1. Через голову (рационализируем).
- 2. Через тело (напиваемся, секс, спорт).
- 3. Через чувства (отреагируем, делимся с подругой).
- 4. Обращение за помощью к другим или сами начинаем помогать.
- 5. Фантазии или творчество (шьем, вяжем, сочиняем).
- 6. Вера во что-то большее. Высшей замысел этой ситуации. «На каждого из нас есть план у Бога!»

### Если идем во что-то тяжелое и страшное:

- •Берем карту-ресурс, чтобы это было ресурсом.
- Возьми это, положи на формат А4 и дорисуй, а затем представь этот ресурс.

# Принятие утраты/трагичного опыта из прошлого

#### 1 этап

- В открытую берётся 1 карту что я чувствовал в тот момент?
- Вторая карта что мешало справиться?
- Третья карта что помогало справиться с проблемой из окружения, из своих ресурсов?
- Четвёртая карта к каким положительным последствиям это привело в моей жизни(минимум 5-10 пунктов, можно достать по карте под каждый пункт, это важно!)
- Пятая карта какие выводы я сделал на будущее.

# Работа с потерей, утратой, расставанием

#### 2 этап

- Правой рукой написать письмо (умершему), все то, что осталось недосказанным. (Чем дороже был человек, тем боль сильнее, хотя это может быть и не так!)
- Написать письмо от него левой рукой:
- «Я признаю эту боль, я признаю связь между болью и ценностью отношений для меня. Я признаю разницу между болью и ценностью отношений». Дальше, что придёт в голову человеку!

### Работа с потерей, утратой, расставанием

#### 3 этап

Оператор говорит, клиент повторяет: «Наши души связаны. Как бы наши души ни были связаны раньше, в этой жизни наши души связаны, как души партнёров в этой жизни. Это так. Наша душа — это часть чегото большего. Наша душа всегда абсолютно спокойна, она знает, зачем мы здесь, она выбрала это».

Оператор: Почувствуй его спокойствие!

• *Ты принимаешь эту ситуацию? Если нет? Что тебе ещё нужно?* Берём карту

#### Окончание сеанса:

• Оператор говорит, клиент повторяет: «Моя душа признает выбор твоей души, твоей судьбы, чтобы получить нужный тебе опыт, а моя душа выбрала мою судьбу, чтобы получить нужный мне опыт. И ты можешь взять из наших отношений все, что было хорошего для тебя, а я возьму из наших отношений то, что было хорошего для меня.

И я признаю этот опыт ровно по той цене, по которой он мне дан, и соглашаюсь с этой ценой, и даю этому место».

Выбрать подарок из карт ему и от него (в открытую) и приложить к его персоне, можно к своему телу.

# Если жизненная ситуация – неподвластна, то Ваша реакция на неё всегда в ваших руках

