

## Комплект метафорических ассоциативных и тематических карт "МУЖЕСТВЕННОСТЬ"

Авторы: Константин Писаревский и Евгения Баксан

Комплектация:

- 1) Метафорические ассоциативные карты с изображениями - 100 шт.  
(метафоры и ассоциации по теме)
- 2) Тематические карты со словами - 80 шт.  
(актуализация важных тем, раскрытие граней)
- 3) Карточки с цитатами - 50 шт.  
(подсказки, ресурсные послания)

Набор предназначен для работы с мужчинами, мужскими темами (мужественность, внутренний мужчина и др.).

Комплект можно применять для работы с такими темами как:

- Самооценка
- Раскрытие потенциала
- Поиск женских ресурсов
- Понимание себя  
(чувства, мысли, действия, качества личности, интересы, ценности, потребности, способности)
- И другое...

Мужественность – это совокупность качеств, таких как смелость, независимость, уверенность в себе, рациональность, сила духа, благородство, самоуважение...

Понятие мужественности включает в себя как биологические, так и социальные и культурные элементы.

Это баланс интеллектуальной, материальной, эмоциональной и сексуальной энергии.

Это зрелость и мудрость.

Данный набор может быть полезен в работе:

психологов, консультантов, психотерапевтов, ведущих психологических и трансформационных игр, специалистов по работе с метафорическими ассоциативными картами, коучей, а так же для людей занимающихся своим личностным ростом.

Каждый специалист может адаптировать комплект для работы, используя свои подходы и методики, а так же применяя предложенные в инструкции идеи техник.

Колода с картинками – набор изображений раскрывающих мужские темы. Она дает возможность:

- Исследовать мужские роли; осознать, какие функции они в себя включают, от чего нужно освободиться, и чем наполниться (чувства, мысли, действия, привычки, интересы, ценности, качества и навыки, стратегии и стиль жизни, сценарии...)

Изображения могут отражать и раскрывать такие вопросы, как например: страх, отчаяние, неопределенность, риск, решительность, выбор, взаимодействие, поддержка, самореализация, новизна, цели...

Колода со словами - содержит в себе набор пар фраз (как противоположностей, так и разных граней), которые важны при исследовании данной темы. При работе с ними

учитывается то, что откликается, либо сразу два слова (фразы), если они имеют смысл в вашей ситуации. Данная колода дает возможность:

- Актуализировать важные темы; раскрыть грани; исследовать важные вопросы; увидеть, в чем нарушен баланс; на чем нужно сфокусировать свое внимание; определить зоны роста; необходимые качества и навыки; определить действия, которые будут эффективны. Примеры пар фраз: соперничество - сотрудничество; скука – драйв; неустойчивость – стабильность; непродуктивность – эффективность; пассивность – активность...

Колода с цитатами дает возможность:

- Посмотреть на ситуацию с разных точек зрения, расширить видение, осознать то, что важно, получить подсказку, найти ответ на свой вопрос, внести ясность, получить ресурсное послание, поддержку, вдохновиться на новые действия...

Примеры цитат:

«Вы никогда не сумеете решить возникшую проблему, если сохраните то же мышление и тот же подход, который привёл вас к этой проблеме» - Альберт Эйнштейн;

«Три компонента рождают гения: Концентрация на поставленной задаче, ежедневное самосовершенствование и время» - Робин Шарма;

«Если у тебя есть энтузиазм, ты можешь совершить все, что угодно. Энтузиазм — это основа любого прогресса» - Генри Форд;

«Следуй за своим вдохновением, и Вселенная откроет тебе двери там, где раньше были стены» - Джозеф Кэмпбелл;

«То, каким человеком ты станешь через пять лет, определяют два основных фактора: люди, с которыми ты общаешься, и книги, которые ты читаешь» Робин Шарма;

«Все, что не устраивает нас в других, позволяет понять самих себя» - Карл Юнг.

Идеи техник для работы с набором «Мужественность»:

- «Мой внутренний мужчина»

- «Какой я?»

- «Что мне необходимо?»

- «Я в гармонии с собой»

- «Эффективная стратегия»

- «Ресурсы мужчин моего рода»

- «В чем моя страсть?»