ИНСТРУКЦИЯ К НАБОРУ ТЕКСТОВЫХ КАРТОЧЕК

Установки: деньги

Вспомогательная колода, которая поможет в работе с метафорическими ассоциативными картами в исследовании взаимоотношений с деньгами

Колода состоит из 105 карточек с положительными и отрицательными установками по отношению к деньгам.

Колода состоит из двух частей:
70 карточек с отрицательными установками,
35 карточек с положительными установками.

Карты в работе можно использовать вперемешку (положительные и отрицательные вместе), а можно разделить их на две части и использовать раздельно.

Карточки с установками используются вместе с любой другой колодой метафорических ассоциативных карт, содержащей изображения. Картинка вместе с текстом помогают задействовать в работе оба полушария мозга, что способствует более полному пониманию происходящих событий и переживаний.

Карточки с отрицательными установками могут помочь понять причины недостатка или отсутствия денег, а с положительными установками – способствовать изменению образа мыслей, а вслед за этим и материального состояния человека.

Карты можно использовать как под руководством психолога, так и самостоятельно, в группе или в ходе индивидуальных занятий. Метафорические карты позволят вам узнать о себе много нового, подчас неожиданного. Нижеприведенные техники работы помогут вам в этом.

ТЕХНИКИ РАБОТЫ

Отношение к деньгам

Техника поможет разобраться в глубинных аспектах взаимоотношений человека с деньгами, а также даст совет по привлечению финансового благосостояния.

1. Из любой универсальной колоды в закрытую вытащить карты, отвечающие на вопросы:
«Что сейчас происходит в финансовой сфере?»
«Мое отношение к деньгам?»
«Что я не осознаю в обращении с деньгами?»

2. Ко второй и третьей позициям из колоды «Установки: деньги» вытащить по 2-3 дополнительные карты.
* Положительные и отрицательные установки нужно перемешать, чтобы клиент мог увидеть не только свое негативное отношение к ситуации, но и позитивное тоже.

3. После того как все карты внимательно изучены, вытянуть в закрытую еще одну или несколько карт (по желанию) из любой универсальной или ресурсной колоды, отвечающие на вопрос:
«Что поможет привлечь деньги в мою жизнь?»

4. К каждой выпавшей в раскладе отрицательной установке нужно подобрать в открытую положительную из колоды «Установки: деньги».

Я и деньги

Техника поможет выявить ошибки, препятствия и неправильные установки по отношению к деньгам, а также поможет найти внутренние ресурсы для привлечения денег в свою жизнь.

1. Из любой универсальной колоды в закрытую вытянуть по 2-3 карты на каждую из позиций:
«Что мешает притоку денег в мою жизнь?»
«Что помогает притоку денег в мою жизнь?»

2. Из колоды «Установки: деньги» в закрытую вытащить по 2-3 карты на каждую из вышеозначенных позиций. Для обозначения препятствий берем карточки с отрицательными установками, для

помощи – с положительными.
Карты с установками подробно обсудить. Присутствует ли такая установка в жизни клиента? В каких ситуациях она актуализируется? Когда она возникла? Где клиент слышал или читал что-то подобное?

3. Далее из любой универсальной или ресурсной колоды вытащить в закрытую 2-3 карты-совета:
«Как правильно относиться к деньгам?»
Карты внимательно изучить, обсудить и сделать выводы.

4. К каждой выпавшей в раскладе отрицательной установке нужно подобрать положительную из колоды «Установки: деньги».

Автор и оформитель: психолог Ирина Федорова

MAK
arcanes.ru

ОФИЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН

mak.arcanes.ru/shop

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ:

t.me/makarcanes
@mak.arcanes
clck.ru/3MRYsN
@mak.arcanes
clck.ru/3MRYxg
@MakArcanes
t.me/fedorova_mak
@fedorova_mak

* Вбейте символы в поисковую строку интернет-браузера или соцсети