

**«ВОПРОСЫ ДЛЯ ДВОИХ» (Серия «В гармонии с другим»)
Авторы: Константин Писаревский и Евгения Баксан**

Колода состоит из:

117 карточек - «Вопросы для двоих», размером 9 см на 5 см, как визитки со скругленными краями.

Данный инструмент предназначен:

Для работы с темой «Отношений в паре», и это возможность:

- исследования отношений;
- более глубокого познания себя и партнера;
- душевного контакта с партнером;
- найти способы гармонизации отношений;
- возможность посмотреть на себя с точки зрения партнера;
- осознать различия между партнерами и уважительно к ним относиться;
- выстраивания новых стратегий поведения и внедрения их в жизнь.

Возможности применения:

Инструмент предназначен для широкого спектра работы

- в индивидуальном и групповом консультировании по вопросам личных отношений в паре,
- в семейном консультировании, когда присутствуют оба партнера или семья,
- в психологических, трансформационных играх, когда поднимается тема парных отношений,
- в тренингах и семинарах по вопросам партнерских или семейных отношений, как инструмент исследования и коррекции,
- как самодиагностика, средство самопознания и само исследования.

Инструмент может применяться как самостоятельно, так и с другими метафорическими ассоциативными картами и играми по этой теме.

Примеры запросов при работе с инструментом «В гармонии с другим»:

Проблема	Решение
<ul style="list-style-type: none">- отсутствие взаимопонимания;- отсутствие страсти, желания, душевной близости;- ссоры, конфликты, разногласия;- семейные кризисы;- обиды, переживания;- однообразие;- и др.	<ul style="list-style-type: none">- лучшее понимание себя в партнерских отношениях;- лучшее понимание понимания партнера в отношениях;- искренность, честность, ясность;- возможность шире увидеть ситуацию в целом;- возможность увидеть партнера с другой стороны;- создание атмосферы близости, доверия, теплоты;- внесение новизны в отношения...

В паре и семье важно качественно общаться, задавать вопросы, уметь слушать.

«Понимание – начало согласия» - Бенедикт Спиноза.

Важно уметь видеть различия, и признавать и уважать это в партнере. Каждый человек имеет отличные от другого - взгляды, ценности, потребности.

Процесс узнавания друг друга – формирует близость.

Консультирование:

Формирование запроса на консультацию, например:

Что мне важно знать?

На что пора обратить внимание?

Что поможет гармонизировать отношения?

При работе с карточками, предлагается сначала ответить на вопрос, высказав свое мнение, а потом дополнить, расширить ответ, используя метафорические ассоциативные карты.

Участники	Техника
Работа с одним из партнеров	<p>1. Возьмите карточку и ответьте на вопрос. Разрешите себе говорить обо всем, что приходит в данный момент. Обсудите свои мысли по поводу вашего ответа.</p> <p>2. Посмотрите еще раз на карточку и подумайте: А как бы ответил ваш партнер на этот же вопрос? Пример: «Что такое любовь?» Для меня любовь это, чувство принятия, безопасности и т.д. Для моего партнера любовь, это действия, забота. Не торопитесь, попробуйте вжиться в образ, и начать говорить глядя на эту же ситуацию его глазами.</p> <p>3. Подведите итог, к каким новым выводам для себя вы пришли, посмотрев на ситуацию с двух точек зрения, а именно своей и вашего партнера, а также ситуацию в целом. (В данном упражнении важно, чтобы один из партнеров смог посмотреть на ту же ситуацию глазами другого человека. Если он отвечает неуверенно, то ведущий может его подбадривать, поддерживать, задавать вопросы, чтобы в итоге получился полноценный ответ. Если же не получается ответить, то можно пересесть на другое место и говорить оттуда, или попробовать более глубоко вжиться в роль партнера). (Важно! Не только увидеть ситуацию глазами другого, но и иметь готовность разделить другую точку зрения, а также делать для себя соответствующие выводы).</p>
Работа с парой	<p>(Важно! Ведущий создает атмосферу доверительности и безопасности для обоих участников. Не допускается агрессия, нападки, оскорбления, осуждение, обесценивание полученной информации. Задача ведущего донести это в начале работы, и поощрять участников открываться и принимать информацию, полученную от партнера. В случае разногласий, можно предложить открыто и уважительно выразить свои точки зрения и приходу к консенсусу).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пара в закрытую, достает карточку с вопросом или незавершенным предложением, и поочередно каждый отвечает на него (2-5 мин на человека). 2. Партнеры обсуждают полученную информацию, отмечают, что нового и важного они для себя узнали. Как по-другому, более эффективно они могут действовать.

Возможные схемы работы:

1	Проработать несколько вопросов, которые выбираются в закрытую.
2	При подготовке к консультации, заранее в открытую отобрать нужные вопросы.
3	Предложить клиенту самому в открытую выбрать определенное количество вопросов, которые для него наиболее актуальны.
4	За несколько сессий проработать все самые важные вопросы, на усмотрение специалиста.
5	Для самостоятельной работы, в закрытую прорабатывать по одной карточке, как вопрос дня.

Контакты: Сайт - macplay.ru

Константин Писаревский – тел. 89099593898; starway48@yandex.ru;

Евгения Баксан – тел. 89652851397; diana-www@list.ru;