

КОЛОДА МАК
«ВИТАМИНКИ
ДЛЯ ДУШИ»

Автор:
Мария Минакова

Комплектация:
Количество карт
в колоде – **81**

Инструкция

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2024

“ВИТАМИНКИ ДЛЯ ДУШИ” – потрясающая ресурсная колода. На картах вы найдете лекарства от **самых разных психологических проблем** и неприятностей («Негрустин», «Антиорин», «Узбагоин») или предлагающие позитивные ресурсы («Искренности сбор», «Взрослин», «Решимости концентрат»). Название лекарства само **подскажет спектр тех тем и запросов**, с которыми может работать конкретная карта.

На картах, помимо персонажа, демонстрирующего определенное **лекарство** и его название, есть **буква**. У нее **нет конкретного заданного значения**. Задача буквы – увеличить число доступных человеку вариантов

интерпретации, а специалисту – число методик для работы с картами (собрать ассоциации клиента, придумать свое название для картинки и др.). Некоторые варианты применения букв будут предложены ниже в данной инструкции в разделе авторских методик.

Некоторые сферы и способы применения колоды «Витаминки для души»:

1. Поиск конкретных ресурсов для работы с проблемной темой или задачей.
2. Определение тактик улучшения взаимоотношений со значимыми людьми.
3. Самопознание в области

определения актуальных потребностей, проблем и задач.

4. Анализ существующего конфликта и поиск стратегий выхода из конфликта.
5. Выявление типичных конструктивных и деструктивных поведенческих сценариев и привычек.
6. Выявление вытесненных переживаний, работа с Тенью.
7. Поиск и освоение конкретных необходимых состояний.
8. И др.