
Работа со ЗНАК-АРТами может быть представлена таким образом:

Карты располагают на столе. Психолог предлагает сформулировать свою задачу, которую клиент хотел бы решить и выбрать ЗНАК-АРТу. Выбирая карту человек, уже настраивается на откровенный разговор и говорит то, что эмоционально отзывается в нем.

-Возьмите из колоды одну любую ЗНАК-АРТу.

-Смотрите на карту, что видите?

-Опишите, что видите.

Далее клиент проговаривает свои ассоциации и чувства, которые вызваны ЗНАК-АРТой. Важно быть гибким, тем самым появиться возможность войти в личное творческое, креативное начало.

-Что там? Какой сюжет? Кто рядом? Что происходит?

Важно выслушать предложенное толкование.

-Что стоит за всем этим? Как это связано с ситуацией?

-Какое сделали для себя открытие?

Каждая ЗНАК-АРТа может затрагивать множество различных состояний.

Очень чутко обращаем внимание на то, что происходит вокруг во время работы с картами. Синхронизируя происходящее, создаем личный контекст.

Пауза. Осознаем старые модели поведения и проектируем новые. Соотносим с тем, что происходит в жизни, т.е. прошлый и настоящий опыт. Обращаемся к картинке из книги САМОПЕРЕСТРОЙКА.

Обобщаем: каков ответ на вопрос? Образовалась новая ситуация, меняется состояние – появляется вопрос. Выбираем еще одну ЗНАК-АРТу.

Пример:

Клиентка формулирует вопрос: «Почему имеется постоянная тревога и волнение и непонимание, что с ней происходит?»

Психолог предлагает выбрать из колоды любую одну ЗНАК-АРТу.

Она увидела в рисунке грустную женщину, которая плачет.

-Почему она плачет?

-Нет желания жить.

В этот момент беседы с полки слетает лист бумаги. Клиентка вздрагивает и вспоминает о том, что ее отец всегда много писал и не занимался ею и эти бумаги напоминают ей о том, что много отцовских вещей хранятся в квартире, покрытые пылью, и пугают ее тем, что и хранить и ей тяжело и выкинуть невозможно, это память об отце.

Далее клиентка рассказывает о том, что не любит свою старую квартиру доставшуюся ей от родителей, в ней много чуждых ей вещей и она там не чувствует себя хозяйкой. Именно поэтому ей хочется уйти из нее любое другое место, то есть сбежать. Инсайт. Тревога связана с квартирой. Следующий шаг – открывает книгу САМОПЕРЕСТРОЙКА на стр.54 с такой же картинкой внутри и взгляд останавливается на конкретном слове отождествление. Теперь становится понятно сопротивление и нежелание находиться в сценарии своих родителей и жить их жизнью и с их вещами. Её истинная потребность быть самостоятельной и жить своей жизнью. Далее опять выбирается заметная фраза в тексте, на стр 54: ... «научиться понимать, к чему мы присоединились и с кем отождествились. От этого будет зависеть качество нашей жизни и эффективность наших действий». Ответ клиентке ясен и теперь она осознанно готова принять новое решение. Ей стало понятно направление ее развития.



Когда человек понимает что происходит с ним и почему у него появляется возможность осознанно выбрать важное и нужное для себя.