

8) 08. 10. 2022г.

Марина Ковалёва

магистр психологии, автор и соавтор психологических трансформационных игр (*Хранитель сокровищницы*», *«Ты нужен Планете!»*, *«ИгроКом»*), специалист в методе игропрактики и соавтор курса «Введение в профессиональную игропрактику» (ОППЛ), специалист, аккредитованный Саморегулируемой организацией «Национальная Ассоциация развития психотерапевтической и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов»», вице-президент Международной Профессиональной Гильдии психологов-игропрактиков (МППИ)
действительный член Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги (ОППЛ)

Ресурсная психологическая игра «ИгроКом»

(авторы Елена Данько, Марина Ковалёва, Александра Муравьёва, Виолетта Первак)

Вводная часть:

Зачем люди отправляются в дальний и трудный путь, путешествуют в горы?
Почему говорят, что отдыхают и становятся сильнее и счастливее, проходя десятки, а то и сотни километров с тяжеленным рюкзаком за плечами, в компании таких же путешественников?

Потому что это правда!

Участникам игры предстоит возможность почувствовать себя путешественниками, которые находят для себя ресурсы везде!

Конечно, формат игры будет нестандартный — массовый. Он позволяет, не погружаясь глубоко в работу над запросом, тем не менее, найти ответы на свои вопросы.

В общем, если вам хочется больше ресурсов и опор, приходите на игру!
Вас ждут инсайты, осознания и своя копилочка способов восстановления!

Методологическая основа терапевтической игры «ИгроКом»

Игра построена как форма группового тренинга и коучинга. Методологически игра выстроена на концепциях экопсихологии, софрологии (Альфонсо Кайседо), основы дыхательных практик, медитативные техники), позитивной психологии, ресурсной игропрактики, концепциях эффективного общения (конфликтология, техники активного слушания, этапы переговоров (Форбергу) и др.), архетипах (Кэрол Пирсон).

Девиз ресурсной игропрактики: «Всё вокруг ресурс!»

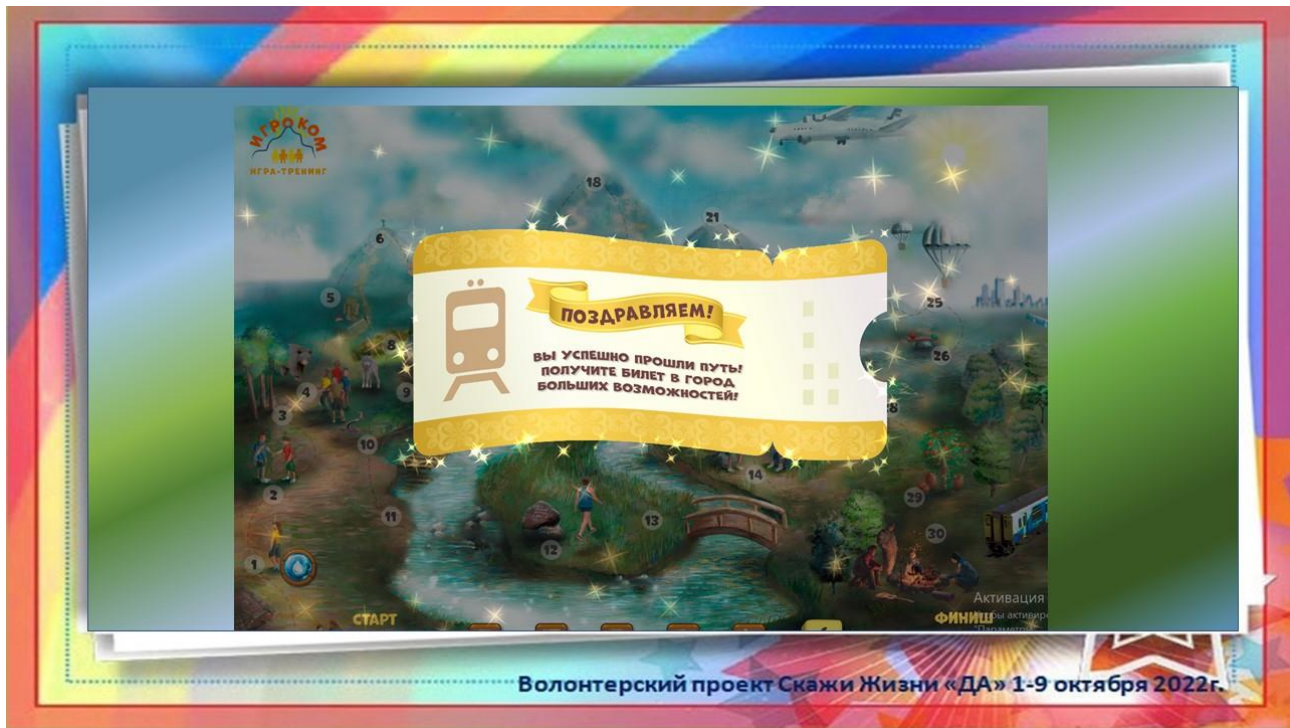


Волонтерский проект Скажи Жизни «ДА» 1-9 октября 2022г.

Ресурсные возможности игры «ИгроКом»

- **Физический уровень**
 - Ресурсы природной среды (в воображении)
 - Тело (дыхательные и телесные практики, танцы, физическая активность...)
- **Когнитивный уровень** (уровень сознания, духа, знаний)
 - Смыслы
 - Роли (ресурсы архетипов)
 - Алгоритмы и технологии
- **Душевный уровень**
 - Гармония и любовь в душе (медитации...)
 - Чувство единения
 - Гармоничное общение

Волонтерский проект Скажи Жизни «ДА» 1-9 октября 2022г.



"ИгроКом" — игра-тренажёр, которая помогает...

- осознать, какие внутренние ресурсы необходимы для достижения поставленной цели;
- восстановить своё текущее состояние;
- совершенствовать навыки общения, ведения переговоров;
- почувствовать себя частью команды;
- увидеть роль и ресурсы команды в решении трудных задач.

За время игры вы...

- окунётесь в игровой мир путешественника;
- примерите разные роли путешественника;
- выясните, какой архетип для вас сегодня самый ресурсный, и что он вам может дать. Кто ты, какой путешественник?
- научитесь новым навыкам общения и ведения переговоров,
- узнаете свои качества и ответите на ключевые вопросы,
- пополните походный инвентарь;
- попадёте в разные ситуации и справитесь с ними;
- наполнитесь энергией от источника сил;
- получите напутствие внутреннего мудреца;

- исследуете эти места и найдете что-то новое для себя. Что делает вас сильнее, путешественник?
- осознаете, как эта игра отражает события и сценарии вашей жизни и какой ресурс вам это даёт;
- пройдёте от 1 до 30 точек маршрута. Где ты, путешественник, по теме запроса?
- доберётесь до «Огня Жизни» и получите кое-что важное для вас...
- Вы снова поверите в собственный огромный потенциал, увидите трансформационные возможности для себя, и в вашей жизни «из искры возгорится пламя» жизни, любви, творчества, финансов, партнерства...

ВЫВОД:

Трансформационная ресурсная игра «ИгроКом» — эффективный инструмент для поиска и активации внутренних ресурсов, поиска ответов на сложные вопросы.