**Тексты:**

В познании себя, ты сможешь приобрести гармонию

\*\*\*

Мы рады видеть тебя тут 🤍  
На этой страничке ты найдёшь свою трансформационную игру🎲 Если ты ещё не знаком с миром игр, то мы обязательно тебя познакомим с этим удивительном миром💫  
  
Главное запомни, что игры меняют жизнь к лучшему!

\*\*\*

Игры были созданы очень давно, но о именно сейчас они набирают популярность🙌🏼  
  
В конце ХIХ века Зигмунд Фрейд предложил структурную модель личности. Она включает в себя сознательное, предсознательное и бессознательное. В игре встречаются все они и находят истину.  
  
❕В сознательном находится наши знания и опыт, которые мы принимаем и используем.  
  
❕В предсознательном находятся забытые, вытесненные понятия, эмоции, содержания. И они уже известны сознанию.  
  
❕В бессознательном – чистые влечения, инстинкты, потенции, психическая энергия.  
  
Есть игры "общие", с помощью которых можно решать любой вопрос как персонально, так и для групп, в том числе бизнеса, и есть игры узконаправленные: про отношения, деньги, призвание, женское счастье, ораторское мастерство, терапевтические игры и т. д.  
  
Так как проблема часто кроется не в самой проблеме, а в нашей реакции на нее, то реакция как раз и зависит от нашего психоэмоционального состояния, с которым можно эффективно работать во время трансформационных игр.   
  
Чаще всего игры представлены в формате настольной игры, где есть игровое поле, кубики, карточки и, конечно, другие игроки. Бывают исключения: игры, состоящие только из карточек, или игры один на один с ведущим. Есть игры напольные для больших групп (до 20 человек), а также подразумевающие онлайн формат.   
  
Знакомы с трансформационными играми? 😍

\*\*\*

Что делает Т-игра? 🎲 https://www.instagram.com/p/CWeCWbNAnl4/  
  
На самом деле трансформационная игра больше, чем игра.  
Это зеркало и метафора нашей жизни, проводник по личным целям и мечтам, источник идей, инсайтов, вдохновения и открытий, точка роста и саморазвития для игроков , это путешествие к себе за ответами на жизненно важные вопросы и получение ресурсов.  
  
Это смесь тренинга, психологии, психотерапии, мистики, логики настольной игры, поэтому это отличный инструмент в работе психолога, психотерапевта, коуча, тренера, бизнес- тренера, лидера.  
  
В игре моделируются ситуации " здесь и сейчас", принимаются быстрые решения, на которые в реальной жизни может уходить очень много времени, используются и проверяются на жизнеспособность стратегии и принципы реальной повседневной жизни.  
  
За 2-4 часа можно пересмотреть свой взгляд на себя , на жизнь, на мир и наработать новые стратегии поведения.  
  
Трансформационные игры помогают:  
• Реализовать конкретную цель, мечту.  
• Выявить препятствия на пути реализации поставленной цели и преодолеть их через осознание.  
• Разрушить сложившиеся стереотипы.  
  
У вас есть любимая Т-игра?

\*\*\*

<https://www.instagram.com/p/CQqU9KKLkc8/>

Трансформационные игры🎴🎲  
– это новая альтернатива тренингам и мастер-классам, в которых участники познают себя и развиваются параллельно в экологичном формате.  
С каждым годом игр становится все больше и больше!..  
Самые ресурсные и интересные вы сможете изучить у нас в Федерации игропрактиков Днепра ⏩ [@psygame.club](https://www.instagram.com/psygame.club/) ⏪  
А если ты ищешь игру для познания своего женского архитипа, хочешь познать себя и стать игроком, я жду тебя у себя на игре🙏🏻🎲❤️🤍🖤

\*\*\*

<https://www.instagram.com/p/CP25U53Nlyx/>

🌏💫Мир сегодня стал таким сложным и насыщенным от изобилия ресурсов, что сделать быстро выбор, принять решение без сомнений и колебаний практически невозможно.  
  
⁉️Отсюда возникает ещё больше вопросов и запросов..  
  
📈С каждым днем увеличивается информационный поток. Одновременно с техническим прогрессом  происходит постоянное развитие психологических и обучающих практик, что дают нам новые возможности приспособиться к современной жизни.  
  
🎴Среди основных методов и способов решения большинства психологических проблем, ТРАНСФОРМАЦИОННАЯ ИГРА уверенно заняла свою нишу.  
  
🎲Формат ИГРЫ помогает участнику не нырять глубоко в душевную травму или свои страхи и затрагивать душу у самых корней, а слегка на поверхности коснуться струн душевных переживаний и постараться:  
- улучшить эмоциональный фон;  
- зарядиться энергией;  
- повысить уровень осознанности;  
- скорректировать запросы;  
- принять необходимые решения в таких сферах как:  
\* Творческая самореализация и построение бизнеса, карьерное развитие  
\* Реализация мечты и достижение целей  
\* Личные отношения, вопросы семьи и брака  
\* Здоровье, красота, духовный рост и философия  
\* Поиск внутренних ресурсов и варианты их применения.  
  
🏔Самая первая трансформационная игра берет свое начало с игр буддистских монахов, в которых они двигались по жизненному пути в виде мандалы от страданий к просветлению.  
В духовной общине Финдхорн в Северной Шотландии эту игру приспособили к условиям западных жителей, так появилась первая трансформационная настольная игра, задача которой была  трансформировать сознание игрока, чтобы приблизить его к намеченной цели.  
  
💥🎲🎴Сегодня трансформационные игры чаще всего выглядят как настольные. Некоторые из них подразумевают только групповой формат, в другие можно играть индивидуально.  
Но основные правило всех трансформационных игр - это бережное отношение к каждому участнику, уважение и экологичные отношение к его внутреннему миру и выбору.  
  
В трансформационных играх нет проигравших, потому что придя на игру ты уже победитель в своей вселенной!🙏🏻🌌

**\*\*\***

Про карты МАК 🃏 https://www.instagram.com/p/CSm7ubhtnF0/  
  
или  
  
Метафорические ассоциативные карты  
  
Это карты с разными картинками и надписями, которые могут помочь вам решить ваш запрос 🙌🏼 Это один из инструментов психологов и игропрактиков, который помогает проникнуть в подсознание и достать нужный ответ.  
  
Работали с такими картами?  
Что вы видите на этой картинке? Поможет она вам найти ответ на ваш вопрос?

Или

<https://www.instagram.com/p/CQ29sgRrhO9/>

🎴🎲За последние несколько лет в работе психолога стали занимать важное место «метафорические ассоциативные карты». Сокращенно их еще называют МАК.  
  
Это не новое направление в психологии, но это действенный и разносторонний инструмент, опора, наглядное средство в работе психолога.  
  
Метафорические карты – помощники на разных этапах работы психолога.  
  
1. Помощь в установлении контакта с клиентом.  
Карты могут помочь на начальном этапе. Для ребенка карточки становится увлекательной «игрой», для взрослых «игра» с картинками позволяет расслабиться, создает некое безопасное ощущение. Таким образом, зрительная метафора позволяет установить контакт и войти в проблематику клиентов в достаточно безопасной, «игровой» форме. При работе с группой это так же позволяет создать более теплую обстановку, начать работу.  
  
2. Снятие барьеров, защит.  
Зачастую человеку сложно сказать о проблемах напрямую. Когда клиент говорит не о себе, а описывает то, что видит на изображении – снимаются барьеры. С помощью карт человек начинает раскрываться, они помогают вынести проблему «во вне» и начать говорить о темах, на которые наложены внутренние запреты, табу.  
  
3. Обращение к подсознательному.  
В изображениях зашифровано множество посланий. Рассматривая, описывая карту, клиент может понять то, чего не понимал до этого. Открываются возможности восприятия, которые протекают за пределами сознания.  
  
4. Актуализация проблем.  
Карты позволяют осознать, прочувствовать и вербализировать актуальные, волнующие проблемы. Несмотря на то, что изображение содержит различные мелочи, детали, клиент увидит именно то, что соответствует его актуальному состоянию.  
  
5. Поиск новых вариантов решения.  
Разглядывая и описывая карты, человек включает фантазию, ассоциации, которые могут привести клиента к самым неожиданным решениям, взглядам и открытиям!  
  
Метафора позволяет приблизиться к внутреннему миру, ощутить проблему как отдельно существующую, увидеть перспективу преодоления как путь со своими преградами, ощутить ресурсы. В этом ее сила.

\*\*\*

Дарим подарки

\*\*\*

Пример текста на розыгрыш:

Успей записаться!!!  
  
А пока мы хотим сделать вам подарок 🎁 Мы разыгрываем участие в любой трансформационной игре.  
  
Условия очень простые:  
🎲 подписаться на [@psygame.club](https://www.instagram.com/psygame.club/)  
🎲 сделать репост с нашей отметкой и написать «Хочу игру»  
🎲в комментариях отметить двух подруг  
  
Стоп будет 8 апреля 🤍  
Всем удачи 🙌🏼

Катюша о Т-играх + её фото

[**https://www.instagram.com/p/CWjEB6rNhfK/**](https://www.instagram.com/p/CWjEB6rNhfK/)

<https://www.instagram.com/p/CXHfbzyNVFn/>

Твой лучший помощник в работе с собой - это Т-игры 🎲  
  
Т-игры - это инструмент для самопознания себя, изучения новых возможностей своего разума 💥