

Дз @Vdoxnovitel_Natali
@okhremenkoekaterina
@olga265star

От нашей группы

Этап 1 -

Объединить идею отправной точки для игрока вопросом - где я?

Что поможет обозначить внешнюю ситуацию, которую он для себя видит, и внутреннее состояние -

И начать свое путешествие в игре...

Принципиально не смешивать с вопросами кто я? и какой я?

Добавить легкости и заземления, картинок про тело, здоровье, ощущения себя тут и сейчас.

Этап 2 - куда я хочу прийти?

Обеднить 3 этапе блоки и ресурсы в один с названием - подсказка Вселенной -

Чтобы игрок учился увидеть две стороны происходящего в его жизни, видеть ресурсы во всем и принимать это

Этап 4 - Чтобы что? - проверка истинности и поиск высшей мотивации

Этап 5 - шаг в высоту? - про действия...

ДЗ 6 команда 1

@nikvas_julia

@liliyatseluiko

@Olga_Nyzhehorodtseva

@Vdoxnovitel_Natali

Колоды:

- ♦ “Уроки прошлого” – чему меня научила данная ситуация, о чем мне данная ситуация, какой опыт я получила
- ♦ “Колода благодарности” – кого и за что я хочу поблагодарить, мне важно или надо поблагодарить, энергия благодарности как ресурс или опора, благодарность за то, что я хочу привлечь в свою жизнь
- ♦ “Транспорт и средства передвижения” – как индикатор того, что может ускорить или наоборот тормозить в движении, рефлексия вокруг темы темпа, комфорта, скорости на пути достижения цели
- ♦ “Универсальная колода” (может подойти к любому этапу игры), в которой на одной стороне вопрос на другой аффирмация/положительное высказывание, как утверждение или возврат к теме, чтобы человек мог с этим работать дальше

Креативы (дополнения) для интеграции

- ♦ На игровом поле разного цвета поля, попадая на которые мы можем обратиться к разным колодам (например “Красное” – обращение к опыту прошлого, “Зеленая” – к будущему)
- ♦ Карточки с практиками: медитация, аффирмации, телесные практики

Д/З @elenyshka9

💖 Колода "Энергия Сакральных Танцев".

Каждая карта , иллюстрирует танцующую фигуру, символизирующую различные аспекты жизни и человеческих эмоций. Карты отражают танцы, которые соотносятся с различными сакральными аспектами жизни, такими как любовь, креативность, духовность и интуиция.

Например, Карта "Танец страсти" может символизировать горячую и страстную энергию в отношениях, в то время как "Танец вдохновения" может отражать творческую энергию и внутренний вызов. "Танец тишины" может представлять медитативное состояние, а "Танец интуиции" - подсказки и мудрость, идущие из глубины нашего внутреннего "танцующего" Я.

Каждая карта в этой колоде - это уникальный ключ к самопознанию и гармонии. Они помогут разгадать загадки судьбы, обрести внутренний мир и стать главным хореографом своей собственной жизни!

Креативы :

1. QR-коды на картах: На каждой карте необходимо поместить QR-код, который будет связан с соответствующей аудиозаписью, (медитацией, аффирмацией)
Это можно сделать путем добавления QR-кода в угол карты или внедрения его в дизайн карты так, чтобы он был удобно доступен для сканирования.
2. Карты-квесты: Разработать карты с элементами квестов, где игроки будут выполнять определенные действия или искать скрытые послания, чтобы раскрыть смысл каждой карты.
3. Эксклюзивные колоды: Позволить игрокам заказывать индивидуальные колоды с их собственными именами, символами или фразами, чтобы каждая колода была уникальной и персональной.
3. Ароматерапия: Добавить на карты небольшие ароматические нотки или масляные диффузоры с приятными ароматами, чтобы создать дополнительную ассоциацию с энергией карты.
4. Коллажи из карт: Создать на обратной стороне каждой карты абстрактный коллаж из танцующих фигур, чтобы пользователи могли соединять карты и образовывать уникальные комбинации.

💰 Колода "Финансовые Потоки Вдохновения" :

1. Какие финансовые решения приведут меня к успеху и процветанию?
2. Какие аспекты моего отношения к деньгам могут быть улучшены?
3. Как распределить свои ресурсы для достижения финансовых целей?
4. Какие возможности для инвестирования и развития карьеры следует рассмотреть?
5. Какие финансовые преграды стоит преодолеть, чтобы обрести стабильность и независимость?

Эта колода может предоставить мудрые и вдохновляющие подсказки, помогая лучше разобраться в своем финансовом пути и принимать более осознанные решения.

Дом🏠 задание @ani_t_aa

Карты осознанности (вопросы????)

Основная идея заключается том , чтобы помочь человеку обратить внимание и а текущий момент и углубить свою осознанность в повседневной жизни.

Применить в группах, практиках или сессиях что помогает разнообразить опыт и подход к развитию осознанности.

Вопросы могут быть использованы такие :

Какие мысли приходят вам в голову , когда вы просто сидите и наблюдаете за своим умом?

1 Каковы ваша внутренняя критика и сами критика? Как я ощущаю людей кола я критикую ?

2 Что я чувствую когда признаю свои недостатки или ошибки ? Могу ли я быть сострадательным к себе ?

Практика : 3 благодарности :озвучьте несколько вещей за которые вы благодарны сегодня .

Найдите момент для практики медитации или просто созерцания..

4 Подумайте какие звуки вас окружают последнее время? Попробуйте сосредоточиться на звуках вокруг , не оценивая их?

Команда 9

#Задание 6

@morskayamariychya

@elena_janssens

@Luch_Viola

1. «Слепое пятно» ниша на поле, где ничего не написано. Чего я не вижу? Что мне мешает? Что блокирует? Можно использовать универсальную колоду или колоду Блоки. Как вариант: участник должен назвать рандомно число от 1 до(количество ячеек в игре) и вернуться в тот сектор и ячейку для проработки.

2. «Мост» - при попадании в эту точки, участник имеет право перейти сразу на следующий этап игры.

3. Этапы «Блоки», «Ресурсы» и «Подсказки высших сил» - перевести в колоды карт, освободив место на поле для более ресурсных этапов.

4. Подсказки. Создать произвольно на поле ячейки + в правилах прописать возможность использовать 3 подсказки в течение игры. Для этого отдельный кубик, с количеством граней, соответствующим количеству возможностей подсказок:

1. Важная! «Помощь ведущего» Здесь каждый ведущий может проявиться как специалист своего направления(арт-терапия, таро, нумерология, арома-терапия.....)
2. Помощь участников (комплименты, совместная медитация, задания...)
3. Колода карт «Блоки»
4. Колода «Ресурсы»
5. Колода «»Подсказки высших сил»
6. Колода «Мандалы»
7. Экологичное задание из телесных практик
- 8.....

В этом случае кубик 8 граней или больше.

Также можно использовать цветотерапию в рубашках какой то одной из колод, или в нескольких. С помощью цвета и приложения с тестом Люшера, определить состояние игрока на данный момент времени.

3. Ячейки «Бонус». Здесь в зависимости от фантазий ведущего. Также можно предлагать бонусы от всех соавторов игры. Составить список и рандомно выбрать.
4. Можно предложить легкую телесную практику всем игрокам перед началом игры. Для стабилизации состояния группы и расслабления. Тем самым перевести внимание из головы и эмоций в тело и ощущения. Использовать что-то легкое и экологичное, для общего настроения.
5. В правилах для участников объяснить о запрете нарушения личных границ, и каких либо комментариев к ситуациям остальных участников.
6. Создать шаблоны листов для записей игрокам. Как варианты секторов:
 - вопросы над которыми необходимо подумать
 - д/з
 -

@gulkabay5

@coach_stolpnikova

- 1) Универсальная колода 100 карт, из которых:
 - 20 карт изобилие/деньги
 - 20 ограничения/убеждения
 - 20 эмоции/ чувства/ состояния
 - 20 отношения с собой, с миром, с родителями, детьми, коллегами, партнерами, клиентами
 - 20 ресурс.
- 2) Колода карт "Профессии и хобби", включая предполагаемые профессии будущего, которые могут появиться.
- 3) МАК "Маски - наши роли в жизни"
- 4) МАК "Человек будущего и мультивселенные"

Интересна игра по поиску предназначения, выбора профессии, хобби, реализации себя.

@SvetlanaKohovets

@Tatiana_dudzian

@ElenKa1122333

Мы предлагаем создать:

- текстовые карточки-подсказки к каждому этапу игры (по 15-20 шт. разного цвета, соответствующего этапу (советы, цитаты, глаголы, крылатые фразы и т.п.) для игроков, которым сложно мыслить зрительными образами;
- текстовый набор уникальных аффирмаций (к каждому этапу игры или универсальный), созданных при помощи ИИ;
- набор аудио-медитаций для ведущего;
- стабилизационные островки в игре, куда игрок попадает, делая ходы по полю игры или может быть перемещен решением ведущего. На островках будут находиться карточки, на которых прописаны дыхательные практики, ресурсные мини-упражнения, небольшие задания (например, сказать, какими качествами обладает для осуществления своего запроса, схематически изобразить свой ресурс и т.п.);
- мини-колоду «Лестницы и мосты». Как символы перехода из одного состояния в другое, из одного жизненного этапа в другой. Можно использовать в том числе при переходе на следующий этап игры;
- мини-колоду «Ключи и двери». Возможно, ключ к двери, ведущей к Мечте, у Вас в кармане, что это за ключ, подскажет карточка.
- маршрутные листы к каждому этапу, в которых игрок будет записывать свои ходы, выпавшие ячейки, инсайты, конкретные действия, итоги.

Марина Малонога

Всем привет!

Вот ещё возможные варианты

Колоды-

- 1) Драконы (динозавры)
- 2) энергии (мужские и женские)
- 3) люди и звери
- 4) взрослые и дети
- 5) маски и роли
- 6) деревья и цветы
- 7) птицы и насекомые, (млекопитающие)
- 8) мифические образы и герои
(русалки, феи, маски, водяной, леший, баба- яга и т.п.)

То есть, это как черновой вариант

Названия можно придумать

Команда №12
ДЗ 6

@exisdance
@malva_2021
@yuli_mak
@lr_ma23

Предлагаем такие креативы:

- 1) Колода блоки/ресурсы (двойные +/-; позитив/негатив)
- 2) Сундук с ключом на поле (ячейка «ключ») На этапе блоки/ресурсы
С помощью ключа можно открыть сундук с сокровищами. И игрок может выбрать – воспользоваться ключом, забрать сокровища и завершить игру или оставить ключ на поле и играть дальше. Сундук с сокровищами (это условный сундук) каждый ведущий наполняет по своему желанию. Это может быть бесплатная игра, бесплатная разовая консультация, талисман от ведущего, Аромат(если вы ароматерапевт), бесплатно МАК карты и т.д. – каждый ведущий решает сам чем наполнить сундук.
- 3) Колода «Подсказки от Вселенной»
- 4) Колода «Финальный ресурс» (можно сделать в виде мандал с подписями, как опция можно взять мандалу домой и поработать с ней, помедитировать)
- 5) Как бонус (опционно) предложить мандалу-разукрашку.
- 6) Аудио-медитации, как бонус, который человек может унести с собой с игры. На этапе выхода.
- 7) Колода «Символы пространственных и временных перспектив» (20 замков, 20 ключей, 20 дверей, 20 окон, 20 часов. С описанием) все что открывает измерение времени.