

Техника «Я и другой» сможет помочь раскрыть суть и глубину транзакций между людьми, увидеть скрытые детали, дав возможность поработать с запросами клиентов, их эмоциями и чувствами в различных ситуациях жизни. Эта модель достаточно простая. Она может быть расширена при желании и необходимости во время сессии. Наша задача дать базовую закладку, позволяющую начать работу, а далее самостоятельно проявить свои профессиональные навыки работы с картами, схемами.

Обговариваем с клиентом технику работы в открытую или в закрытую. Для данной методики мы предлагаем использовать колоды: "Я", "Жесты" и "Движения".

1. Определяем запрос и записываем ключевые фразы.
2. Просим из колоды "Я" вытащить карты, которые символизируют самого клиента и другого, о котором идет речь в запросе и с кем связана ситуация.
3. Предлагаем внимательно рассмотреть карты и рассказать о портретах.

- Кого вы видите на портрете?
- Что в нем больше всего привлекает ваше внимание?
- Какая деталь портрета ключевая? Для чего и о чем она говорит?
- Что общего между вами и этим портретом?
- Что отличает вас от этого портрета?

Эти же вопросы разбираем с портретом другого, с которым связана ситуация. Записываем важные выводы о портретах.

3. Глядя на портреты мы продолжаем рассмотрение запроса с помощью колоды "Жесты", которая помогает нам символически увидеть то, что делает клиент и другой в ситуации запроса по отношению друг к другу. Просим клиента выбрать для каждого портрета по одной карте из колоды «Жесты», отвечающие на вопросы:

- Что вы делаете по отношению к другому в данной ситуации?
- Что он(а) делает по отношению к вам в этой ситуации?

Далее задаём проясняющие вопросы по картам:

- Что символизирует ваш жест?
- Что символизирует жест человека, с которым связана ситуация?
- Что этим жестом вы хотите донести?
- Что этим жестом хочет донести другой?
- Чей жест для вас теперь более неприятен?
- Что вы такого делаете, что другой так поступает с вами?
- Что вы обесцениваете?
- Что обесценивает другой?
- Что вы игнорируете?
- Что игнорирует другой?

Запишите важные выводы этого блока работы.

4. Следующий этап - работа с колодой "Движения". Просим клиента выбрать карты, символизирующие движения, как результат действий участников ситуации. Рассматриваем карты задаём вопросы:

- Что символизирует карта о вашем результате движения в рассматриваемой ситуации?
- Что символизирует карта другого как результат его движения в рассматриваемой ситуации?
- Как вы думаете, к чему вас приведёт это движение, если вы и дальше будете так двигаться?
- Как движение другого в этой ситуации повлияло на вас?
- Что с вами происходит, когда другой так движется по отношению к вам?
- Как должно быть иначе?
- Как вы думаете, кто из вас должен первым что-либо изменить? Как?
- Что можете сделать только вы? Как?

Просим записать важные выводы.

Заключительные вопросы:

- Что по вашему мнению будет, когда эта ситуация разрешится?
- Какой результат вас удовлетворит?
- Что нового вы увидели, поняли и осознали?
- Как сейчас изменилось ваше отношение к себе?
- Как изменилось ваше отношение к другому в этой ситуации?

Записываем важные выводы, которые были сделаны во время этого этапа работы.

Сравниваем то, что было записано до начала работы с тем, что записал клиент во время работы с колодами на каждом этапе. Обсуждаем и просим дать обратную связь о всей проделанной работе.

Если возникнет ситуация, в которой клиенту по какой-то причине будет недостаточно одной карты для полноты понимания, можно выбрать дополнительную. Старайтесь не перегружать работу большим количеством карт. Когда клиент вытаскивает много карт и при этом склоняется к тому, что снова чего-то не хватает (так бывает), это становится похожим на заговаривание, а значит он выстраивает защиты и не идёт с вами в работу.

Каждая карта является прекрасным источником для работы. Даже на первый взгляд самый незначительный элемент может стать ключевым. В ней можно увидеть и осознать все необходимое, если есть желание и мотивация к решению поставленной задачи.

Пусть клиент внимательно, неспешно рассматривает карту. Это не просто момент переключения, но и погружения в свой внутренний мир ассоциаций и фантазий, связанных с бессознательным.