

МОНТЕССОРИ ВЕСНА 2022

16-17 апреля

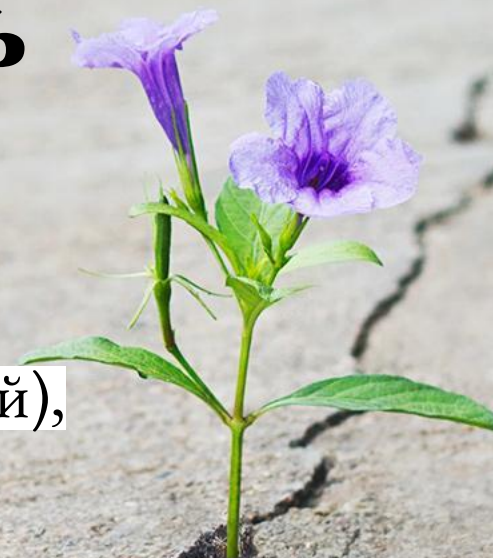


Мастер-класс



«Три вида дел, или как помочь детям, занимаясь своими делами»

Валентина Зайцева, ведущая Работы Байрон Кейти в
МОО «СИМ» («Содружество Исследователей Мыслей»),
Монтессори Ассистент Раннего Детства АМИ,
основательница Montessori School of Moscow



Роль взрослого, подготовленная среда, мировоззрение: знакомимся

- Стадии развития и взрослость с точки зрения Монтессори
- Трансформация и поддержка развития взрослого в Монтессори среде
- Какова ваша роль в Монтессори сообществе и в жизни детей в целом (гид, ассистент, родитель, администратор школы/центра)
- В какой из ваших ролей вы сейчас чаще всего испытываете стресс/
Почему вы пришли на этот мастер-класс (ваши проблемы)



Что такое Работа Байрон Кейти

- Мой опыт и кому подходит Работа
- Работа Байрон Кейти и Монтессори школы
- Что я предлагаю сегодня



Три вида дел: определение

- Мои дела
- Твои дела
- Дела Бога



Три вида дел: упражнение

Чьё это дело (ваше, их, Бога)? Запишите рядом свой ответ:

1. Ваш рост
2. То, во сколько вы ложитесь спать, что вы едите и как часто занимаетесь спортом
3. Настроение или поведение вашего ребенка
4. Ваша реакция на поведение вашего ребенка (подростка), супруга, коллеги, клиента
5. Глобальное потепление
6. Война в мире
7. Болезнь или страдания другого человека
8. С кем вы живете
9. Действия ваших коллег
10. Отношение клиентов к вашей работе



Переходим к исследованию

Найдите конкретный момент в вашей жизни, когда вы точно знали (знаете), что этот человек должен вести себя по-другому, и дайте ему совет.



Кто _____ Что случилось _____ Где _____ Когда _____

Убеждение: Он\она должен(а) _____

Во время фасилитации задайте дополнительный вопрос:

Чьим делом ты занимаешься в этот момент?



Как делать Работу



- Находим момент, в который мы испытываем стресс
- Определяем эмоции и убеждение, вызвавшее их
- Задаем вопросы, озвучиваем ответы, формулируем перевороты (на себя, на другого, на противоположное) и находим примеры к ним

4 вопроса:

1. Это правда? (да или нет)
2. Можешь ли ты с абсолютной точностью знать, что это правда?
3. Как ты реагируешь, когда веришь в эту мысль?
4. Кем бы ты был(а) без веры в эту мысль?

Например, если наше убеждение звучит как “он меня предал”, то будут такие перевороты: “я себя предал(а)”, “я его предал(а)”, “он не предал меня”



Практика Работы: что дальше

- Можно записаться на очные или онлайн сессии со мной индивидуально или в группе: valentina@mosmontessori.ru
- Принять участие в мероприятиях МОО “СИМ”:
<https://samopoznanie-byronkatie.ru>
- Самостоятельно воспользоваться ресурсами с сайта Работы:
<https://thework.com/sites/russkiy/resources>

До новых встреч и спасибо за внимание!

