

## Техника «Скульптура ресурсов»

Цель: анализ и осознание внешних и внутренних, материальных, духовных и социальных ресурсов на пути достижения цели.

Инвентарь: подручные и природные материалы, бумага, бумага, газеты, фольга, камешки и т. д.

Время работы: 30–40 мин.

Алгоритм:

1. Какая твоя цель, что ты хочешь?
2. Из подручных и природных материалов создай скульптуру, которая была бы символическим отражением всех видов ресурсов, которыми ты обладаешь на пути к достижению своей цели. Скульптуру размести на бумаге или картоне формата А-4.
3. Расскажи, что ты создал? Как ты можешь назвать свою скульптуру? Каких ресурсов у тебя больше? Всеми ли ты пользуешься на пути к своей цели? Хочешь ли ты добавить к своей скульптуре ещё что-либо, что бы она стала ещё более устойчивой, основательной? Что это за ресурсы?
4. На каких этапах цели, какие ресурсы будут наиболее полезны?
5. Есть ли ресурсы, ценность которых ты занижаешь или преувеличиваешь?
6. Что ты можешь в целом сказать о своих ресурсах, и о том, как ты их используешь?

Эта техника помогает осознать и научиться применять в жизни дополнительные личностные ресурсы, проявляет актуальные сильные стороны личности.