

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	7
Что такое МАК.....	10
Как работают метафорические карты.....	14
Метафорические карты как инструмент для внутренней опоры.....	18
Основные разделы книги.....	19
Как можно изучать метафорические карты.....	21
Мифы о МАК.....	22
<b>ЧАСТЬ 1. ОСНОВЫ</b> .....	28
Как это работает.....	30
История создания.....	32
МАК: применение.....	33
МАК: базовые правила работы.....	34
МАК: аспекты работы.....	41
Коучинговый подход в работе с МАК.....	54
Как правильно задавать вопросы МАК.....	60
Четыре вопроса планирования.....	65
Главное о коучинге.....	78
<b>ЧАСТЬ 2. КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ МЕТАФОРИЧЕСКИЕ КАРТЫ ДЛЯ ПОМОЩИ СЕБЕ И БЛИЗКИМ</b> .....	81
Как работать с МАК самостоятельно.....	
Техники самопомощи.....	83
Техники.....	85

Познать себя .....	88
Отыскать решение .....	111
Игры, развитие и общение с детьми с помощью МАК.....	118
Простые приемы для поддержки близких.....	128
<b>ЧАСТЬ 3. ПРОВЕДЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ</b> .....	156
Прояснение запроса. Чего я на самом деле хочу? .....	159
Универсальные техники.....	167
Техники работы с темой самооценности.....	179
Техники работы с темой ресурсов и внутренних опор .....	191
Техники работы с целями.....	202
Техники работы с денежными запросами .....	215
Техники работы с темой самореализации и предназначения.....	228
<b>ЧАСТЬ 4. ТРИ «П» ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛОВ: ПОЗИЦИОНИРОВАНИЕ, ПРОДВИЖЕНИЕ И ПРОДАЖИ</b> .....	251
Как позиционировать себя в работе с МАК .....	253
Где искать клиентов? .....	260
Лучшие практики привлечения клиентов.....	270
Как разобраться со страхом продаж .....	276
Что делать с синдромом самозванца .....	284
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	296
<b>БЛАГОДАРНОСТИ</b> .....	301