

# ШАБЛОН

## План будущего квеста для своей жизни, как путешествия

Для работы с шаблоном вам НЕ нужно отправлять запрос на редактирование (это шаблон – файл, доступный всем участникам. Право редактирования означает, что все начнут работать в одном и том же документе).

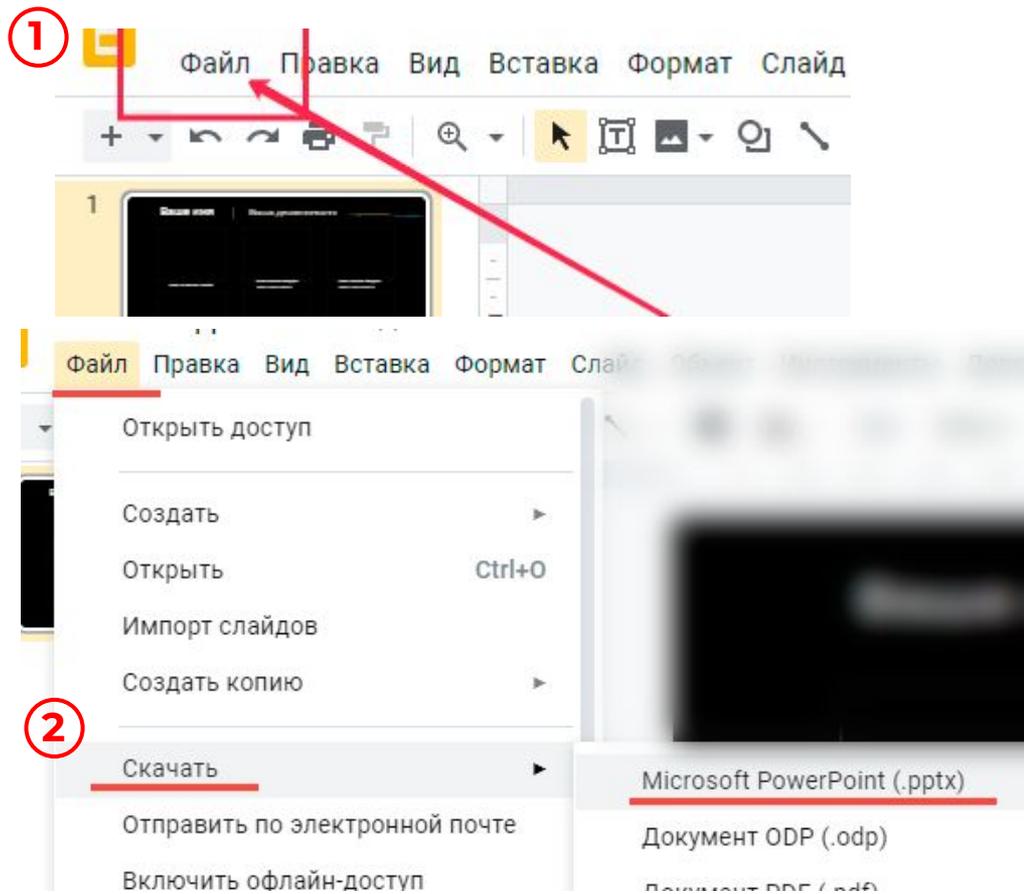
Вы можете редактировать файл онлайн, в Google-документах

**Для этого шаблон нужно сохранить себе:**

Файл > Скачать > выбираем формат .pptx

Далее вы можете открыть его с помощью Google-Презентации (или редактировать в PowerPoint, KeyNote и любой другой программе, позволяющей работать с презентациями)

Приятного творчества!:)



ГЕРОЙ	СЮЖЕТ
<p><b>Обычная жизнь</b> В каком тихом отчаянии живет герой? Какую синицу в руках какому журавлю в небе предпочитает?</p>	<p><b>Открывающий образ</b> Детали, которые сразу позволяют нам почувствовать суть героя и понять, в каком мире какой жизнью он живёт.</p>
<p><b>Подготовка к испытанию</b> Союзники, менторы.</p>	<p><b>То, что обещали трейлер и постер</b> То, ради чего люди пришли.</p>
<p><b>Успешная тренировка</b></p>	<p><b>Герою кажется, что всё получается</b></p>
<p><b>Осознание неизбежности/необходимости принять испытание</b> Герой понимает, что все его прежние методы не работают, и придётся делать что-то новое.</p>	<p><b>Точка невозврата</b> Событие, после которого события в истории могут идти только вперёд. После которого у героя не остаётся опции ничего не делать и ждать пока само всё пройдёт. То, после чего он вынужден действовать и начинать адаптироваться.</p>
<p><b>Встреча с основным испытанием</b> Герой недооценил масштаб проблемы и переоценил свои силы.</p>	<p><b>Ставки возрастают — появляется фактор тикающих часов (мидпойнт)</b> На кон оказалось поставлено что-то более значимое, чем было изначально — у героя появляется дедлайн, что он должен решить проблему до определённого момента.</p>

**Поражение, откат к прежним адаптационным механизмам**

«Гусыня Лоренца»: под влиянием стресса мы откатываемся к прежним механизмам адаптации — проблема, если они были плохими (избегание, аутоагрессия и т.д.).

**Атака сил оппозиции**

Оказывается, что герой многого не учёл. События-триггеры, когда сбываются все самые большие страхи героя и он вынужден снова встретиться с тем, чего больше всего стыдится.

**Осознание — трансформация**

Герой понимает, что ему нужно измениться внутренне, чтобы изменить ситуацию — он осознаёт, какие его качества или привычки всегда вредят ему самому и другим.

**Герой решает внутреннюю проблему и это помогает ему, наконец, увидеть эффективное решение внешней**

**Новый план**

Новая попытка справиться с испытанием.

**Новый план — Кульминационная битва**

Когда герой решает внутреннюю проблему, он видит больше опций и, наконец, находит решение (или погибает — в трагедии).

**Новый баланс**

**Финальный образ**

Новый баланс, к которому всё пришло.