

Проблемы в общении с молодыми людьми/мужчинами.

Автор	Сообщение
-------	-----------

IshaIrisha

№0 | 22.09.2016-22:52

Добрый вечер! Мне 22 года и у меня абсолютно не складываются отношения с противоположным полом (нет даже дружеских отношений с молодыми людьми). Я много раз задавалась вопросом, по какой причине это происходит, и пришла к выводу, что причины нужно искать в детстве... Я росла в семье без отца, близких друзей семьи (именно мужчин) не было, в школьные и студенческие годы я была объектом насмешек со стороны именно мальчиков и молодых людей. Но, от осознания причины моего поведения мне легче не стало... Положительного опыта общения с противоположным полом у меня никогда не было... Сейчас я стала замечать, что стараюсь избегать всяческого общения с мужчинами, они не представляют для меня никого интереса, более того я испытываю страх, какой-то невидимый барьер. Я пыталась преодолеть этот барьер, начиная с малого - с общения в социальных сетях, ничего хорошего из этого не выходит, более того испытываю теперь ещё большее разочарование. Пробовала завести новых знакомых, для совместных прогулок и общения, но и это не увенчалось успехом - желание проводить время, "гулять", как это принято у современной молодёжи, оказывается, не умею и самой мне такие "прогулки" не по душе.

Вобщем-то, руки мои опустились и я не знаю, каким образом мне преодолеть этот страх общения с мужчинами...

Заранее спасибо!

Ирина

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№1 | 22.09.2016-22:59

Добрый вечер, Ирина. У меня большой опыт работы с такими запросами. Если вам интересно, могу провести 30 мин демку, но сразу говорю, перепиской не успеем сделать столько, сколько при очной консультации или хотя бы по скайпу.

У вас есть выбор: - за 30 мин почувствовать что я вам предлагаю, метод работы и т.д. или найти того, кто консультирует бесплатно (у некоторых бесконечные демо. Я так не делаю. У меня есть парочка трехчасовых, если интересно, можете ознакомиться)

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№2 | 22.09.2016-23:03

Сейчас я ложусь спать, чувствую ответа не дождусь уже.. Если условия (см. желтую лампочку) Вас устраивают, то выберем время, в идеале завтра к 9.00

IshaIrisha

№3 | 22.09.2016-23:04

Спасибо, что откликнулись!

Да, мне было бы интересно узнать, какие направления в тактике будут. Время мне подходит.

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№4 | 22.09.2016-23:08

Завтра в 9.00 (утром) я напишу. Подготовьте, пожалуйста, листы А4 желательно (можно и салфетки в крайнем случае) и ручку/карандаш, сходим в прошлое скорей всего. Спокойной ночи.

<p>IshaIrisha №5 22.09.2016-23:09</p>	<p>Спасибо большое!!!!До завтра!</p>
<p>IshaIrisha №6 22.09.2016-23:10</p>	<p>И Вам спокойной ночи!</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №7 23.09.2016-08:54</p>	<p>Ирина, доброе утро. Напишите, пожалуйста, чего вы ожидаете от консультации. Как поймете, что она эффективна?</p> <p>2. Важно ли вам знать почему и как или только хотите изменить ситуацию? Если изменить, то какая цель, чего хотите?</p> <p>№0 IshaIrisha писал(а): преодолеть этот страх общения с мужчинами... (иными словами, что будет, когда не будет страха)</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №8 23.09.2016-08:54</p>	<p>У вас есть еще 6 минут, я просто пораньше написала.</p>
<p>IshaIrisha №9 23.09.2016-08:56</p>	<p>Доброе утро!От консультации ожидаю направления,в котором мне надо действовать,чтобы перебороть свой страх.А также интересно узнать стратегию вашей методики именно в моём случае. [Сообщение изменено: 23.09.2016 - 08:58]</p>
<p>IshaIrisha №10 23.09.2016-08:57</p>	<p>Мне важно знать истоки ситуации,что явилось причиной.Зная причину проще действовать,как мне кажется.</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №11 23.09.2016-08:58</p>	<p>А вы допускаете возможность, что можно "перебороть свой страх" прям на консультации?</p> <p>На сколько баллов из 10 страх сильный? (0 - его нет, 10 - очень сильный!)</p> <p>И до какой отметки хотите его снизить?</p> <p>И что хотите ВМЕСТО страха?</p>
<p>IshaIrisha №12 23.09.2016-08:59</p>	<p>Без своего нынешнего страха стану внутренне раскрепощённое и свободнее.</p>
<p>IshaIrisha №13 23.09.2016-09:00</p>	<p>Сейчас 8 баллов</p>
<p>IshaIrisha №14 23.09.2016-09:00</p>	<p>Может быть,перебороть страх и на консультации.</p>
<p>IshaIrisha №15 23.09.2016-09:01</p>	<p>На мой взгляд,до отметки хотя бы 3-4 балла,это уже состояние более комфортное,наверное.</p>
<p>IshaIrisha №16 23.09.2016-09:03</p>	<p>Я не считаю свой страх критичным,чтобы затевать панику.Но он доставляет сильный дискомфорт</p>

<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №17 23.09.2016- 09:03</p>	<p>Очень хорошо. Берите листы бумаги и ручку и найдите в комнате место, где вам хочется стать по отношению к вашему запросу. Просто станьте туда, куда хочется, чтобы решить эту проблему и достичь цели.</p>
<p>IshaIrisha №18 23.09.2016- 09:04</p>	<p>Встала</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №19 23.09.2016- 09:04</p>	<p>На 1 листе напишите: Проблема.</p>
<p>IshaIrisha №20 23.09.2016- 09:04</p>	<p>Ок</p>
<p>IshaIrisha №21 23.09.2016- 09:04</p>	<p>Стою напротив зеркала</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №22 23.09.2016- 09:05</p>	<p>Положите его на это место и встаньте на него обеими ступнями. Что тут чувствуется?</p>
<p>IshaIrisha №23 23.09.2016- 09:05</p>	<p>Волнение какое-то</p>
<p>IshaIrisha №24 23.09.2016- 09:06</p>	<p>Ощущение неизвестности</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №25 23.09.2016- 09:06</p>	<p>о чем это волнение? насколько оно сильное. Неизвестность в каком контексте? (замеряйте все по уже известной вам 10 балльной шкале)</p>
<p>IshaIrisha №26 23.09.2016- 09:07</p>	<p>Появилось ощущение давления в грудной клетке</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте</p>	<p>Если кажется, что вопрос непонятный/сложный, то пишите. что первое идет в голову, не думая. Как если бы знали</p>

№27 23.09.2016-09:07	
IshaIrisha №28 23.09.2016-09:07	Волнение перед лицом страха,наверное
IshaIrisha №29 23.09.2016-09:09	Неизвестность относительно своих ощущений в своём теле. Никогда не задавала ему такой вопрос и не слышала ответа
IshaIrisha №30 23.09.2016-09:09	Волнение на 7 баллов
Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №31 23.09.2016-09:09	сдавлен эмоциональный центр... Ок. Запомните это. Теперь спиной и можно закрытыми глазами найти точку2: Критический инцидент. Когда-то в вашей жизни произошло негативное событие, которое привело к определенным последствиям. Сейчас нам не так важно знать, что именно произошло, ваша задача всего лишь найти эту точку в пространстве.
IshaIrisha №32 23.09.2016-09:09	№27 Софи Лемус писал(а): Ок
IshaIrisha №33 23.09.2016-09:10	№31 Софи Лемус писал(а): Запомнила
IshaIrisha №34 23.09.2016-09:11	Встала,спиной к шкафу. Просто сама туда пошла почему то
Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №35 23.09.2016-09:11	№28 IshaIrisha писал(а): Волнение перед лицом страха,наверное Очень символично, что вы стали перед зеркалом... Т.е. как бы собрались пообщаться с самой собой, взглянуть на себя.. И на свои страхи. Поймите, что в основе страха обычно лежит позитивное намерение, например, уберечь, защитить, только эта часть сформировалась в слишком раннем возрасте, поэтому вместе с защитой еще и чересчур ограждает от Мужчин, одновременно перекрывая дорогу удовольствиям и радости от общения с ними.. До этого еще дойдем.
IshaIrisha №36 23.09.2016-09:12	Понятно
IshaIrisha №37 23.09.2016-09:13	Я тоже так решила по поводу зеркала.
Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №38 23.09.2016-09:13	Отлично. Теперь надпишите: Кр.инц. на втором листке и положите его на то место, куда во второй раз стали (у шкафа). Вышагните из этого листка и посмотрите со стороны: кто на листе? что на листе? Если там вы маленькая (ребенок), то сколько этой девочке лет? в каком она состоянии? что делает, возможно что-то говорит

<p>IshaIrisha №39 23.09.2016-09:14</p>	<p>Лет 8-9 мне</p>
<p>IshaIrisha №40 23.09.2016-09:15</p>	<p>Сразу всплыла атмосфера школы, начальные классы. Вижу холл возле кабинета</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №41 23.09.2016-09:15</p>	<p>Все это началось (насмешки и прочее) в этом возрасте или ощущали страх еще раньше? нам надо найти самую раннюю точку, когда произошел первый кр. инц. Проверьте, попробуйте пройти спиной еще дальше в прошлое, если там нет таких точек, то значит в 8-9 лет первое событие произошло</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №42 23.09.2016-09:16</p>	<p>У вас хороший контакт с бессознательным (подсознанием), с вами легко работать</p>
<p>IshaIrisha №43 23.09.2016-09:16</p>	<p>По моему это и есть отправная точка. До этого никаких неприятных ощущений нет</p>
<p>IshaIrisha №44 23.09.2016-09:17</p>	<p>№42 Софи Лемус писал(а): Спасибо, стараюсь</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №45 23.09.2016-09:17</p>	<p>Ок. Тогда сейчас чуточку теории, чтобы было понятно, что мы собираемся делать</p>
<p>IshaIrisha №46 23.09.2016-09:17</p>	<p>Скорее всего причина где-то в этом возрасте</p>
<p>IshaIrisha №47 23.09.2016-09:18</p>	<p>Хорошо</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №48 23.09.2016-09:20</p>	<p>Считается, что, то ли по закону притяжения, то ли по еще какому-то закону, реализуется в нашей жизни то и только то, что есть в нашей голове: мысли, эмоции (в груди) и т.д. Предположим, что у вас некогда (иногда бывает даже в утробе матери или вообще в прошлой жизни, правда это реже) было некое убеждение. Сейчас мы еще не знаем, что это было за убеждение, но оно было явно не вполне экологичным, т.е. негативным было. И оно спровоцировало этот критический инцидент, как бы привлекло его в вашу жизнь, т.к. вы его подсознательно ожидали. Найдите точку УБЕЖДЕНИЕ. (пока не выясняем, что вы там думали)</p>
<p>IshaIrisha</p>	<p>Можно с закрытыми глазами найти точку?</p>

№49 23.09.2016-09:21	
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №50 23.09.2016-09:21</p>	<p>Конечно</p>
<p>IshaIrisha №51 23.09.2016-09:22</p>	<p>Всё,нашла.Встала напротив закрытой двери</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №52 23.09.2016-09:23</p>	<p>многим людям легче сконцентрироваться на своих ощущениях с закрытыми глазами. Поскольку вы как бы просматриваете некие образы, то даже рекомендуется закрывать глаза, чтобы не портилось физическое зрение, т.к. задействован третий глаз для просмотра квантового мира... и организм может посчитать, что физические глаза больше не важны</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №53 23.09.2016-09:23</p>	<p>Надписали, встали в эту точку.</p>
<p>IshaIrisha №54 23.09.2016-09:23</p>	<p>Положила листок на это место</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №55 23.09.2016-09:23</p>	<p>И теперь не думая: какое это было убеждение? (во что верили? чего ожидали)</p>
<p>IshaIrisha №56 23.09.2016-09:24</p>	<p>Пришли в голову слова:борьба,сила</p>
<p>IshaIrisha №57 23.09.2016-09:25</p>	<p>Сейчас уже пошли мысли лишние,а первоначально пришли в голову эти слова</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №58 23.09.2016-09:25</p>	<p>хорошо. Как если бы вы знали и могли ответить мне, то как вы понимаете? что это значит?</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование</p>	<p>озвучьте "лишние" мысли, возможно они совсем не лишние..</p>

<p>г. Москва Сейчас на сайте №59 23.09.2016-09:26</p>	
<p>IshaIrisha №60 23.09.2016-09:26</p>	<p>№58 Софи Лемус писал(а): Стараюсь подумать</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №61 23.09.2016-09:26</p>	<p>Иногда сперва всплывает ядро, а спустя секунды обрастает контекстом, деталями</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №62 23.09.2016-09:27</p>	<p>если бы слова "борьба ", "сила" были убеждением, то как бы полностью звучало это убеждение?</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №63 23.09.2016-09:27</p>	<p>у меня есть догадки, но я не имею права озвучивать их, вернее имею, когда совсем затык.</p>
<p>IshaIrisha №64 23.09.2016-09:27</p>	<p>Хорошо. Может такой вариант: мне очень не нравится происходящее на моих глазах насилие. я стараюсь чем то помочь людям которым тяжело. Возможно, это как бы борьба с силой других</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №65 23.09.2016-09:28</p>	<p>вышагните с листка и посмотрите: кто там на листке?</p>
<p>IshaIrisha №66 23.09.2016-09:29</p>	<p>Сейчас вспоминаю, что как раз в нач. классах была свидетелем того, как мальчишки обижают девочек</p>
<p>IshaIrisha №67 23.09.2016-09:29</p>	<p>И я за них вступалась</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте</p>	<p>Правильно ли я понимаю, что "боролись" с мальчиками?</p>

№68 | 23.09.2016-09:30

IshaIrisha Опять та же девочка,поймашая какого то мальчишку за ручку портфеля.

№69 | 23.09.2016-09:30

IshaIrisha №68 | Софи Лемус писал(а):

№70 | 23.09.2016-09:31

Можно и так сказать,мне не нравилось любое проявление насилия к кому либо

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№71 | 23.09.2016-09:32

Ок. Еще минут 5 есть? Теперь: мы нашли кр.инц. и убеждение. Но после того, как произошел кр.инц., вы как бы убедились в том, во что верили когда-то. И после этого события приняли (неосознанно) некое РЕШЕНИЕ. Найдите точку решения , встаньте на него и назовите, что вы решили когда-то?

IshaIrisha

№72 | 23.09.2016-09:32

Сейчас вспоминаю,что ощущения были у меня очень неприятные,мне было страшно,я сама боялась этих мальчишек,но защищала других

IshaIrisha

№73 | 23.09.2016-09:32

Есть

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№74 | 23.09.2016-09:33

Если у вас есть еще минут 5, то могу продлить.

IshaIrisha

№75 | 23.09.2016-09:33

А можно сесть?

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№76 | 23.09.2016-09:33

Да

IshaIrisha

№77 | 23.09.2016-09:33

№74 | Софи Лемус писал(а):

Буду очень признательна!)

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№78 | 23.09.2016-09:34

Ищем точку РЕШЕНИЕ и пишем мне что это за решение

IshaIrisha

№79 | 23.09.2016-09:34

Сижу на диване,полбоком от зеркала

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование

г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№80 | 23.09.2016-
09:35

а сидя вам удобно будет эту точку найти?

IshaIrisha

№81 | 23.09.2016-
09:35

Первое, что пришло в голову: Найти силы

IshaIrisha

№82 | 23.09.2016-
09:36

Думаю, что это означает, что мне не хватает в себе силы, чтобы изменить ситуацию

IshaIrisha

№83 | 23.09.2016-
09:38

№80 | Софи Лемус писал(а):

Да, я ощущаю эту точку, на кончиках пальцев ног сконцентрирована какая-то тяжесть

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование

г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№84 | 23.09.2016-
09:41

Итак, у вас есть 3 точки в прошлом и точка проблема. Остается найти еще 2 точки в будущем, после чего перенести ресурсы из будущего в прошлое. Где-то в будущем есть место, где та Ирина, которая уже освободилась от страхов и у нее ладятся отношения с М. Это точка Альтернатива. Найдите ее.

IshaIrisha

№85 | 23.09.2016-
09:42

Нашла, встала на листок

IshaIrisha

№86 | 23.09.2016-
09:43

Стою боком к зеркалу, себя не вижу. Напротив окна

IshaIrisha

№87 | 23.09.2016-
09:44

№84 | Софи Лемус писал(а):

От этих слов тепло стало и я даже улыбнулась

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование

г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№88 | 23.09.2016-
09:44

Точка Результат (впереди Альтернативы, т.е. дальше в будущее)

В точке Результат вы можете заметить как изменилась ваша Жизнь. (в альтернативе изменились Вы, а в Рез. - уже и жизнь в следствие ваших изменений).

Тоже отмаркируйте (положите лист и надпишите его) эти 2 точки (последовательно), ассоциируйтесь (встаньте ножками на них по очереди) и скажите: как ощущения? Потом сойдите с листков и посмотрите со стороны: все ли нравится в этом новом образе? Чем там Ирина отличается от вас? Возможно вы даже увидите эти отличия у нее в теле в виде предметов или цвета

IshaIrisha

№89 | 23.09.2016-
09:47

Результат: вижу себя теперешнего возраста, от меня веет спокойствием и внутренним упоением. Это мой идеал!

IshaIrisha

№90 | 23.09.2016-
09:47

Белое свободное платье на мне и длинные волнистые волосы)

Софи Лемус

Интересно, знаете ли вы, что по тесту Люшера белый - цвет свободы?..))

<p>Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №91 23.09.2016-09:48</p>	
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №92 23.09.2016-09:48</p>	<p>Ирина, я не могу прекратить работу прямо сейчас, это было бы кошунственно..</p>
<p>IshaIrisha №93 23.09.2016-09:49</p>	<p>№91 Софи Лемус писал(а): Нет!!!</p>
<p>IshaIrisha №94 23.09.2016-09:49</p>	<p>№92 Софи Лемус писал(а): Вы-моя спасительница!</p>
<p>IshaIrisha №95 23.09.2016-09:50</p>	<p>Альтернатива: не вижу ничего, только ощущения есть: некоего боевого клича</p>
<p>IshaIrisha №96 23.09.2016-09:51</p>	<p>Когда перед боем собирали войнов и говорили им напутствующие слова</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №97 23.09.2016-09:52</p>	<p>Обратитесь по очереди или вместе к образам себя в точках Альтернатива и Результат. Попросите поделиться с вами ресурсами, потому что от них точно не убудет, этих ресурсов у них в неограниченном количестве, а вам они очень помогут! Обычно образы с радостью делятся ресурсами. Они согласны? что они передают вам или позволяют взять? А можете после того как обратились к образам в Альтернативе и Результате с их разрешения встать на их место, и представить, что впитываете в себя все то хорошее, чем они отличаются от вас в сегодняшнем дне. Представьте, как их позвоночник совмещается с вашим, как вы пропитываетесь и насыщаетесь всем тем, что поможет вам обрести все то, что вы хотите обрести, с чувством благодарности выйдите</p>
<p>IshaIrisha №98 23.09.2016-09:52</p>	<p>А войны дружно отзывались:Ура!!!!Вперед!!! И картинка эта сейчас перед глазами</p>
<p>IshaIrisha №99 23.09.2016-09:54</p>	<p>Эти точки вместе,но больше всего таки Результат говорят мне,что желаемое близко.мне не хватает душевного равновесия,независимости.Именно независимость от других и от ситуации даст мне сил</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №100 23.09.2016-09:55</p>	<p>№95 IshaIrisha писал(а): некоего боевого клича Боевой клич меня насторожил немного.. Давайте поразмышляем: если вы всю сознательную жизнь "боролись" с сильным полом, то каковы шансы наладит с ними отношениями, раз пол сильный? он априори сильнее вас (физически и как-то еще), но ваша сила может заключаться в чем-то другом... В каком-то качестве женском.. Помните цитату: сила слабого пола заключается в слабости сильного пола к слабому..)) можете назвать эти качества? чем, если не силой, можно</p>

"побороть" мужиков? (под побороть имею ввиду: очаровать, завязывать и строить отношения, в общем, получать удовольствие от общения с ними, от них самих)

IshaIrisha №101 23.09.2016-09:55	Они согласны мне помочь, образ девушки в белом уже часть меня. А вот Альтернатива отзывается каким то странным ощущением тяжести в животе.
IshaIrisha №102 23.09.2016-09:56	Она почему-то сопротивляется мне
Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №103 23.09.2016-09:57	Войны прикольные, такие, воодушевленные)) Но побеседуйте с ними, скажите здрастье, войны! Вы молодцы, такие сплоченные и т.д. Но вашу энергию бы в другое русло направить, чтобы мне это принесло счастья женского, (можете добавит от себя что хотите). Спросите, а для чего они все воюют? Ведь так они не смогут подружиться с мужчинами
IshaIrisha №104 23.09.2016-09:58	Влюбить в себя, сделать зависимыми от своей личности в хорошем смысле)
Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №105 23.09.2016-09:58	№101 IshaIrisha писал(а): Они согласны мне помочь, образ девушки в белом уже часть меня. Хорошо. Альтернатива сопротивляется.. Давайте посмотрим что там в животе у нее? как если бы могли видеть, то какого оно размера, цвета, формы, консистенции, на что похоже?
IshaIrisha №106 23.09.2016-10:00	Войны говорят, что они бы с радостью не воевали бы, но это приказ того громкоголового мужика, который им кричит напутствие
IshaIrisha №107 23.09.2016-10:01	Альтернатива-это шар, чёрный, маленький, но очень тяжёлый..
Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №108 23.09.2016-10:01	Посмотрите на этого "ходячего громкоговорителя": он знаком вам?
IshaIrisha №109 23.09.2016-10:02	Я его не вижу, только слышу
Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №110 23.09.2016-10:03	№107 IshaIrisha писал(а): Альтернатива-это шар, чёрный, маленький, но очень тяжёлый.. У него ест Хозяин? Кто-то когда-то передал вам этот шар или он ваш собственный?

<p>IshaIrisha №111 23.09.2016-10:03</p>	<p>Хотя:странно,что все войны на лошадях,а он нет.Я почему-то это знаю</p>
<p>IshaIrisha №112 23.09.2016-10:04</p>	<p>№110 Софи Лемус писал(а): Он мой,он постепенно рос,увеличиваясь не в размере,а в в весе</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №113 23.09.2016-10:04</p>	<p>лошадь символизирует личную жизнь... Скажите ему, даже если не видите: это твой шар? (черный - цвет страха, негативизма) Для чего ты мне его дал?</p>
<p>IshaIrisha №114 23.09.2016-10:05</p>	<p>К образу того мужика пришло имя и даже какие-то внешние черты</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №115 23.09.2016-10:05</p>	<p>№112 IshaIrisha писал(а): Он мой,он постепенно рос,увеличиваясь не в размере,а в в весе Ок. Вытащите его из Альтернативного образа и положите куда-то на пол, положите под него лист надпишите: тяжелый черный шар</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №116 23.09.2016-10:05</p>	<p>№114 IshaIrisha писал(а): К образу того мужика пришло имя и даже какие-то внешние черты Имя? это знакомый?</p>
<p>IshaIrisha №117 23.09.2016-10:06</p>	<p>№115 Софи Лемус писал(а): В центре комнаты</p>
<p>IshaIrisha №118 23.09.2016-10:07</p>	<p>№116 Софи Лемус писал(а): Да,это мой одноклассник. Мы жили с ним в одном доме</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №119 23.09.2016-10:08</p>	<p>поприветствуйте и скажите: я позволяю тебе проявить себя в полной мере! (чтобы он раскрылся, т.к. в шарах обычно что-то/кто-то прячется, скрывается, пытается провести)</p>
<p>IshaIrisha №120 23.09.2016-10:08</p>	<p>Собственно, он и был наверное источником моих страхов тогда. Даже идя по подъезду я очень боялась,что его встречу</p>
<p>IshaIrisha №121 23.09.2016-10:09</p>	<p>Поприветствовала,он смотрит и молчит</p>

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№122 | 23.09.2016-
10:10

№120 | IshaIrisha писал(а):

Собственно, он и был наверное источником моих страхов тогда. Даже идя по подъезду я очень боялась, что его встречу

Ясно.. Давайте проработаем сперва черную хитрюгу

IshaIrisha

№123 | 23.09.2016-
10:10

№121 | IshaIrisha писал(а):

Поприветствовала, он смотрит и молчит

Я вижу только его голову

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№124 | 23.09.2016-
10:10

Поприветствовать шарик, а не М

IshaIrisha

№125 | 23.09.2016-
10:10

№122 | Софи Лемус писал(а):

Окей)

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№126 | 23.09.2016-
10:11

Он еще не готов с вами общаться (или вы, не важно), сперва поэтому част проработаем, потом дальше пойдём

IshaIrisha

№127 | 23.09.2016-
10:11

Понятно

IshaIrisha

№128 | 23.09.2016-
10:12

Поприветствовала, шарик закрутился и я отчётливо его вижу

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№129 | 23.09.2016-
10:12

он все еще шар или как-то себя иначе проявляет?

IshaIrisha

№130 | 23.09.2016-
10:12

Он уже вне моего тела, висит в воздухе рядом

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№131 | 23.09.2016-
10:12

крутится по часовой стрелке или против?

IshaIrisha

Он шар, только цвет сменился. не могу рассмотреть только

№132 | 23.09.2016-10:13

IshaIrisha

По часовой стрелке

№133 | 23.09.2016-10:14

IshaIrisha

Цвет сменился на серый, очень насыщенный, с переливами

№134 | 23.09.2016-10:14

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№135 | 23.09.2016-10:14

Попробуйте его на пол положить или попросить его приземлиться... Если откажется спросить что или кто в нем взлетает?

IshaIrisha

Он приземлился на пол и перекачивается медленно из стороны в сторону

№136 | 23.09.2016-10:16

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№137 | 23.09.2016-10:16

У меня остается 10 минут, потом я уйду по делам.. Перепиской долго конечно. Давайте попробуем успеть хотя бы шарик трансформировать. Скажите ему, что время заканчивается, и если он хочет быть понятым вами, то пусть сотрудничает, иначе таким и останется

IshaIrisha

У меня ощущение лёгкости в теле, мне кажется, что шар так и останется вне меня, но будет всегда рядом

№138 | 23.09.2016-10:17

IshaIrisha

Хорошо

№139 | 23.09.2016-10:17

IshaIrisha

Он-за

№140 | 23.09.2016-10:18

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№141 | 23.09.2016-10:18

Ок.

№136 | IshaIrisha писал(а):

Он приземлился на пол и перекачивается медленно из стороны в сторону

Скажите ему примерно следующее: Привет шарик, я принимаю тебя. (попытайтесь искренне принять его как данность, что да, он есть.) Знаю, что ты не мучитель, а учитель.. Хотя ты мне и даешь тяжесть в груди, но я знаю, что это для чего-то хорошего, только еще пока не знаю для чего... Подскажи мне- для чего ты мне дан?

Софи Лемус

Психолог, Интегральное
нейропрограммирование
г. Москва

[Сейчас на сайте](#)

№142 | 23.09.2016-10:19

№138 | IshaIrisha писал(а):

У меня ощущение лёгкости в теле, мне кажется, что шар так и останется вне меня, но будет всегда рядом

Это временное ощущение, он не проработан и скорее всего снова займет свое место.

<p>IshaIrisha №143 23.09.2016-10:20</p>	<p>Немного невнятно говорит, что мне нужна работа над собой, осознание себя. Без него я бы к этому не пришла</p>
<p>IshaIrisha №144 23.09.2016-10:22</p>	<p>То есть он является стимулом к достижению моего идеала</p>
<p>IshaIrisha №145 23.09.2016-10:23</p>	<p>№141 Софи Лемус писал(а): Ок. Скажите ему примерно следующее: Привет шарик, я принимаю тебя. (попытайтесь искренне принять его как данность, что да, он есть.) Знаю, что ты не мучитель, а учитель.. Хотя ты мне и даешь тяжесть в груди, но я знаю, что это для чего-то хорошего, только еще пока не знаю для чего... Подскажи мне- для чего ты мне дан? Меня абсолютно не раздражает его присутствие, даже, наоборот, он как бы часть меня</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №146 23.09.2016-10:24</p>	<p>№143 IshaIrisha писал(а): Немного невнятно говорит, что мне нужна работа над собой, осознание себя. Без него я бы к этому не пришла Да, это и правда полезно практически всем людям. Поблагодарите его за то что он служит вашему росту и развитию, но скажите также, что он закрывает личную жизнь вам.. (только не обвиняя, а просто как факт). Скажите, что если бы у вас была возможность общаться с молодыми людьми, то вы бы быстрее набрались опыта, как себя стоит вести с ними, научились бы разбираться лучше в людям в целом и в мужчинах в частности, и все это безусловно привело бы к вашему росту. Как он реагирует? Спросите, какого ресурса не хватает ему, чтобы не через тяжесть в груди и страх способствовать росту, а через общение с мужчинами, через выход к ним со спокойным достоинством, любовью и уважением к себе .</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №147 23.09.2016-10:25</p>	<p>может он попросит какой-то предмет или просто вам увидится свет какого-то цвета. А может вы внутренним взором увидите сами что ему стоит для этого передать, подарить</p>
<p>IshaIrisha №148 23.09.2016-10:25</p>	<p>Он спокойно меня слушает, молчит</p>
<p>IshaIrisha №149 23.09.2016-10:27</p>	<p>Не говорит ничего. Мне пришла картинка: холмистая местность, всё зелено и ведомый ветром летит шелковый платок, в фиолетовой гамме</p>
<p>IshaIrisha №150 23.09.2016-10:27</p>	<p>Думаю, что это означает внутреннюю свободу</p>
<p>IshaIrisha №151 23.09.2016-10:29</p>	<p>№147 Софи Лемус писал(а): может он попросит какой-то предмет или просто вам увидится свет какого-то цвета. А может вы внутренним взором увидите сами что ему стоит для этого передать, подарить Он говорит, что надо его отпустить, но только я его сама удерживаю...</p>

<p>IshaIrisha №152 23.09.2016-10:31</p>	<p>Даже сейчас, переместившись в другую точку комнаты я почему-то взяла листок с надписью Шар с собой и положила рядом...</p>
<p>IshaIrisha №153 23.09.2016-10:32</p>	<p>Хотя все предыдущие листки остались на прежних местах...</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №154 23.09.2016-10:32</p>	<p>Хорошие вещи открываются.. Зеленый - уверенность) если трава - то желания... Т.е. вы подавили какие-то желания, а сейчас они оживают) про платок отдельная история.. Сейчас уже мне пора идти.. Можете собрать маркеры и хранить их какое-то время, пока они не станут для вас обычной бумагой. Поблагодарите все образы, которые увидели, за то что они пошли на контакт. себя, за то что старались и почти не сопротивлялись) Только не обещайте им ничего, если не уверены, что не сможете выполнить обещание, если им сказать: я вас проработаю потом! то наступит облегчение , но это будет временно. Тоже приятно, но недолговечно. Перепиской очень долго, конечно.. Живьем быстрее, ну или голосом хотя бы.</p>
<p>Можете попробовать поместить шар в тот пейзаж, пусть там с ним произойдет то, что поможет вам наладить отношения, а когда произойдет и он будет нравится вам хотя бы на 8 из 10, то введите его обратно в альтернативу, (а может это будет уже не шар, а другое, но следите за своими ощущениями! должно очень нравится, если есть сомнения - не вводите).</p>	
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №155 23.09.2016-10:34</p>	<p>№151 IshaIrisha писал(а): Он говорит, что надо его отпустить, но только я его сама удерживаю... мудрый шар..) Да. мы сами удерживаем все. Даже мучительная болезнь - наше неосознанное решение, принятое когда-то.</p>
<p>Софи Лемус Психолог, Интегральное нейропрограммирование г. Москва Сейчас на сайте №156 23.09.2016-10:35</p>	<p>Оставьте отзыв, пожалуйста, и понаставьте "спасибо") это для рейтинга, а то я ленюсь последнее время демо проводить и рейтинг падает)) Спасибо! Всего доброго!</p>
<p>IshaIrisha №157 23.09.2016-10:37</p>	<p>Спасибо Вам огромное!</p>
<p>IshaIrisha №158 23.09.2016-10:37</p>	<p>Да, мне и самой, наверное, при личной встрече было бы комфортное.</p>
<p>IshaIrisha №159 23.09.2016-10:38</p>	<p>Обязательно оставлю отзыв! Вы-замечательный специалист и человек! Спасибо ещё раз!</p>