



КАК БЫТЬ У СЕБЯ НА ПЕРВОМ МЕСТЕ



500 ₽

ЛитРес:

ОДИН КЛИК ДО КНИГ

АНТИСТРЕСС

ДЛЯ ВСЕХ



1000 ₽

OZON



1000 ₽

OZON



РАЗБОРКИ

1 МЕСТО



500 ₽

ЛитРес:

ОДИН КЛИК ДО КНИГ

Светлана Фёдорова

Психолог

- 13 лет в практической психологии.
- 1500 часов практики тренингов, персональных консультаций и коучинга.
- Регулярно прохожу личную терапию и профессиональную переподготовку.

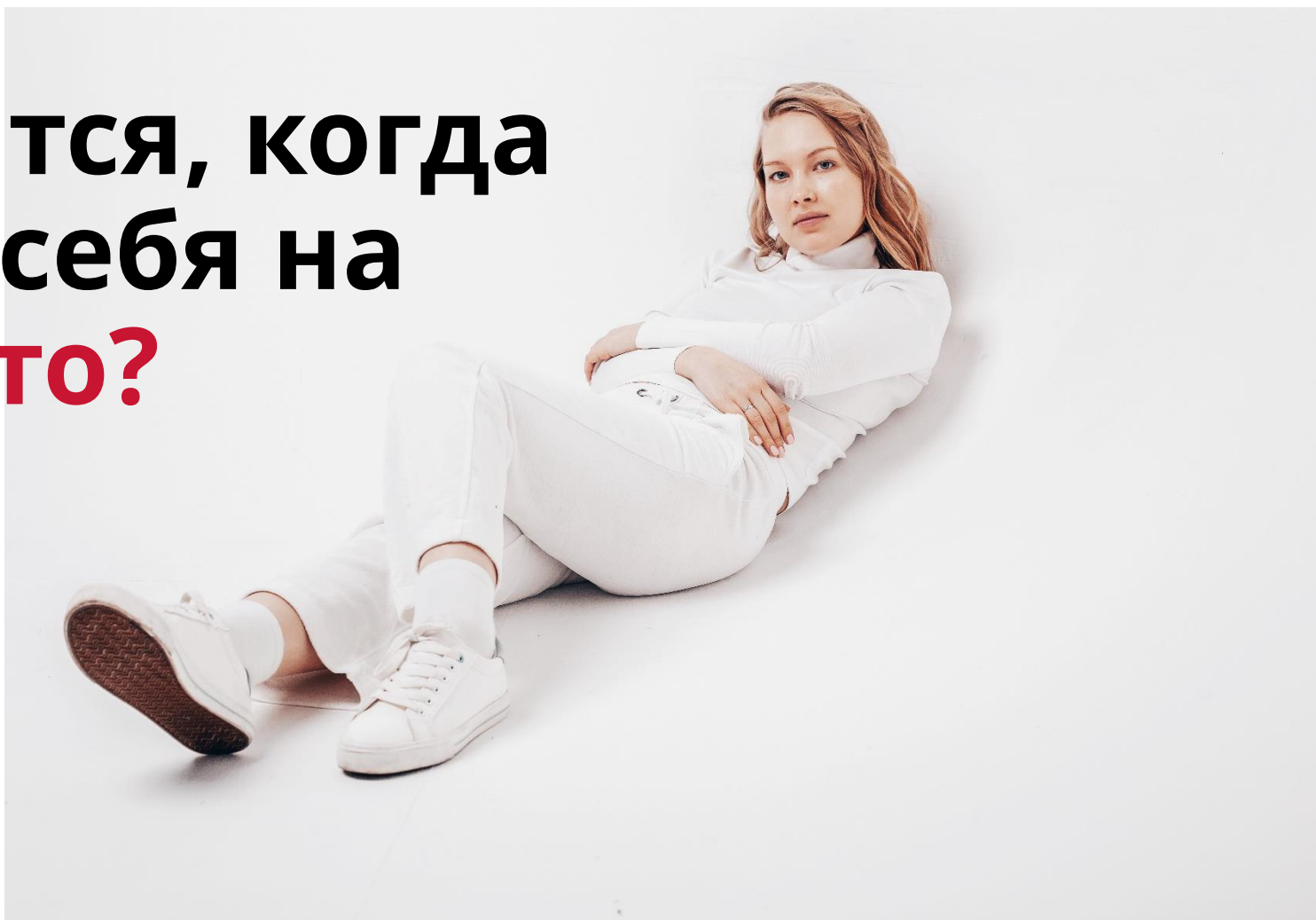
БашГУ - Биофак

БашГУ - Психфак

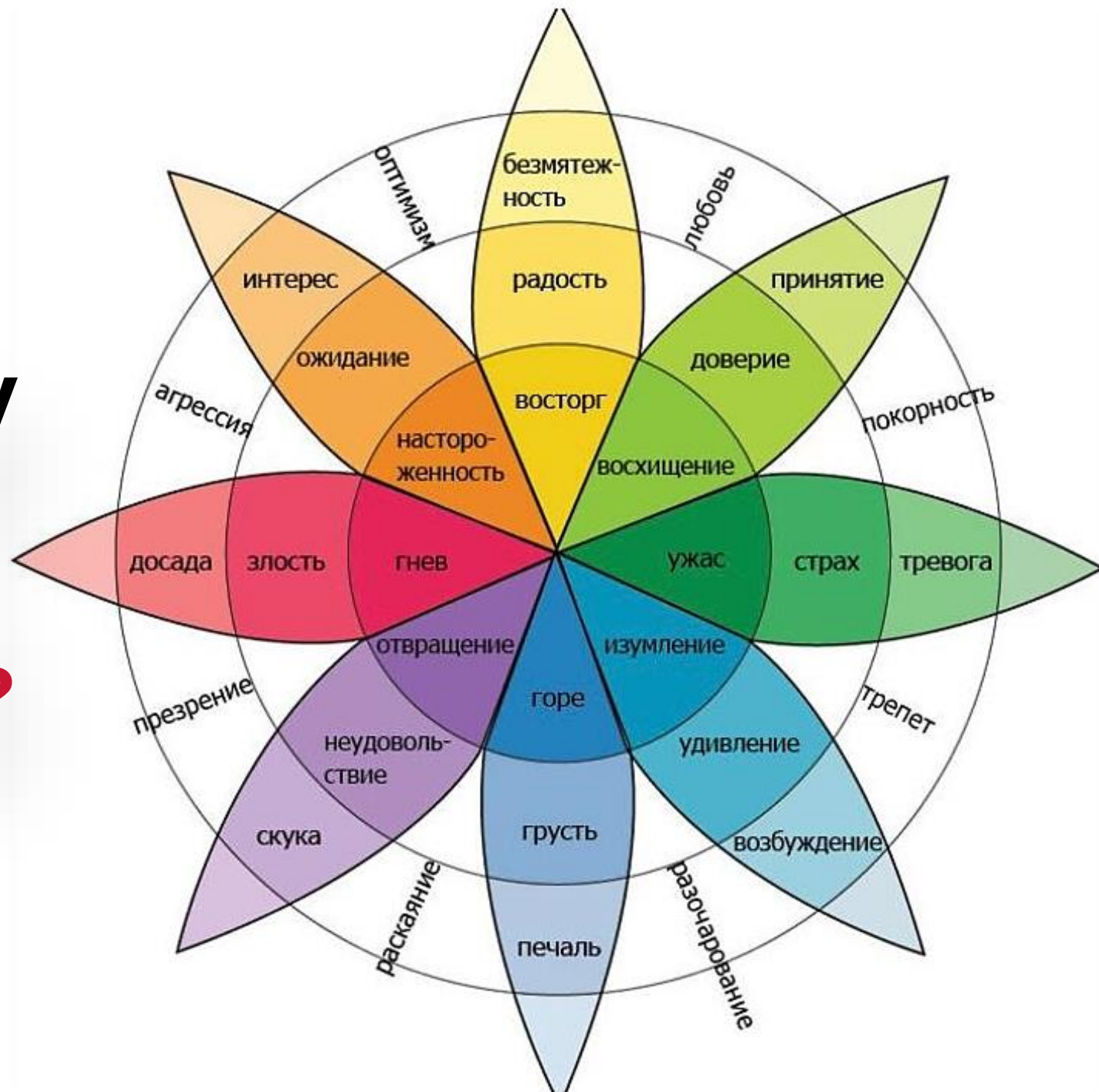
Коучинг



**Что изменится, когда
поставишь себя на
Первое место?**



**Какие чувства у
меня вызывает
«Быть у себя на
первом месте»?**



Как тебе кажется, как у тебя сейчас в жизни **расставлены приоритеты?**

Муж

Карьера

Дети

Я

Семья (родственники)

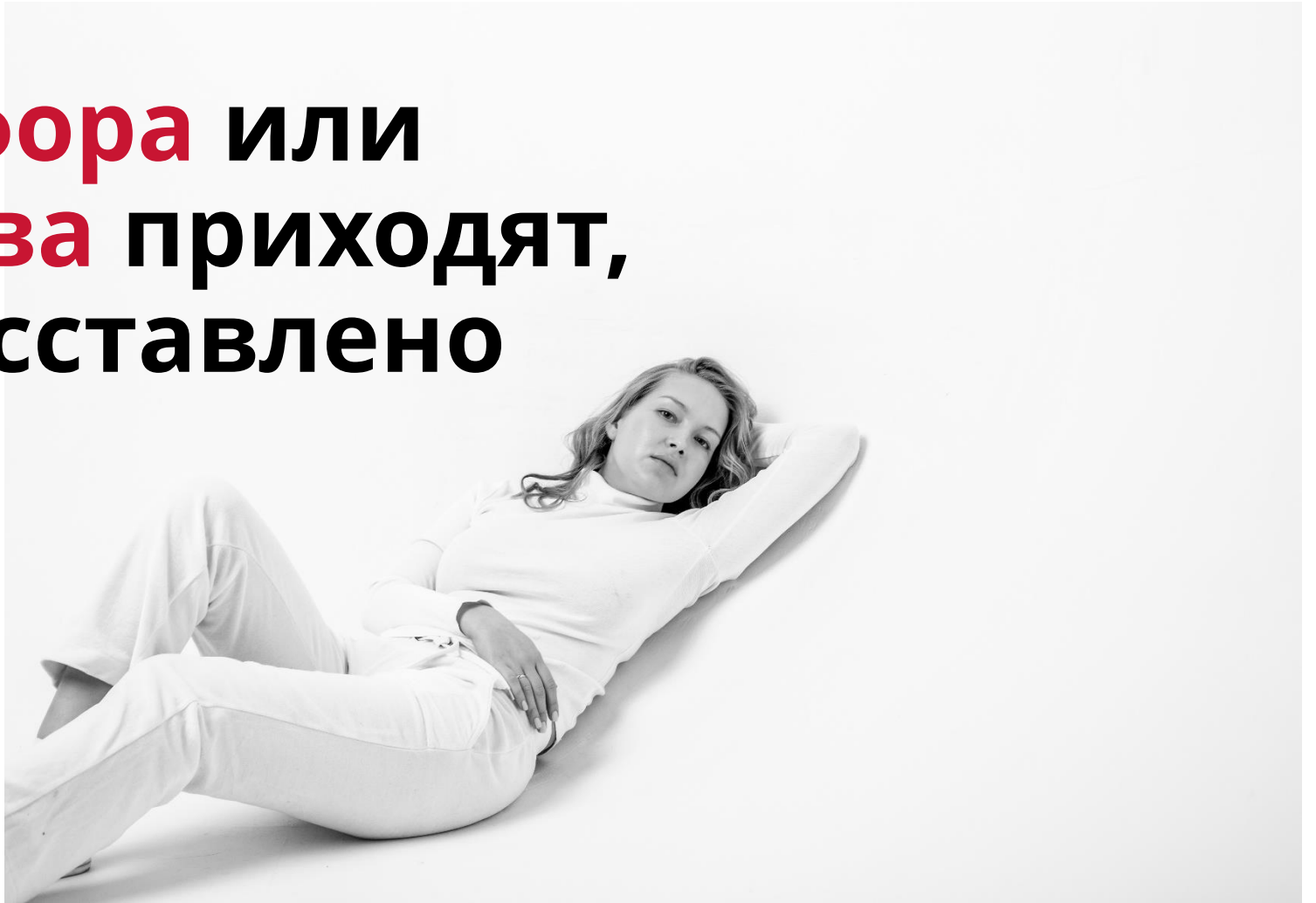
Хобби

Духовность

Друзья



Какая **метафора** или
какие **чувства** приходят,
когда всё расставлено
так?



1 позиция – 1 кружочек



**Духовность
Хобби
Карьера
Дети
Я
Семья
Друзья
Муж**

АНАЛИЗ:

- **Какой кружочек самый большой?**
- **Кто в центре?**
- **С кем связь отсутствует?**
- **С кем связь слишком тесная?**
- **Чей кружочек деформирован, закрашен?**

Как тебе такой вариант?

Что чувствуешь?

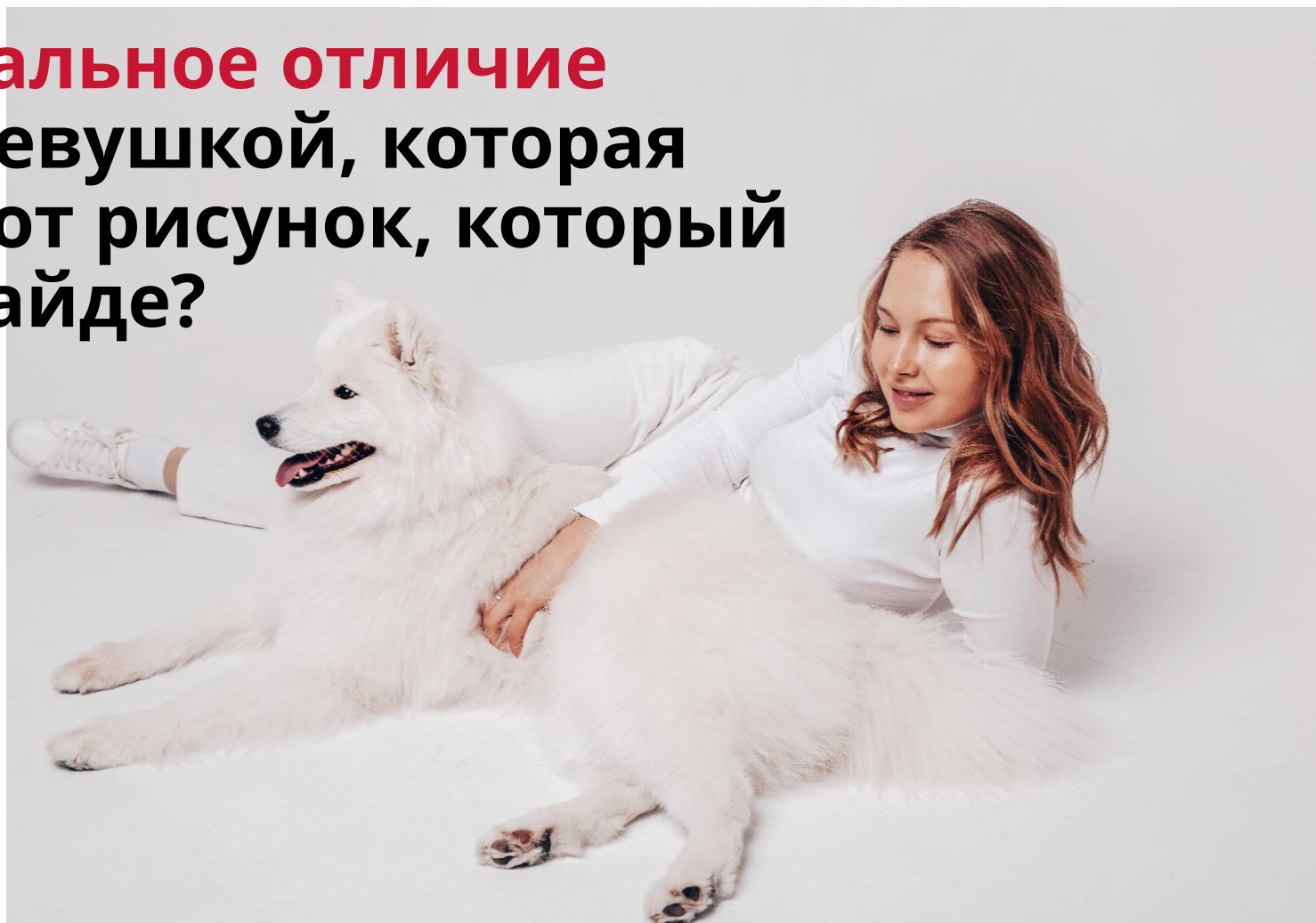
Что думаешь?



Расскажи про эту
девушку, которая
нарисовала
рисунок:

КАКАЯ ОНА?

В чем **принципиальное отличие** между тобой и девушкой, которая нарисовала бы тот рисунок, который вы видели на слайде?





**Как изменилась бы твоя жизнь,
если бы тот самый рисунок был
ТВОИМ?**



Почему **нельзя** себя **смещать** с первого места?

Это **не психологическая норма**,
а значит:

- Стрессов больше
- Здоровье хуже
- Уровень счастья ниже
- Неудовлетворенность растет

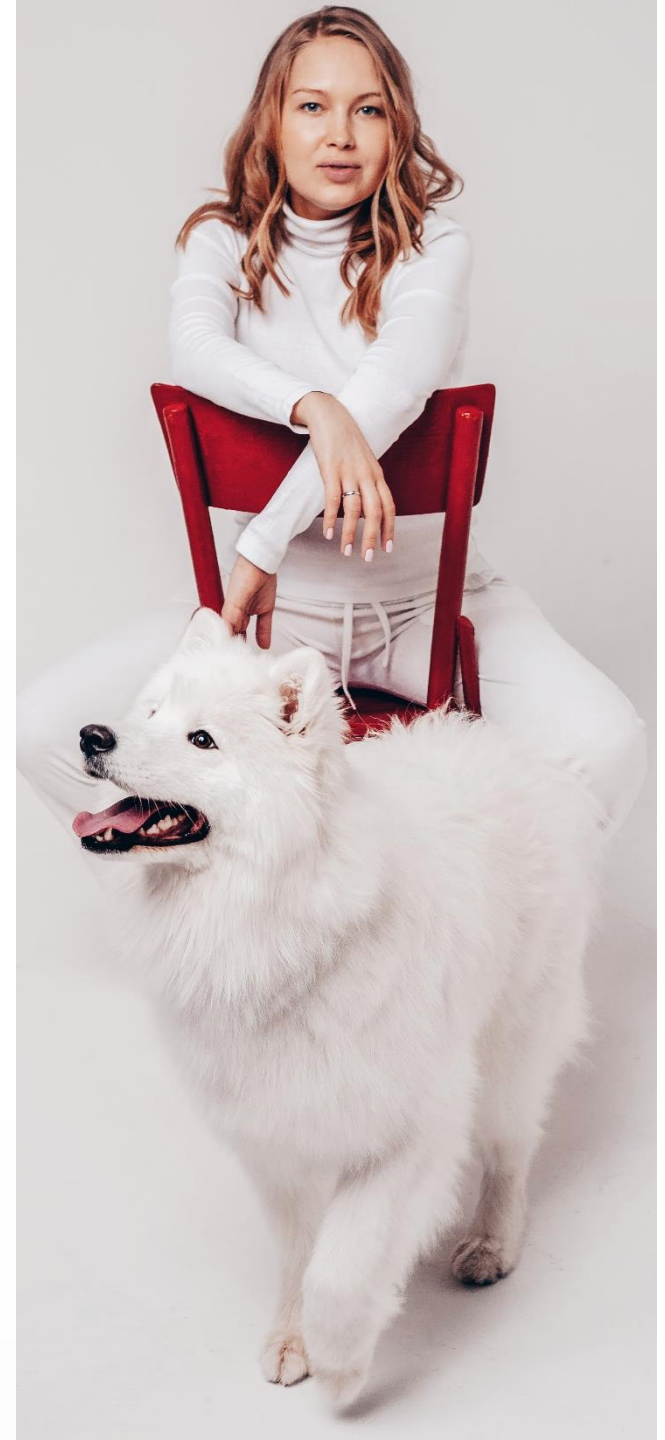


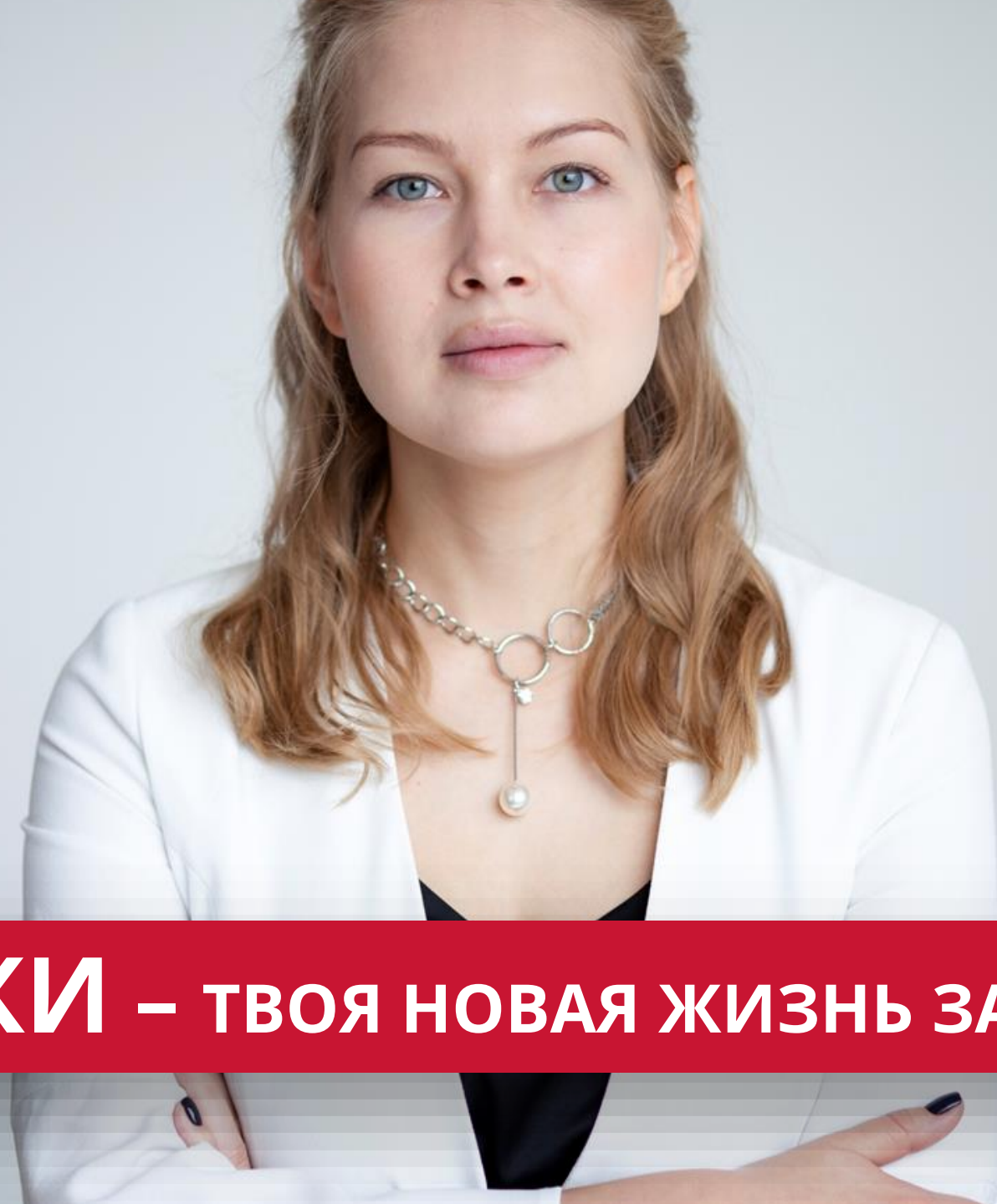
**Вернуть себя на первое место
объективно сложно без
поддержки**



Вот что я предлагаю тебе:

- 1) Взять ответственность за свою жизнь и повзрослеть
- 2) Полюбить себя и своё тело
- 3) Найти и убрать блоки, которые препятствуют твоему финансовому росту
- 4) Обрести новое окружение и наладить отношения с родителями
- 5) Создать гармоничные Отношения
- 6) Почувствовать себя сексуальной, как никогда
- 7) Найти себя и своё предназначение
- 8) Получить новые источники энергии и радости





РАЗБОРКИ – ТВОЯ НОВАЯ ЖИЗНЬ ЗА 8 НЕДЕЛЬ

ПОШАГОВАЯ СИСТЕМА ИЗМЕНЕНИЯ ЖИЗНИ И МЫШЛЕНИЯ, благодаря которой ты:

- ✓ **Найдешь причины, почему ты имеешь то, что имеешь сейчас (точка А)** – понимая корни проблем ты можешь это исправить.
- ✓ **Поставишь цели, которые тебя вдохновляют.** – Только так у тебя будет энергия для их достижения.
- ✓ **Научишься хотеть и мечтать для СЕБЯ больше.** – Когда ты сама разрешаешь себе больше, ты чувствуешь себя уверенней.

ПОШАГОВАЯ СИСТЕМА ИЗМЕНЕНИЯ ЖИЗНИ И МЫШЛЕНИЯ, благодаря которой ты:

- ✓ Получишь **массу качественного контента** по темам: самосовершенствование, здоровье, деньги, окружение, отношения, секс, предназначение, духовность и творчество, в котором найдешь ответы на все твои вопросы – и **практические инструменты Решения проблем.**
- ✓ Станешь **больше заботиться о СЕБЕ** – сначала сама себе добавь то, чего не хватает: любви, заботы. Только тогда **ты сможешь этим всем делиться с другими.**

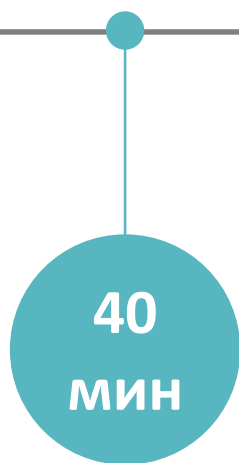
ПОШАГОВАЯ СИСТЕМА ИЗМЕНЕНИЯ ЖИЗНИ И МЫШЛЕНИЯ, благодаря которой ты:

- ✓ **Почувствуешь свою силу и опору.** – Чтобы быть устойчивой в любой ситуации и такой, как сейчас.
- ✓ **Познакомишься с собой настоящей.** – И тогда ты узнаешь что на самом деле хочешь, ты **не будешь чувствовать себя потеряшкой** в этом мире.
- ✓ **Активируешь внутренние ресурсы** для изменения своей жизни. – Чтобы твои возможности совпадали с твоими желаниями.

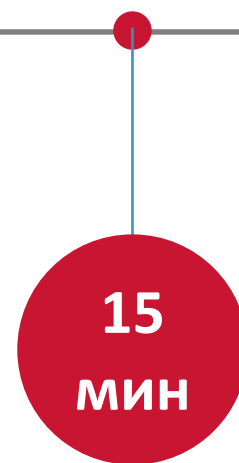
КАК ВСЁ УСТРОЕНО В РАЗБОРКАХ (8 недель)



Тематический
вебинар и задание
на неделю в
понедельник



В пятницу – вебинар
с **обратной связью** по
установкам и ответы
на личные вопросы



Ежедневная
работа с
установками



Еженедельный отчет
– проверка лично
мной

КАК ВСЁ УСТРОЕНО В РАЗБОРКАХ:



Одна неделя – одна сфера жизни:

самосовершенствование, здоровье, деньги, окружение, отношения, секс, предназначение, духовность и творчество.



Чат поддержки работает ежедневно.

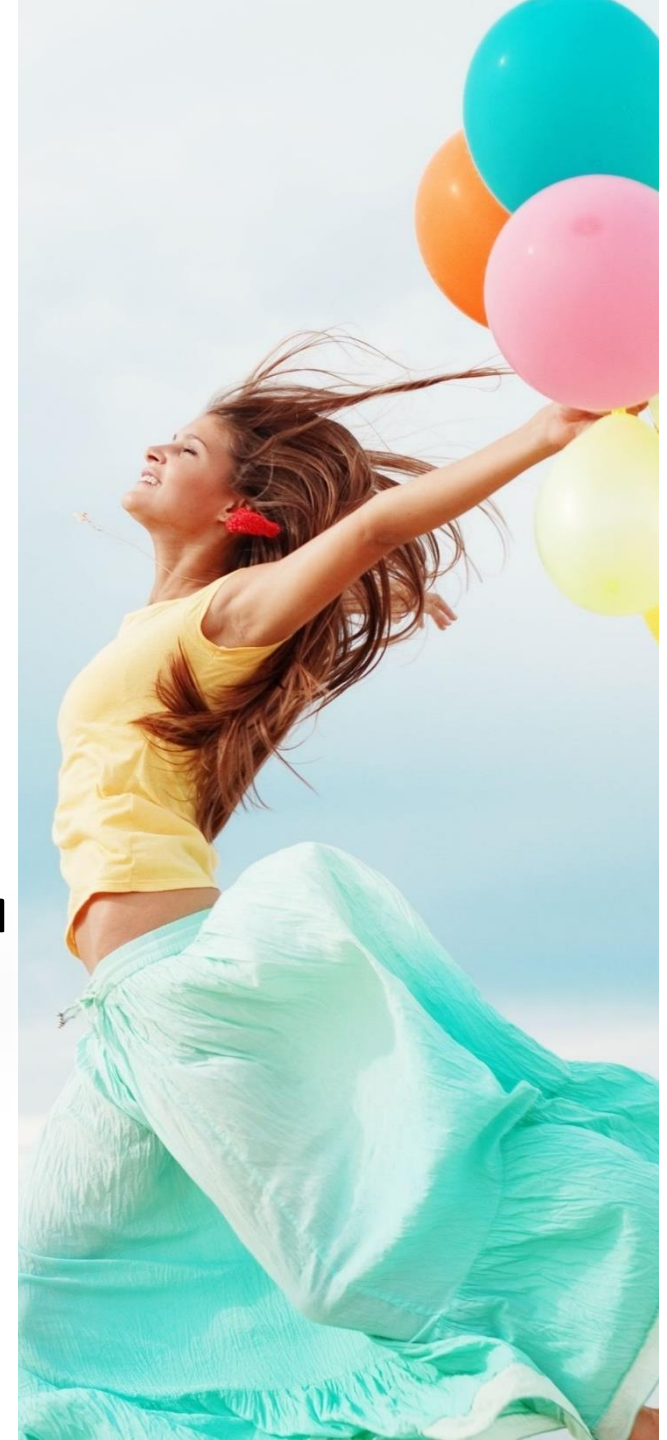


Живая скайп-встреча – **работа с сопротивлением.**

**Чтобы изменения произошли,
придётся по-любому что-то ДЕЛАТЬ,
регулярно и систематически.**

**Просто выбери себе проводника в новую
ЖИЗНЬ – меня или кого-то еще, НО у меня:**

- 1) Качественный контент
- 2) Личная обратная связь и поддержка
- 3) Другие тренинги не нужны будут долгое время
- 4) Большой практический опыт и я постоянно обучаюсь новому
- 5) **Экологично, по доброму, с заботой о тебе**
- 6) Результаты участниц РАЗБОРОК ↓



ОТЗЫВЫ УЧАСТНИЦ:

Я вынырнула с состояния апатии и уныния, у меня появились цели и желания!
(Анастасия. 1-й поток)



С мужем все движется на новый уровень. Хотя я думала такого уже никогда не может случиться.
(Елена. 1-й поток)



Все 8 недель прошли на серьезном эмоциональном подъёме. Энергия била фонтаном. (Станислава. 1-й поток)



Я для себя любимой жить стала, я с интересом вокруг стала смотреть.
(Ирина. 2-й поток)



Я для себя любимой жить стала, я с интересом вокруг стала смотреть.
(Ирина. 2-й поток)



Итог...некоторое время назад я застряла в отношениях с мужем.. вроде бы всё и ничего.. но в том то и дело, что НИЧЕГО...В голове всё время крутились мысли - не хочу так больше, устала, как что-то изменить? Прошло ещё время...и вот я в разборках..Ухххх,как с горы прям слетела на полной мощности своей, с ахрененным ветерком скатилась. **Без разборок, не закончила бы это всё, боялась.. А теперь не боюсь.**

В плане денег - только что села и выписала всё, как ты, Свет и сказала сделать, появились какие-то новые установки - я тут же рядом перевела их в позитивчик...Я даже и не могла подумать раньше, что так можно делать. Я научилась спрашивать себя, а потом брать бумагу и ручку-и тут же себе отвечать. Я научилась медитировать и представлять ...раньше никогда не получалось ничего подобного.

Я знаю чего я уже точно НЕ хочу...**Я спокойнее стала, после того как отношения закончились и это тоже для меня открытие....Я для себя любимой жить стала, я с интересом вокруг стала смотреть...**Раньше что? - дом, работа, готовка, замороченная вся, с виду - молодая и красивая, а глаза потухшие напрочь...Нет больше этого. Я раскованнее стала что ли...иногда стеснялась где-то или боялась - сейчас нет такого, свободнее общаться стала с людьми. **Я перестала со страхом смотреть в будущее, там уже ничего не пугает.** Я изменилась. Я супервумен теперь Светлан, я утатила у тебя фразу ВСЁ К ЛУЧШЕМУ В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ!!!! она тоже записана на диктофон и тоже даёт мне силы. Иду дальше. Светочка, ты лучшая.

ОТЗЫВЫ УЧАСТНИЦ:

Чувствую себя более
самодостаточной. Когда
слышу сплетни, говорю,
что мне это неинтересно
(Люция. 2-й поток)



Я стала лучше справляться
со стрессом. Я чувствую,
что наконец-то
становлюсь целой.
(Татьяна. 2-й поток)



Разборки - это одна из
лучших психологических
штук, случившихся со
мной в жизни. (Екатерина.
3-й поток)



Всё четко, по делу, без
лишней воды и мишуры.
Невероятная энергетика!
(Луиза. 3-й поток)



Разборки - это одна из лучших психологических штук, случившихся со мной в жизни. И пусть Вас не пугает формат групповой работы!) меня он тоже сначала пугал. Но в итоге мы все находимся здесь преследуя единую цель, поэтому климат внутри более, чем благоприятный для раскрытия души. **Можно прочитать тысячу книг, пытаться подстроиться под чужие шаблоны, но истина находится в тебе самом.** Благодаря Свете **мы вытащили из себя тот образ жизни, от которого кайфом и постепенно внедряем в свою жизнь.**

Помимо непосредственного живого общения и присутствия, Света даёт **очень много дополнительного материала, над которым ещё необходимо поразмыслить. Без работы вы точно не останетесь!**

Отдельным пунктом хотелось бы выделить медитации. Спиритические сессии, меня так давно не колбасило, но по итогу **происходит очищение от всего лишнего.** Просто тысячекратное ВАУ! И у нашей Светы магнетический голос, благодаря чему заходит работа на 100%

Пространство начинает меняться очень быстро, я сама это почувствовала) скорость изменений напрямую зависит от того, насколько интенсивно вы работаете, в срок ли выполняете задания. В целом работа очень комфортная, ничего невыполнимого нет.

После разборок вы как минимум зарядитесь позитивом, энергией, станете более мягким человеком, уйдут зажимы. Лично у меня даже взгляд изменился) какое-то бесконечное счастье и спокойствие. **А главное - благодаря разборкам реально можно найти отношения, зарабатывать столько, сколько вам хочется.** Я искренне желаю каждому прочувствовать это!)

ОТЗЫВЫ УЧАСТНИЦ:

Мы таки истребили все негативные установки на корню к е...ням, посадили и укрепили позитив (Айгуль. 3-й поток)



Явно выросла моя популярность среди мужского населения. (Ирина. 4-й поток)



Я стала чаще устанавливать свои границы с близкими, коллегами и даже клиентами. (Ангелина. 4-й поток)



Целый месяц я жила в состоянии денежного изобилия и прочувствовала это почти на 100%. (Анастасия. 4-й поток)



Я больше не хочу стремиться быть во всём лучшей, я стремлюсь быть собой. (Елена. 5-й поток)



Колбасило жуть как, но я извлекла только плюсы из этих ситуаций. (Анна. 5-й поток)



ОТЗЫВЫ УЧАСТНИЦ:

Информация настолько крутая, что вы не останетесь той прежней, какой были и неизбежно добьетесь положительного результата. (Гульнара. 6-й поток) +

Я перестала тратить себя на ненужные споры и обиды, у меня наладились отношения с мамой. (Елена. 6-й поток) +

Повысился уровень энергии, ушло депрессивное состояние, улучшились отношения с мужем. (Светлана. 6-й поток) +

Ушла тревожность, стала проще ко всему относиться. (Юлия. 7-й поток) +

После медитации стало хорошо, спокойно, улучшилось настроение. (Анастасия. 7-й поток) +

ОТЗЫВЫ УЧАСТНИЦ:

Ни разу не пожалела ни потраченных денег, ни времени. Это самая крутая и самая интересная работа над собой в моей жизни. (Инзиля. 11-й поток) +

Спустя 34 года я начинаю чувствовать к своей маме чувства со знаком + (Елена. 11-й поток) +

Я начала меняться не только внутренне, но и внешне:)) (Анна. 12-й поток) +

На самом деле есть обиды с детства, которые я спрятала глубоко в себе, которые мешают мне жить и я их нашла только во время тренинга. (Гузалия. 12-й поток) +

Я очень рада, что сделала это сейчас, а не позже. Ведь процесс моих положительных изменений уже запущен. (Галя. 12-й поток) +

А какую цену ты платишь сейчас за своё промедление?

- ✓ Теряешь время
- ✓ Нет энергии
- ✓ Нервы на пределе
- ✓ Тревога
- ✓ Отношения портятся
- ✓ Доход не растёт, а цены повышаются
- ✓ Сама не видишь способы, как из этого выйти



**СКОЛЬКО ЕЩЕ ВРЕМЕНИ СВОЕЙ
ЖИЗНИ ТЫ ГОТОВА ПОТЕРЯТЬ?**

23 МАРТА

КТО-ТО начнёт менять свою жизнь

А ты?

Варианты участия:

STANDART (1)	ABSOLUTE (2)
✓ Доступ к программе и тематическим вебинарам.	Всё, что входит в STANDART (1) + ДОПОЛНИТЕЛЬНО:
✓ Групповая работа с вашими установками	✓ Участие в 3-м семестре Школы психологии «АНТИЖЕРТВА» - усилит эффект от Разборок (7500 Р)
✓ Проверка отчетов по заданиям.	
✓ Обратная связь по вашим личным вопросам лично от меня.	✓ 6 МЕСЯЦЕВ УЧАСТИЯ В ПРОГРАММЕ ПОДДЕРЖКИ (после окончания тренинга)
✓ Закрытый чат поддержки для участниц программы.	✓ Участие в вебинаре «Эффективная помощь в стрессе» 31.03.2020 ***
15 000 Р 12 000 Р	22 500 Р 15 000 Р

ЦЕННОСТЬ КУРСА ПРЕВЫШАЕТ ЦЕНУ:



Но платите вы не за информацию, а **за возможные изменения, которые вам это принесет**, если будете делать.

Почему я это делаю:

- ✓ Я фанат психологии.
- ✓ Я считаю, что **технология управления своими мыслями нужно знать каждому** и уметь применять в своей жизни.
- ✓ И тогда это **повысит уровень благополучия в стране** и **снизит уровень неврозов населения.**



**НО, ТОЛЬКО ТЫ МОЖЕШЬ ВСЁ ИЗМЕНИТЬ,
НИКТО НЕ СДЕЛАЕТ ЭТО ЗА ТЕБЯ!**

**(само не рассосётся, наоборот будет
наваливаться как снежный ком)**

**Хреновое внутреннее состояние
ничего хорошего не принесёт.**

Я НЕ ОБЕЩАЮ:

- ✓ Быстрых результатов
- ✓ Волшебства
- ✓ Управления Вселенной
- ✓ Стремительных изменений

ЭТО НЕВОЗМОЖНО

НО Я МОГУ ГАРАНТИРОВАТЬ:

- ✓ Улучшение внутреннего состояния
- ✓ Улучшение отношений с близкими
- ✓ Изменение и расширение мышления
- ✓ Изменение самочувствия в лучшую сторону
- ✓ Финансовый рост

При условии, что ты будешь регулярно применять
освоенные навыки.

23 МАРТА

РАЗБОРКИ

ТОЛЬКО ДЛЯ ТЕХ, КТО ГОТОВ К ИЗМЕНЕНИЯМ

ВЫБЕРИ, ЧТО ХОЧЕШЬ ТЫ

кликни на кнопку

ХОЧУ НА РАЗБОРКИ

ЗАПИСЬ ВЕБИНАРА

АНТИСТРЕСС



FYODOROVASS