

Ирина Леонова

Получаю, что хочу

коротко о том, как достичь своей цели



Ирина Ивановна Леонова
Получаю, что хочу. Коротко
о том, как достичь своей цели

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42572380

ISBN 9785449677655

Аннотация

В книге кратко и в доступной форме изложены действенные и понятные методики по достижению целей, которые могут быть использованы как заинтересованным читателем, так и психологом-профессионалом в ходе личного консультирования.

Содержание

Вместо вступления	5
Часть 1.	6
Глава 1. Я и Хочу	6
Конец ознакомительного фрагмента.	8

**Получаю, что хочу
Коротко о том, как
достичь своей цели**

Ирина Ивановна Леонова

© Ирина Ивановна Леонова, 2019

ISBN 978-5-4496-7765-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Вместо вступления

Здравствуй, дорогой читатель. Мне радостно, что эта книга оказалась у тебя в руках, но будет еще приятнее, если ты ее прочитаешь до конца. Если тебе нужны готовые ответы и рекомендации, **КАК ПОЛУЧИТЬ ТО, ЧТО ХОЧУ**, то, увы, но в этой книге готовых решений нет. Уверяю, что любое свое желание ты можешь воплотить в жизнь и без этой книги, потому что **ВСЕ ОТВЕТЫ** на твои вопросы уже есть **ВНУТРИ ТЕБЯ**. Данное произведение является моим ответом на мои потребности и историей о том, какие знания из практической психологии и медицины поспособствовали переходу моих „хочу иметь,, в мои „имею сейчас,,. Книга и мой опыт открыт для всех желающих **ПОЛУЧИТЬ ТО, ЧТО ВЫ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ХОТИТЕ**.

Приятного чтения!

Часть 1.

Глава 1. Я и Хочу

Для начала, давайте задумаемся, дорогой читатель, а знаете ли Вы, что хотите? Считаю необходимым Вас предостеречь: не все ваши Хочу являются действительно вашими и истинными Хочу. Прежде чем переходить к достижению своих Хочу, сперва познакомьтесь, как следует, со своим Я, чтобы достигнутые в итоге Хочу принесли вашему Я пользу.

На самом деле очень просто получить, все, что вы хотите, если научиться вариантным моделям поведения и приложить определенную долю усилий. А будете ли вы счастливы от своих Хочу в финале истории? Очень часто наши Хочу оказываются или чужими, или нашими скрытыми потребностями в абсолютно другой сфере желаний. По той же самой причине люди с хорошим инстинктом самосохранения очень часто не добиваются того, что якобы Хотят. Многие женщины хотят выглядеть красиво.. Чтобы выглядеть красиво – надо идти в парикмахерскую, но этого оказывается мало... после парикмахерской- надо сделать брови... но и этого тоже мало... надо сделать укол красоты... и в итоге все равно хотеть снова быть красивой... Многие парни хотят ездить на новой иномарке- но в итоге либо так ее и не могут поз-

волить себе купить, либо получив – разбивают через неделю... В чем же дело? Ответ простой: **а действительно ли вы хотите, что хотите..** Когда женщина заявляет, что,,хочет быть красивой,, возможно в душе она просто хочет, чтобы ей восхищались или ее ценили? А для того, чтобы ценили ее – не обязательно бежать в парикмахерскую. Скорее всего надо свою ценность выращивать внутри себя, а не закалывать ботексом. Та же история с похудением...,,Все перепробовала, а похудеть не могу,,... Значит не хочет твое тело худеть. Значит похудеть-не твоя потребность (может мужа твоего желание, но никак не твое!). Узнаешь, что хочешь ты на самом деле- похудеешь, обязательно похудеешь, потому что будешь заниматься тем, чем хочешь, а не заедать свои потребности и желания. А есть еще такие энтузиастки – которые похудеют ради мужа, добьются ложных хочу- а в итоге еще и муж их худых бросит... Примеров таких очень много. Но эта книга не об этом.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.