

Ваш путь к любви

ЧТО ПОМОЖЕТ ВАМ СОЗДАВАТЬ СЧАСТЛИВЫЕ ОТНОШЕНИЯ И ЧТО МОЖЕТ ЭТОМУ МЕШАТЬ

о вас, любви и отношениях

ПРИМЕР ПЕРСОНАЛЬНОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ

Екатерина Иванна

нумеролог • коуч ICF

telegram: @numerolog_Katerina

instagram: @katerinaivina

Перед тем, как вы начнёте читать

Эта консультация создана для того, чтобы помочь вам лучше понять себя в отношениях: почему в вашей личной жизни всё складывается именно так, каких мужчин вы выбираете, чего ждёте от любви и что может мешать создавать близкие и счастливые отношения.

Иногда нам кажется, что причина происходящего находится только снаружи. Просто не встречается подходящий мужчина. Снова попадают не те. Отношения начинаются, но почему-то не складываются. Или любовь вообще долго не появляется в нашей жизни.

Но за похожими ситуациями у разных женщин могут стоять совершенно разные причины. Для одной это страх близости и перемен. Для другой — привычка заслуживать любовь и становиться незаменимой. Для третьей — выбор определённого типа мужчин или сценарий, который она сама может долго не замечать.

Этот разбор нужен не для того, чтобы найти в вас проблему или сказать, какой вы «должны» быть. Его задача — помочь увидеть вашу собственную историю: что для вас важно в любви, как вы проявляетесь рядом с мужчиной, какие сценарии могут повторяться и что поможет вам строить отношения по-другому.

Потому что иногда, чтобы понять, почему отношения не складываются так, как нам хочется, сначала важно лучше понять себя.

С теплом и вниманием к вам,

Екатерина Увина

Что вы узнаете о себе и своих отношениях:

Какая вы на самом деле

Ваш характер, сильные стороны, внутренние противоречия и особенности, которые влияют на ваши отношения.

Какие сценарии влияют на вашу личную жизнь

Что может повторяться в отношениях, почему возникают определённые сложности, конфликты и что поможет постепенно изменить привычный сценарий.

Почему в вашей жизни могут повторяться болезненные отношения

Какой мужчина может появляться рядом, почему именно такая динамика задерживается в вашей жизни и что поможет из неё выйти.

Как детство влияет на ваши отношения

Какие родительские послания о любви, доверии и близости могли сформироваться в детстве, что могло передаться из родительской семьи и как это влияет на отношения сегодня.

Что может мешать вам начать отношения

Почему бывает сложно впустить нового человека в свою жизнь и что помогает вам знакомиться, сближаться и открываться любви.

Как окружение влияет на вашу личную жизнь

Где ваши собственные желания, а где на выбор мужчины и представления об отношениях могут влиять семья, близкие люди и чужие ожидания.

Как вы проявляетесь в близких отношениях

Какую роль занимаете рядом с другим человеком, где можете подстраиваться или терять себя, в чём ваша уникальность, чем вы притягиваете людей и как принимаете любовь и заботу.

Какой мужчина вам подходит

Каким может быть ваш партнёр по характеру, что особенно важно для вас при выборе мужчины и где может произойти ваша встреча.

Как вы входите в отношения и какая вы рядом с партнёром

Что происходит с вами в начале отношений, как вы сближаетесь, выбираете мужчину и какую роль занимаете уже внутри пары.

Как вы можете сами осложнять отношения

Какие реакции и модели поведения могут создавать напряжение, давление или дистанцию даже там, где вы хотите любви и близости.

Почему вам может быть сложно построить длительные отношения

Какие внутренние ограничения и привычные представления могут мешать впускать новое и позволять отношениям развиваться.

Что делает вас по-настоящему счастливой

Какая атмосфера вам нужна, что помогает восстанавливать силы, в чём находится ваша внутренняя опора и как выглядит именно ваше состояние счастья.

В демонстрационном примере дальше вы увидите несколько фрагментов из этих разделов.

Основа вашей личности.

Ваши сильные стороны:

Вы относитесь к людям, рядом с которыми становится спокойнее. Даже если сами не всегда замечаете это, окружающие часто чувствуют в вас внутреннюю глубину, мудрость и способность видеть ситуацию шире, чем она кажется на первый взгляд. Вы умеете замечать то, что скрыто за словами, поступками и эмоциями, поэтому многие жизненные ситуации воспринимаете гораздо глубже, чем большинство людей.

В отношениях вам важно не количество общения, а его качество. Вы не любите поверхностные разговоры и формальные встречи. Намного ценнее для вас искренность, душевная близость и ощущение, что рядом находится человек, с которым можно быть настоящей. Именно поэтому вы редко впускаете людей в свой внутренний мир сразу. Вам нужно время, чтобы почувствовать доверие и эмоциональную безопасность.

Вы обладаете редкой способностью учиться на опыте — своём и чужом. Многие ваши выводы рождаются не из книг и теорий, а из прожитых ситуаций, наблюдений и внутреннего осмысления. Благодаря этому ваши советы часто оказываются очень точными. Люди чувствуют, что вы говорите не из позиции «я знаю лучше», а из позиции человека, который действительно многое понял и прочувствовал.

Вам важно понимать смысл происходящего. Вы не любите суету ради суеты, бессмысленные действия и постоянную гонку. Если вы чем-то занимаетесь, вам нужно чувствовать внутреннюю ценность этого процесса. Поэтому в вашей жизни большое значение имеют осознанность, глубина и возможность оставаться в контакте с собой.

Вы умеете быть внимательной к людям. Часто именно к вам приходят за разговором, советом или просто за возможностью быть услышанным. Вы способны создать пространство, в котором человек перестаёт защищаться и начинает говорить о том, что для него действительно важно [...]

— фрагмент обрывается —

В полной консультации этот раздел раскрывается подробнее.

ФРАГМЕНТ 02 / 06

Ваш сценарий в отношениях

Вы человек, для которого тема отношений очень тесно связана с темой ценности, принадлежности и внутреннего права занимать своё место. В вас может быть очень глубокая потребность чувствовать, что вы не случайны, что вы нужны, что вы важны для своей семьи, для близких, для партнёра, для той системы, в которой живёте. При этом внутри нередко живёт и другая, болезненная часть: страх разочаровать, не оправдать ожидания, оказаться «не тем», не таким хорошим, не таким достойным, не таким правильным, как хотелось бы. И тогда человек как будто всю жизнь старается заслужить одобрение, доказать свою ценность, сделать что-то такое, чтобы его наконец увидели, признали и сказали: «Ты хороший, ты важный, ты на своём месте».

По характеру вы можете быть человеком, который очень сильно реагирует на оценку со стороны близких. Для вас мнение значимых людей бывает гораздо важнее, чем может казаться снаружи. Даже если вы внешне держитесь уверенно или стараетесь показать самостоятельность, внутри может жить очень детская, очень уязвимая потребность в похвале, в признании, в благословении. Вам важно не просто услышать доброе слово, а почувствовать, что вас по-настоящему одобрили, что вами гордятся, что вы не подвели. И если этого нет, человек начинает стараться ещё сильнее, напрягаться ещё больше, как будто всё время живёт с внутренней задачей заслужить то одобрение, которого ему когда-то не хватило.

В отношениях это может проявляться очень заметно. Вы можете входить в союз с сильным желанием быть хорошим партнёром, нужным, заметным, значимым. Вам важно чувствовать, что вас ценят, что ваш вклад видят, что рядом с вами не просто привыкли быть, а действительно благодарны за ваше присутствие [...]

— фрагмент обрывается —

В полной консультации этот раздел раскрывается подробнее.

Почему в вашей жизни повторяются болезненные отношения?

Какой человек может появляться рядом с вами:

В вашей жизни могут появляться мужчины, которые охотно принимают то, что вы способны им дать: ваше время, энергию, идеи, знания, поддержку, связи, организаторские способности, умение что-то придумать, наладить, создать или довести до результата. Это не обязательно человек, который сознательно решил вами пользоваться. Иногда мужчина просто довольно быстро привыкает к тому, что рядом есть женщина, которая многое умеет, многое может, охотно включается в его жизнь и при этом не особенно привыкла подчёркивать собственный вклад. Вы можете поддерживать его идеи, помогать ему развиваться, находить решения, участвовать в его проектах, создавать условия, в которых ему становится легче двигаться вперёд. И вам самой это может казаться совершенно естественным: вы ведь делаете это из любви, интереса и желания помочь.

Постепенно, однако, может складываться ситуация, в которой результатов вашего участия становится всё больше, а вас самой словно всё меньше.

Мужчина пользуется тем, что было создано в том числе благодаря вам, получает результат, признание, возможности, а ваш вклад остаётся где-то за кадром. Иногда рядом действительно может оказаться человек, который легко присваивает чужие идеи или достижения, принимает вашу помощь как должное, не особенно задумывается о взаимности или привыкает находиться в центре внимания благодаря тому, во что вложились вы. И тогда внутри начинает накапливаться болезненное чувство: «Почему я столько делаю, а меня словно не видят?» [...]

— фрагмент обрывается —

В полной консультации мы также разбираем, что может поддерживать этот сценарий, что поможет его изменить и что может измениться в ваших отношениях.

Как детство влияет на отношения

[...]

«Не ходи туда, там опасно»

В детстве родители старались создать для вас безопасный и понятный мир. Они могли часто предупреждать об опасностях, оберегать от ошибок, новых знакомств или ситуаций, которые казались им рискованными. Ребёнок постепенно привыкает к мысли, что в знакомом пространстве спокойно и безопасно, а всё новое может нести угрозу, разочарование или боль.

Со временем появляется осторожность по отношению ко всему неизвестному. Хочется сначала убедиться, что всё безопасно, и только потом делать шаг вперёд.

Во взрослых отношениях эта установка может проявляться через страх открываться новым людям. Даже если человек вам нравится, внутри может возникать желание не торопиться, держать дистанцию и сначала убедиться, что ему можно доверять. Вам важно почувствовать безопасность, прежде чем впустить кого-то в своё сердце.

Иногда из-за этого бывает сложно начинать новые отношения после расставания. Привычное одиночество может казаться более понятным и предсказуемым, чем неизвестность, которая появляется вместе с новым человеком. Внутри словно возникает вопрос: «А вдруг снова будет больно?»

Бывает и так, что вы долго остаетесь в отношениях, которые уже перестали приносить радость, потому что выход из привычного сценария кажется слишком рискованным. Даже если рядом не хватает близости или счастья, знакомая ситуация может восприниматься безопаснее, чем перемены.

При этом ваша осторожность помогает вам не бросаться в отношения с головой и лучше чувствовать людей. Вы умеете наблюдать, присматриваться и постепенно понимать, насколько человек вам подходит [...]

— фрагмент обрывается —

В полной консультации мы рассматриваем несколько родительских посланий, которые могли сформироваться ещё в детстве, и то, как каждая из них может влиять на ваши отношения сегодня.

Как вы входите в отношения

Для вас отношения редко начинаются быстро и однозначно. Даже если человек вам нравится и вызывает сильную симпатию, внутри может запускаться целый процесс размышлений, сомнений и попыток понять, насколько этот выбор правильный для вас. Вам важно не просто почувствовать влечение, но и убедиться, что рядом находится человек, с которым действительно можно построить что-то хорошее и надёжное.

Когда вы находитесь в гармоничном состоянии, вы входите в отношения достаточно осознанно. Вам интересно узнавать человека, замечать его сильные и слабые стороны, наблюдать за тем, как он проявляется в разных ситуациях. Вы не стремитесь идеализировать партнёра и готовы постепенно выстраивать близость, основанную на взаимном уважении и доверии. Вы умеете слышать другого человека, учитывать его чувства и искать решения, которые будут комфортны для вас обоих.

Однако начало отношений часто становится для вас периодом внутренних колебаний. Даже испытывая сильную симпатию, вы можете задаваться вопросами: действительно ли это мой человек, достаточно ли он мне подходит, не совершаю ли я ошибку, соглашаясь на эти отношения. Иногда кажется, что существует какой-то идеальный выбор, который нужно обязательно найти, чтобы потом не пожалеть о своём решении.

Из-за этого вы можете слишком долго присматриваться, анализировать происходящее и искать подтверждения своим сомнениям. Порой желание сделать правильный выбор оказывается сильнее желания просто жить и чувствовать. Вместо того чтобы наслаждаться процессом знакомства, вы начинаете искать ответы на вопросы, на которые время ещё не успело дать ответ [...]

— фрагмент обрывается —

В полной консультации мы подробнее разбираем, как вы входите в отношения, как проявляетесь уже внутри пары и как можете сами неосознанно осложнять отношения.

ФРАГМЕНТ 06 / 06

Какой мужчина вам подходит

Каким может быть ваш партнёр по характеру

Вам подходит мужчина, который производит впечатление надёжного и предсказуемого человека. Это партнёр, рядом с которым чувствуется определённая ясность. Он часто как будто на шаг впереди — умеет смотреть на ситуацию шире, спокойно анализировать происходящее и принимать взвешенные решения.

По характеру это обычно мудрый и рассудительный человек. С ним можно поговорить о своих переживаниях, обсудить сложные жизненные вопросы, получить совет или поддержку. Он умеет слушать и часто смотрит на ситуацию трезво и спокойно, не поддаваясь лишним эмоциям [...]

Для того чтобы выбрать своего партнёра, для вас важно:

Для вас важно не просто встретить человека, который будет любить вас в хорошие времена. Вы бессознательно ищете того, кто останется рядом даже тогда, когда всё выглядит неоднозначно, сложно или вызывает вопросы.

Очень часто вы проверяете людей на способность видеть глубже внешних обстоятельств. Вам важно понять, будет ли человек судить вас по слухам, чужим словам, ошибкам прошлого или отдельным поступкам. Или он сможет увидеть вас настоящую и не станет делать поспешных выводов [...]

— фрагмент обрывается —

В полной консультации мы также разбираем, что особенно важно для вас при выборе партнёра, где может произойти ваша встреча и как могут развиваться ваши отношения.

Теперь — о вашей истории

В этой демоверсии вы увидели только несколько фрагментов консультации «Ваш путь к любви».

Ваша консультация будет полностью составлена по вашей дате рождения и посвящена именно вашей истории: вашему характеру, отношениям, повторяющимся сценариям, выбору мужчин и тому, что может помогать или мешать вам создавать близкие и счастливые отношения.

Это не универсальные рекомендации и не готовый текст, который подходит всем. Мы будем разбирать именно вас и те вопросы, с которыми вы приходите.

«Ваш путь к любви»

Формат: персональная письменная консультация в PDF

Объём: более 50 страниц

Срок подготовки: до 3-5 рабочих дней

После консультации: вы можете задать 3 дополнительных вопроса по своему разбору

Стоимость: 15 000 ₽

Если вы хотите получить свою консультацию, напишите мне в личные сообщения..

Екатерина Увина

нумеролог • коуч ICF

telegram: @numerolog_Katerina

instagram: @katerinaivina