

SPLETNI TEČAJ

ENERGIJSKA PRIPRAVA NA NOSEČNOST

**E-knjižica z vajami:
MOŽNA IZVORNA JEDRA MOJIH
GINEKOLOŠKIH TEŽAV**

Sedaj že dobro poznamo sebe in naš partnerski odnos. Analizirali smo svoje osebnostne lastnosti, prepričanja, vzorce, omejitve in strahove. Kot smo spoznali, vse to vpliva na naš partnerski odnos, kot tudi na naše fizično telo.

V video posnetku si spoznala možna izvorna jedra za morebitne težave, ta e-knjižica pa ti naj bo v pomoč pri odpravljanju le teh. Vodila te bo skozi celoten proces ozaveščanja vzrokov in izvornih jeder za težave s katerimi se soočaš, kot tudi proces, kako le-te ugotovljene vzroke in izvorna jedra odpraviti.

Na naslednjih straneh si lahko zabeležiš kakšne vzroke in izvorna jedra si ozavestila skozi video posnetek.

Pri tem se lahko osredotočiš na naslednja vprašanja:

- Kakšna je moja energija – ali menim, da sem bolj šibka osebnost ali bolj trdna osebnost (dominantna oz. s ščitom)?
- Kakšna je moja samopodoba? Sem spadajo predvsem pritiski nase, perfekcionizem, potreba po vidnosti in slišnosti, občutek manjvrednosti, potlačenje sebe, pasivno delovanje ali po drugi strani umetno glasna komunikacija, pretirano dokazovanje preko glasne komunikacije in podobno.
- Kakšni ljudje mi ne ustrezajo? Npr. močne dominantne energije; ljudje, ki so šibki; osebe, ki nadvladajo in nam jemljejo vlogo.
- Katere so ponavljajoče se negativne lekcije in izkušnje, ki nas ovirajo? Kronično ponavljajoči se konflikti na delovnem mestu, dominantni šefi, čustveno odsotni partnerji ...
- Ali imam kakšne zamere in obsojanja do točno določenih ljudi?
- Kakšen je moj odnos z drugimi – ali se pogosto podredim, sem bolj tiha osebnost, me pogosto kaj prizadene in me hitro kdo vrže iz tira?
- Sem pogosto pod vplivom strahov in zaskrbljenostjo na splošno?

TEŽAVE Z NEREDNIMI MENSTRUACIJAMI**Moje osebne lastnosti oz. vzrok težav**

- nizka lastna vrednost, občutek manjvrednosti
- pritiskanje na sebe,
- težave z odločanjem,
- čustveno-fizična ne izraženost,
- podrejanje,...

Izvorno jedro mojega problema

- odraščanje ob dominantne osebi,
- nezmožnost izražanja,
- jemanje vloge,
- programiranje na šibkost in podrejenost,...

MOJ PROBLEM 1 ↓

Moje osebnostne lastnosti oz. vzrok težav

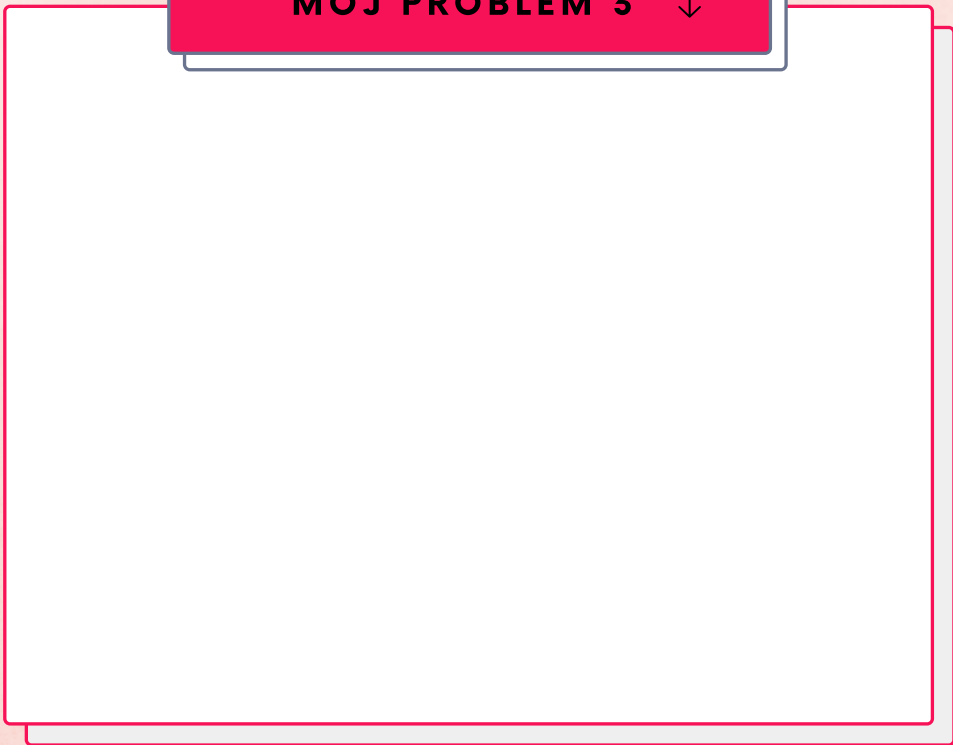
Izvorno jedro mojega problema

MOJ PROBLEM 2 ↓

Moje osebnostne lastnosti oz. vzrok težav

Izvorno jedro mojega problema

MOJ PROBLEM 3 ↓



Moje osebnostne lastnosti oz. vzrok težav



Izvorno jedro mojega problema



Sedaj, ko imaš jasno opredeljene vzroke in izvorna jedra za svoje težave lahko le te tudi odpraviš. Verjamem, da si sedaj že radovedna, kaj so naslednji koraki.

Kot sem že v video posnetku povedala, predlagam, da odpreš posneto meditacijo kjer boš tudi na podzavestni ravni lahko odpravila določene osebnostne omejitve, zamere, travme in napačna prepričanja in vzorce, ki so lahko razlog za tvoje težave.

Če imaš kakšno vprašanje se lahko prijaviš na **brezplačno celostno osebno analizo**, kjer ti pomagamo razvozlati bistvene osebnostne lastnosti in omejitve, ki te ovirajo in pripravimo celostni plan, kako boš lahko stvari izboljšal/-a.

