



## КОРОЛЕВЫ КАЛОРИЙ

Как за 3 минуты найти решение любой  
проблемы без психолога?  
(очень простая и эффективная методика)

Хотите самостоятельно вытащить глубокую проблему за  
пять вопросов?

Это быстрый способ признаться самому себе, чего ты  
хочешь на самом деле.

### РАЗБЕРЕМ НА ПРИМЕРЕ

Ситуация: я хочу купить новую шубу.

Нужно спросить себя 5 раз, последний ответ определяет  
следующий вопрос:

Первое «почему»: «Почему я хочу шубу?»

Ответ: «Потому что я хочу всех удивить».

Второе «почему»: «Почему ты хочешь всех удивить?»

Ответ: «Потому что хочу, чтобы на меня обратили внимание».

Третье «почему»: «Почему тебе нужно, чтобы на тебя обратили внимание?»

Ответ: «Потому что я чувствую себя неуверенно».

Четвертое «почему»: «Почему ты чувствуешь себя неуверенно?»

Ответ: «Потому что я никак не могу реализоваться, так как я сижу на одном месте».

Пятое «почему»: «Почему ты не можешь реализовать себя?»

Ответ: «Потому что я занимаюсь тем, что мне не нравится».

А теперь , главный вопрос, причем тут шуба? 😊

В ответе на пятое «почему» и кроется первопричина, которая, обычно не просматривается. Пятое «почему» выводит на свет то, что скрыто.

Пятый ответ и есть настоящий ТыИ.

Теперь на основе полученных ответов остается только найти решение.