

Как впустить в свою жизнь **большие** деньги

Дарья Трутнева

13 августа, начало в 19.00





Дарья Трутнева

Психолог, основатель научно-исследовательского института Саморегуляции, автор программы Master Kit

Зачем нам нужен Master Kit

00:22





Выбираем **проблему** для решения

Задание №1

- Важность – насколько важна для вас эта проблема.
- Срочность – насколько срочно вам нужно решить эту проблему, насколько вы готовы решать ее прямо сейчас.

Важность + Срочность



Рабочая тетрадь

Задание №1

Рабочая тетрадь

Оцените их от 0 до 10, где 0 – «у меня вообще нет такой проблемы»,
10 – «максимально сильно волнует».

Проблема	Важность (от 1 до 10)	Срочность (от 1 до 10)
<i>Отношения с любимым человеком</i>		
<i>Отношения с родителями</i>		
<i>Нелюбимая работа</i>		
<i>Отношения с начальником / коллегами</i>		
<i>Большие кредиты, долги</i>		
<i>Низкий доход</i>		
<i>Не удастся обеспечить себя и семью так, как хотелось бы</i>		
<i>Страшно менять место работы</i>		
<i>Постоянно не хватает денег</i>		
<i>Не получается копить, откладывать, инвестировать деньги</i>		
<i>Не решаюсь открыть бизнес</i>		
<i>Нет денег на открытие бизнеса</i>		

Рабочая тетрадь есть
в письме, которое пришло вам
утром на почту.

Скачать по ссылке

<http://vebinarse.ru/vebinar/task.pdf>



**Сложно ли работать со
своим мышлением?**



Представъте собаку



Представъте собаку





У каждого из нас свои образы

Собака

Отношения

Деньги

Дети

Карьера

Бизнес

Самореализация



Как формируются
образы, установки,
ментальные блоки

1. Эмоционально





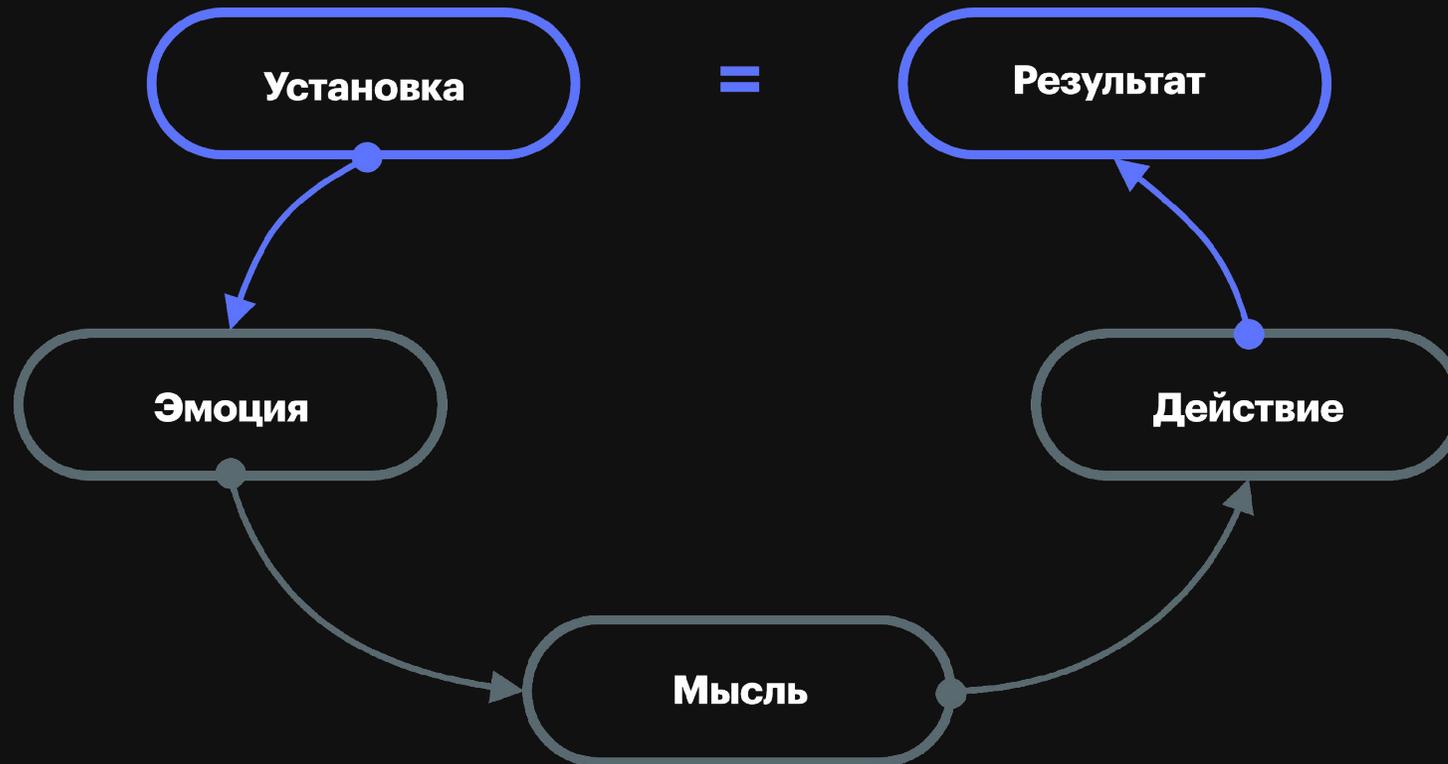
Как формируются
образы, установки,
ментальные блоки

2. Повторение





Как образы, **установки** влияют на нашу жизнь.





Как образы, **установки** влияют на нашу жизнь. Пример:

Установк

→ Если я уйду из дет.сада и открою своё дело, то у меня не хватит времени на семью

а

→ Уверенность, «я всё могу»

Эмоция

→ Я могу позволить себе ошибаться

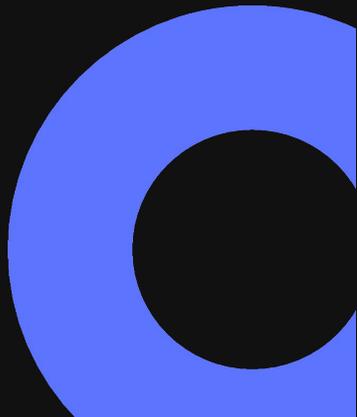
Мысль

→ Придумала программу центра, о котором всегда мечтала, сняла офис, набрала детей

Действие

→ Я владелец детского центра коммуникативного развития

Результат





Как образы, **установки** влияют на нашу жизнь. Пример:

Установк → Если у меня будут деньги то от меня отвернутся

а

→ Перестала бояться

Эмоция

→ Поняла, что дело во мне, а не в должнике

Мысль

→ Начала «шевелить» тех, кто связан с судом

Действие

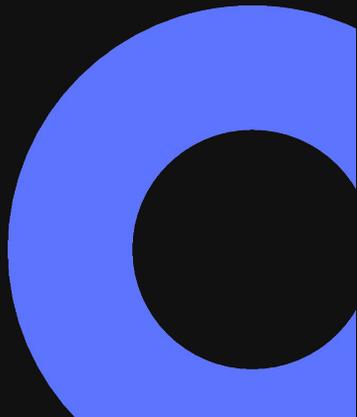
→ Через 2 месяца мне позвонили и вернули долг

Результат



Как образы, **установки** влияют на нашу жизнь. Пример:

- Установк** → Если у меня будет страх общественного мнения, то мои работы будут более качественные. Если я боюсь, я развиваюсь!
- а**
- «Эврика», словно гора с плеч свалилась
- Эмоция**
- Общественное мнение способно вдохновлять и поддерживать
- Мысль**
- Поехала в Москву на комиссию Союза Художников
- Действие**
- Через месяц открыла свою персональную выставку, решиться на которую не могла 5 лет
- Результат**





Выявляем ваши **личные** ограничения

Шаг 1. Переводим проблему в цель



Какие ограничения **отделяют** вас от цели?

Шаг 1. Переводим проблему в цель

Задание № 2

Например:

- У меня мало источников дохода – У меня есть три источника дохода.
- Большие кредиты, долги – Я закрыл все свои кредиты и долги.
- Не получается найти прочные отношения – У меня уже есть прочные отношения.



Выявляем ваши **личные** ограничения

Шаг 2. Практика «Два вопроса»

Задание № 3

Почему у меня нет этой цели?

-
-
-
-
-



Выявляем ваши **личные** ограничения

Шаг 2. Практика «Два вопроса»

Задание № 3

Почему у меня нет этой цели?

-
-
-
-
-

Зачем мне не иметь эту цель?

- +
- +
- +
- +
- +



Выявляем ваши **личные** ограничения

Шаг 2. Практика «Два вопроса»

Задание № 3

Почему у меня нет этой цели?

- Потому что я ленивый.
- Потому что меня не повышает начальник.
- Потому что не могу открыть свой бизнес (дети маленькие, времени нет).

-

-

Зачем мне не иметь эту цель?

- + Чтобы было больше времени на семью, на себя.
- + Чтобы не было большой ответственности.
- + Чтобы не начать изменять, не разрушить свою семью.

+
Почему для меня так
+
важно..



Выявляем ваши **личные** ограничения

Упражнение «Зато»

Задание № 4

У меня нет дохода 150 000 рублей
в месяц, зато...

..зато хорошая семья, много друзей;
..зато есть 30 тысяч (стабильность);
..зато никто не завидует;
..зато дети меня видят, я вижу, как они
растут;
..зато я человек хороший.

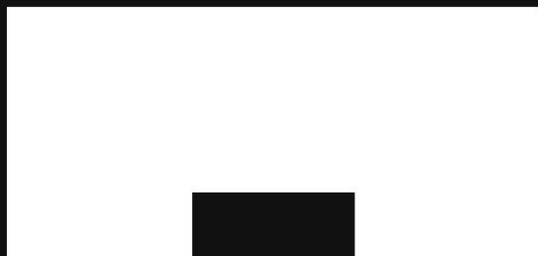
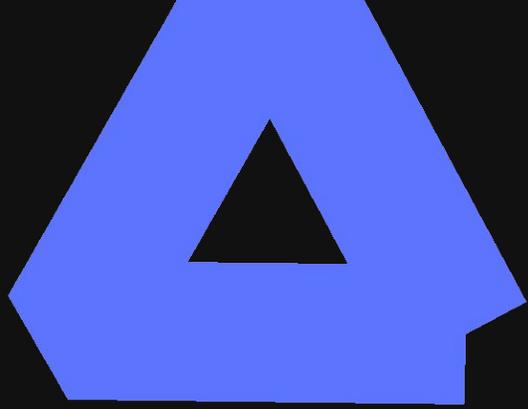


Посмотрите на ваш список

**То, что вы записали -
это и есть ваши ограничивающие убеждения,
ментальные блоки, установки.**

**Это то, что мешает вам достичь
цели.**





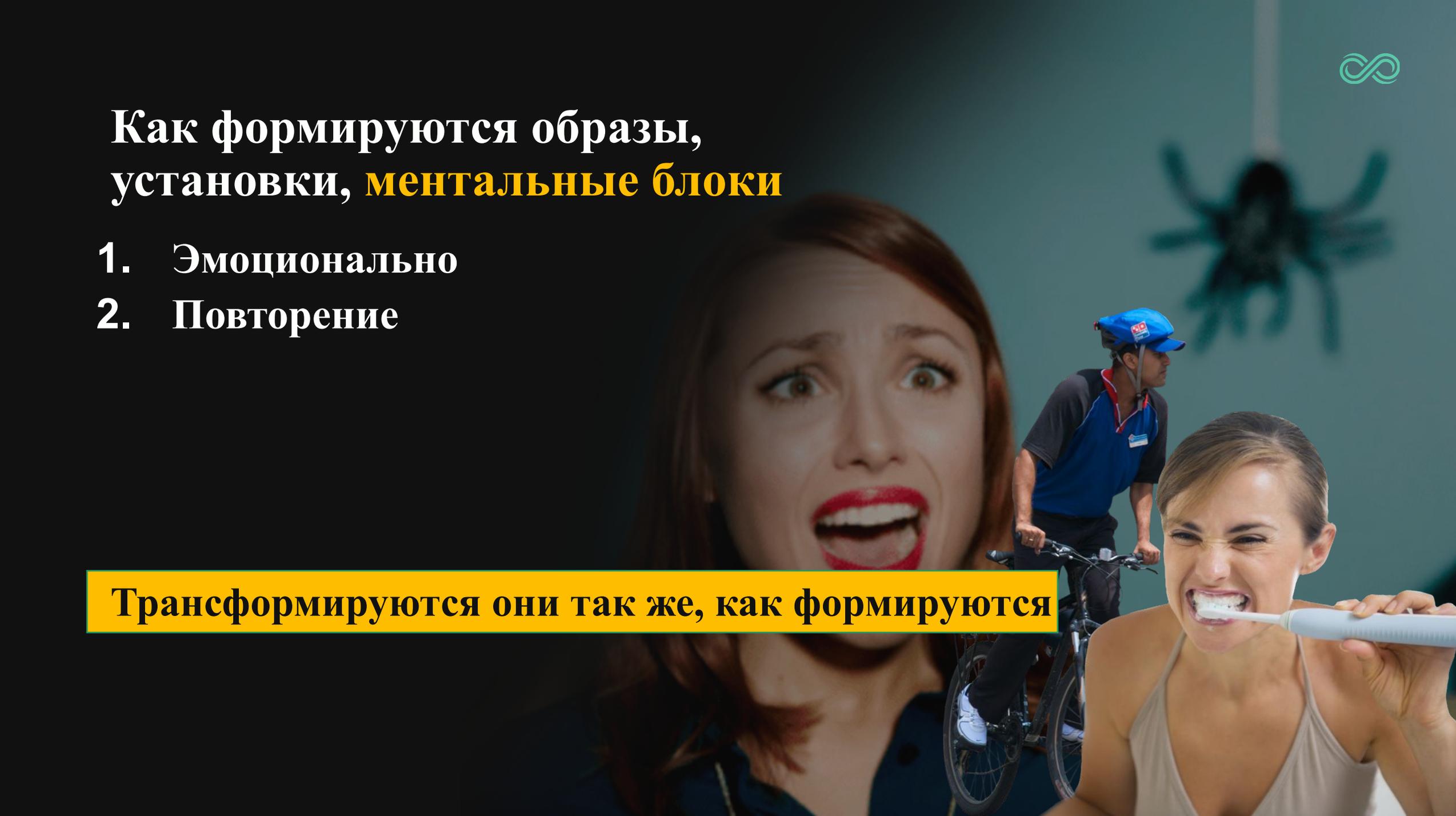
**Как
трансформировать эти
ограничения?**



Как формируются образы, установки, **ментальные блоки**

1. Эмоционально
2. Повторение

Трансформируются они так же, как формируются





Трансформация ограничений: эмоционально или через повторение

Тренинг
и

Коучинг

Работа с
психологом

Психотерапия

Книги
Фильмы

Жизненный опыт



Как трансформировать эти
ограничения **самостоятельно**
и конфиденциально,
не выходя из дома?

Пошаговый механизм изменения (трансформации) ограничивающих убеждений



Этот механизм используется в тренажерах Master Kit

Эффективность тренажеров имеет научное подтверждение.

Подробности и результаты исследований – на сайте:

<https://risr.institute/info/research>

RISR Новости Институт Публикации Ресурсы Партнеры Конференции Исследования Команда

Научно-исследовательский институт саморегуляции

Психология → Социология → Нейрофизиология →

Новости

ГЛАВНОЕ

**Пошаговый механизм изменения
(трансформации)
ограничивающих убеждений**



Цель

+

Негативные последствия от достижения цели

=

Ограничивающая установка

Наша задача - разорвать эту связь



Механизм **смены** установки

Шаг 1. Внутреннее позволение

Шаг 2. Вскрытие конфликта

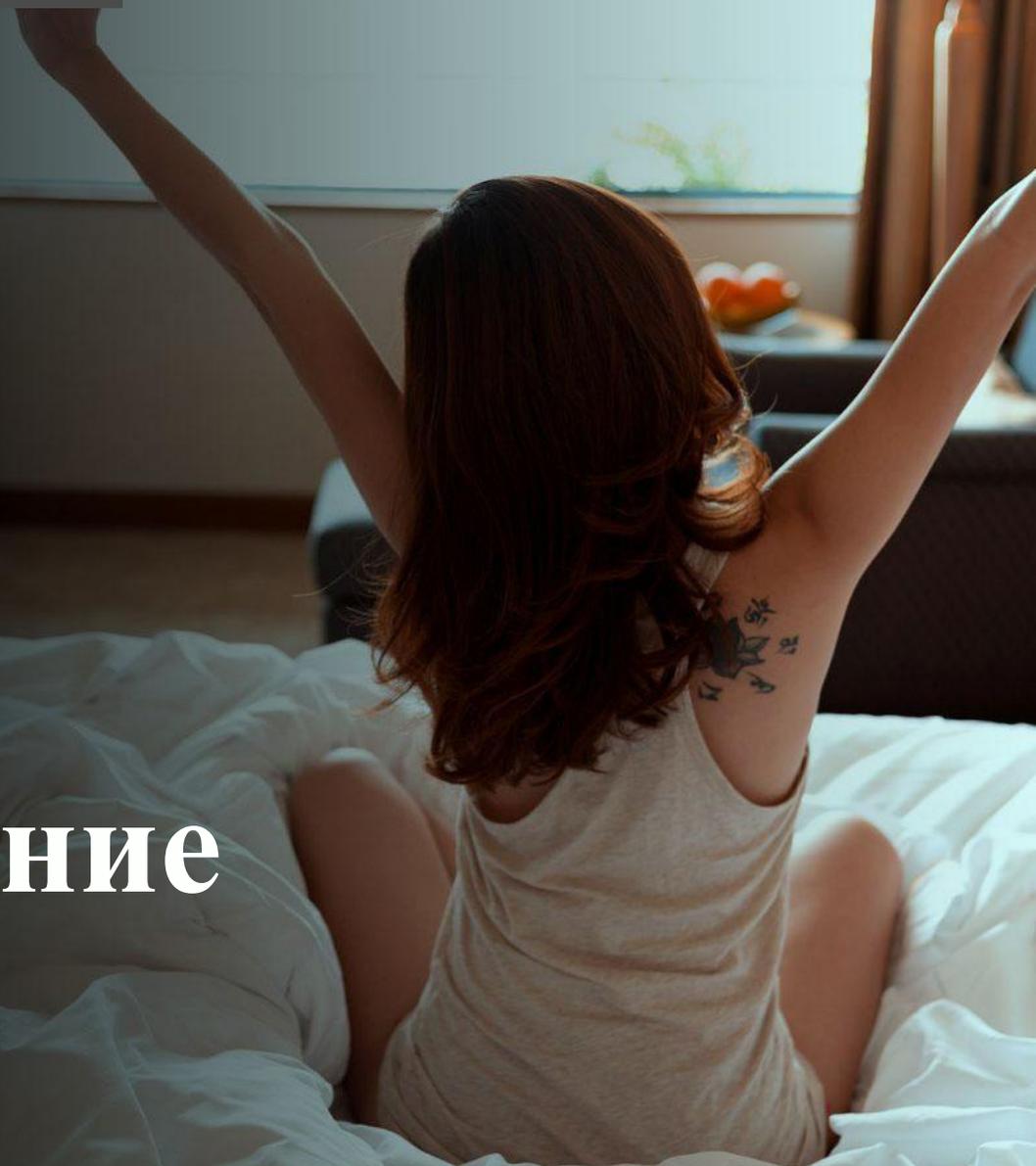
Шаг 3. Катарсис - инстайт

Шаг 4. Закрепление



Пошаговый механизм изменения
(трансформации)
ограничивающих убеждений

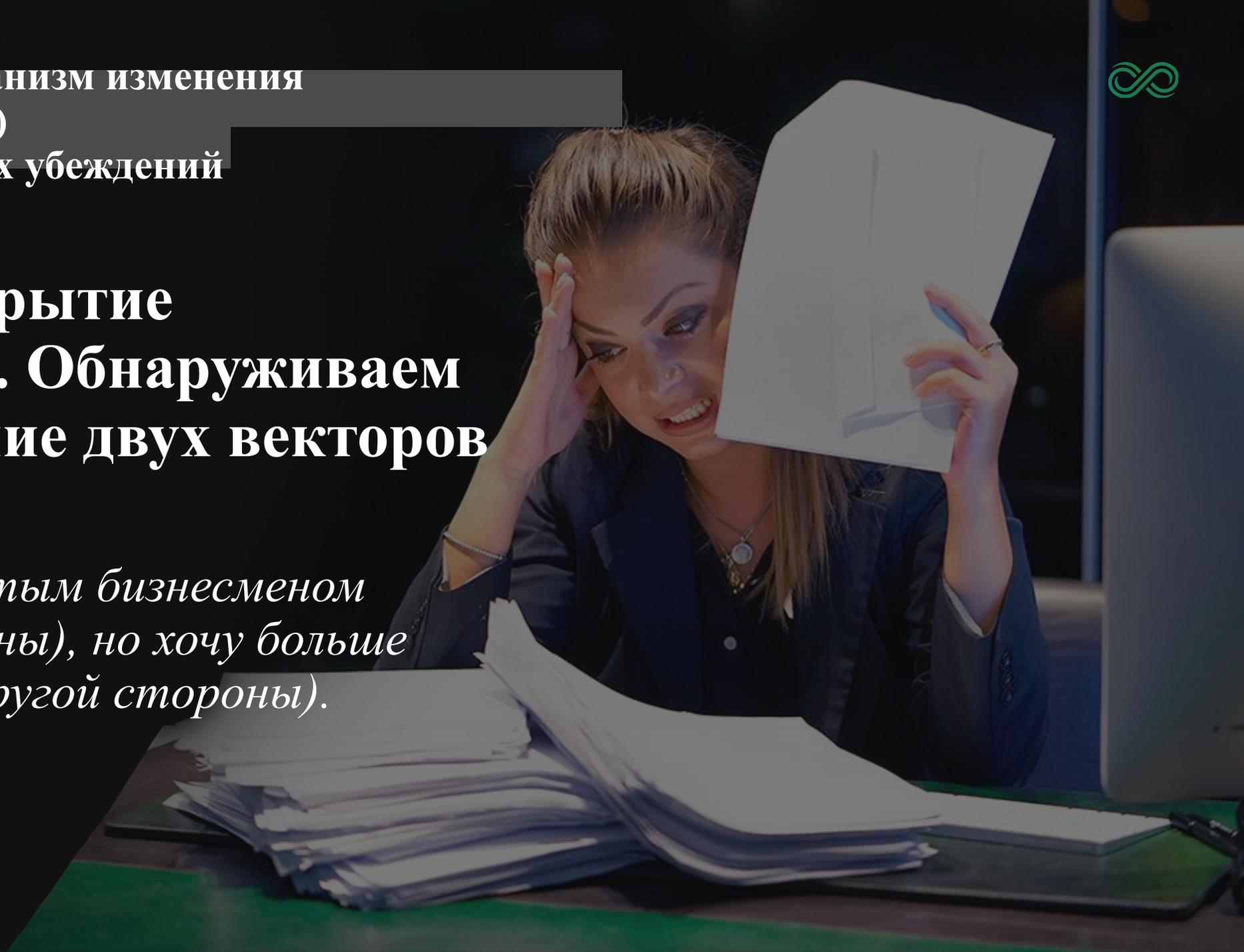
Шаг 1. Внутреннее позволение



Пошаговый механизм изменения
(трансформации)
ограничивающих убеждений

Шаг 2. Вскрытие конфликта. Обнаруживаем столкновение двух векторов

*Хочу быть крутым бизнесменом
(с одной стороны), но хочу больше
отдыхать (с другой стороны).*



Пошаговый механизм изменения
(трансформации)
ограничивающих убеждений



Шаг 3.

Катарсис - инсайт.

Нахождение решения

*Нахожу способ быть крутым
бизнесменом и больше отдыхать.*



Пошаговый механизм изменения
(трансформации)
ограничивающих убеждений

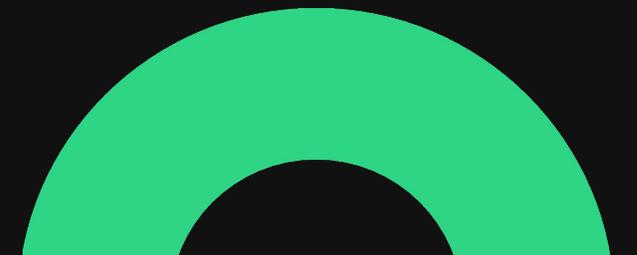


Шаг 4. Закрепление полученных изменений

Аудиально: мы слышим текст тренера

Визуально: мы видим новый образ

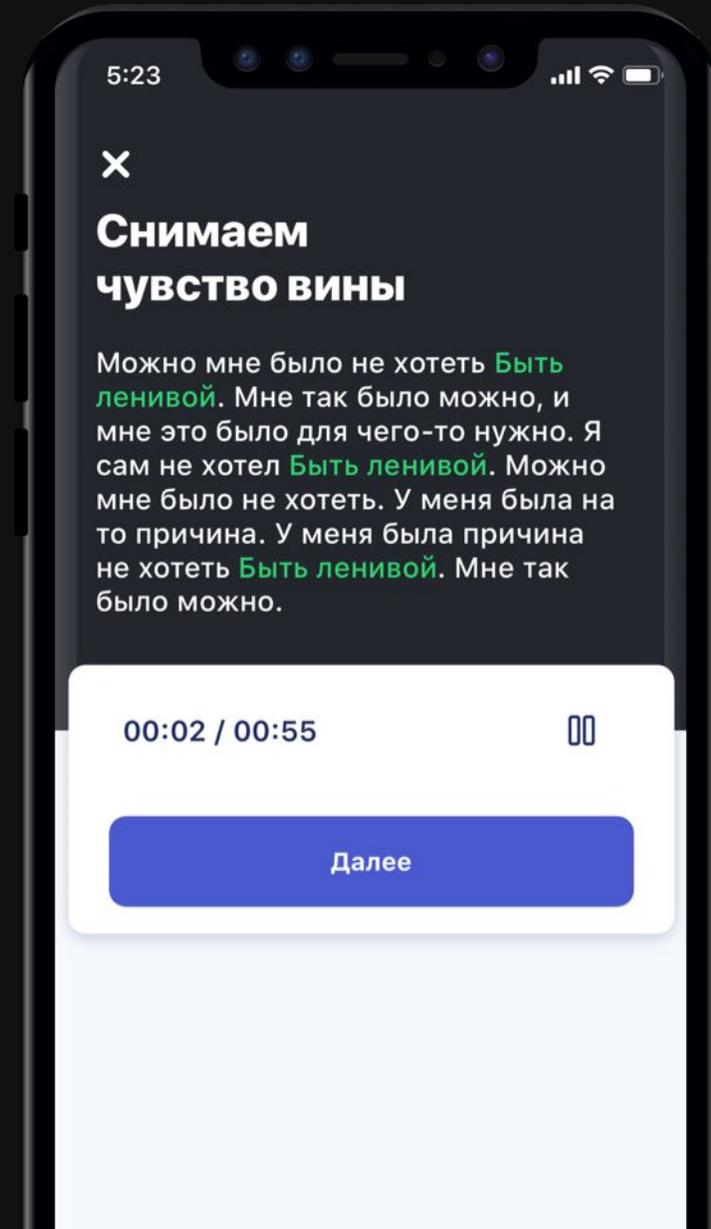
Вербально: мы проговариваем – доносим до себя





Как это работает в тренажере Master Kit?

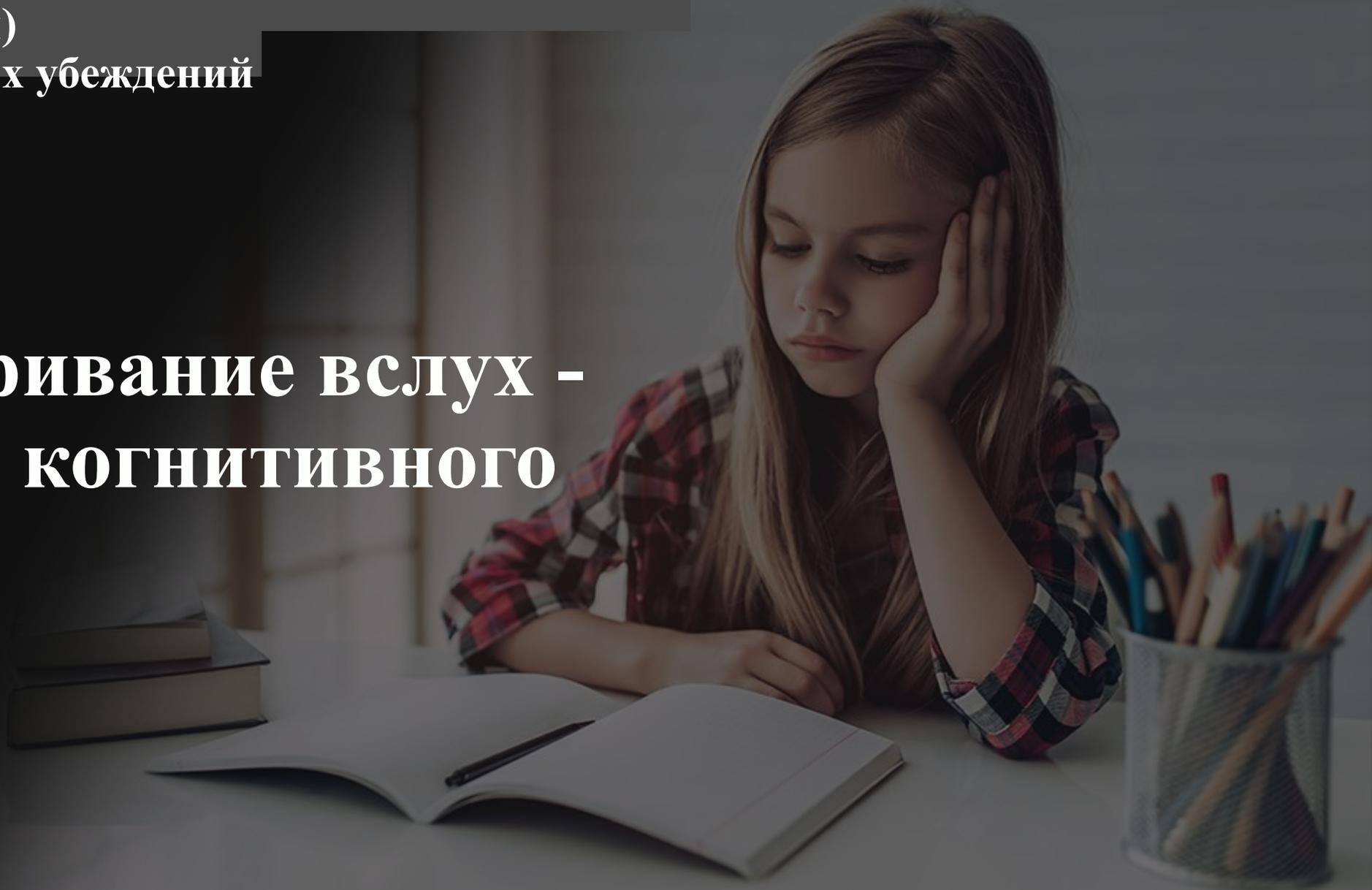
Эмоционально –
Вскрытие конфликта
Повторение – Повторяем
за тренажером



**Пошаговый механизм изменения
(трансформации)
ограничивающих убеждений**



**Проговаривание вслух -
усиление КОГНИТИВНОГО
процесса**

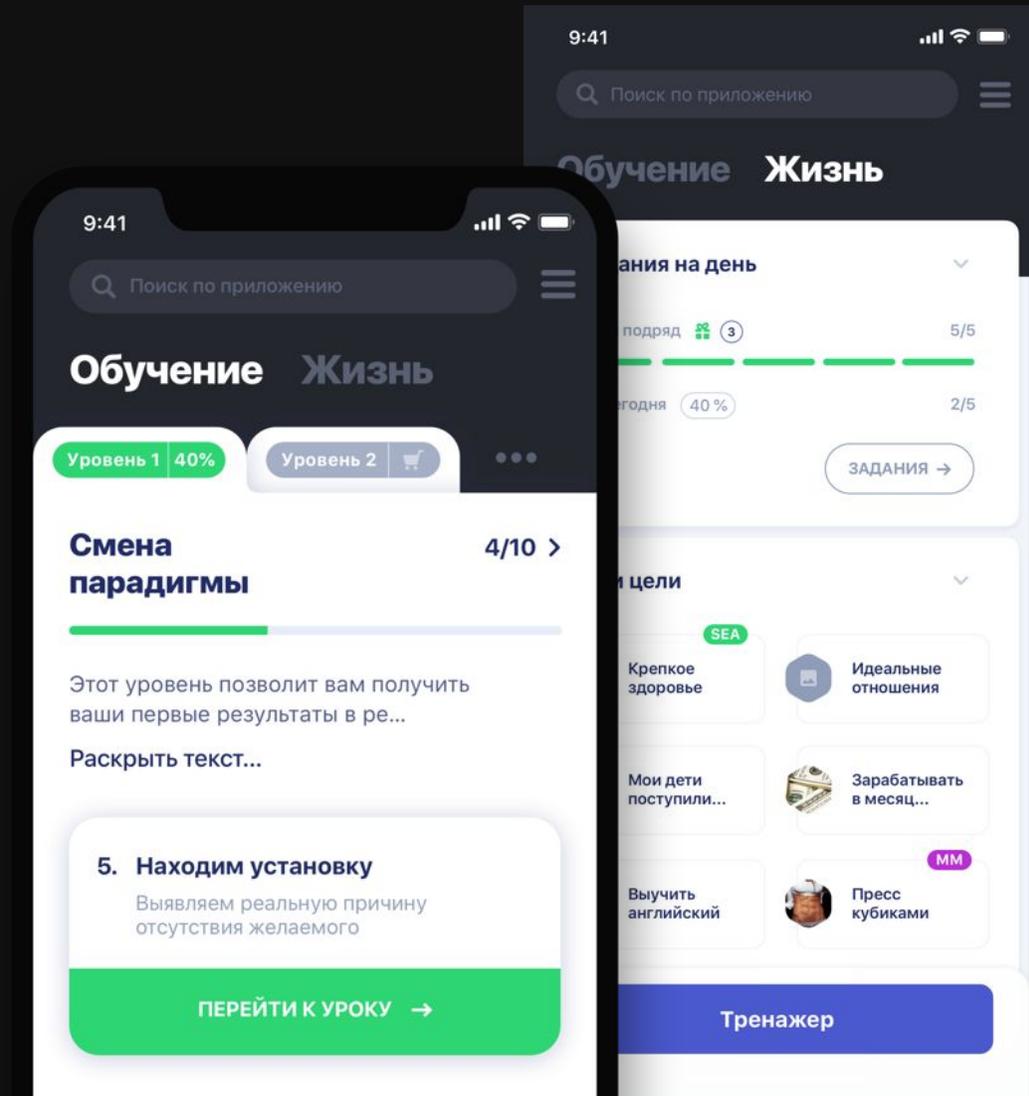




Как выглядит Master Kit?

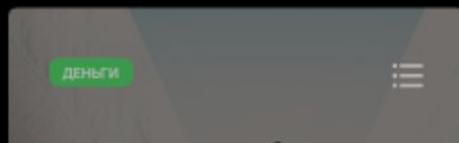
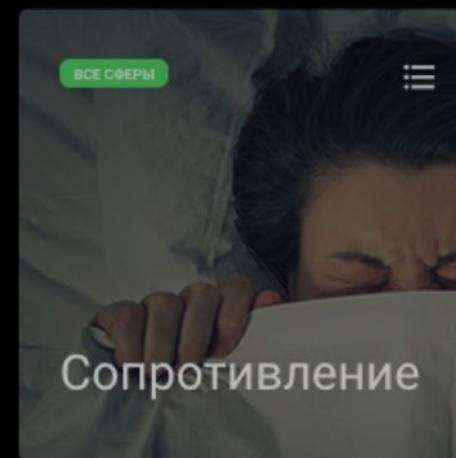
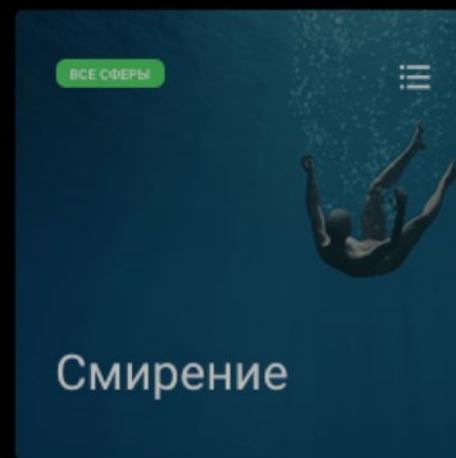
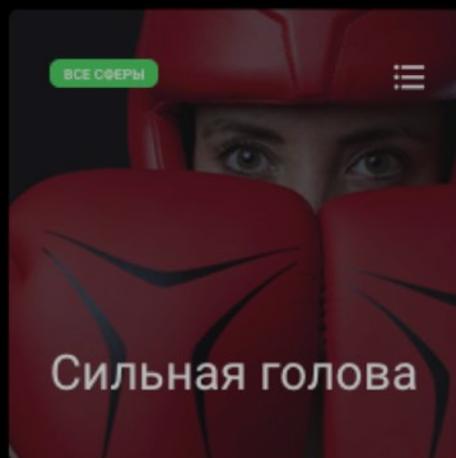
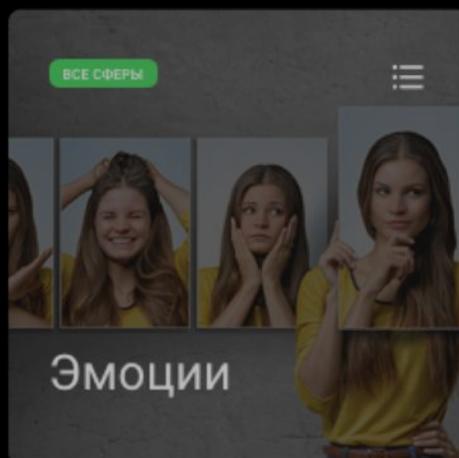
Master Kit реализован в виде мобильного приложения.

Есть веб-версия.

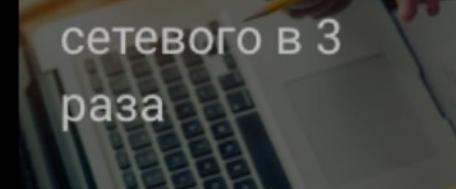
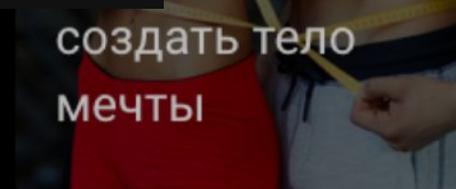
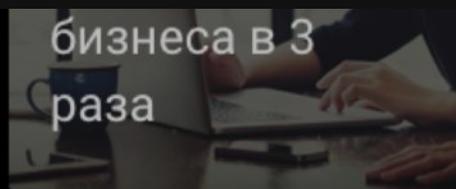
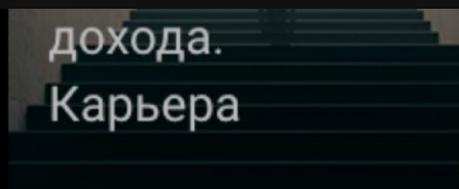




Как выглядит Master Kit?



Наборы для решения любых ситуаций





Рабочая тетрадь, 3 страница

**Какие пункты
вызывают у вас отклик?**



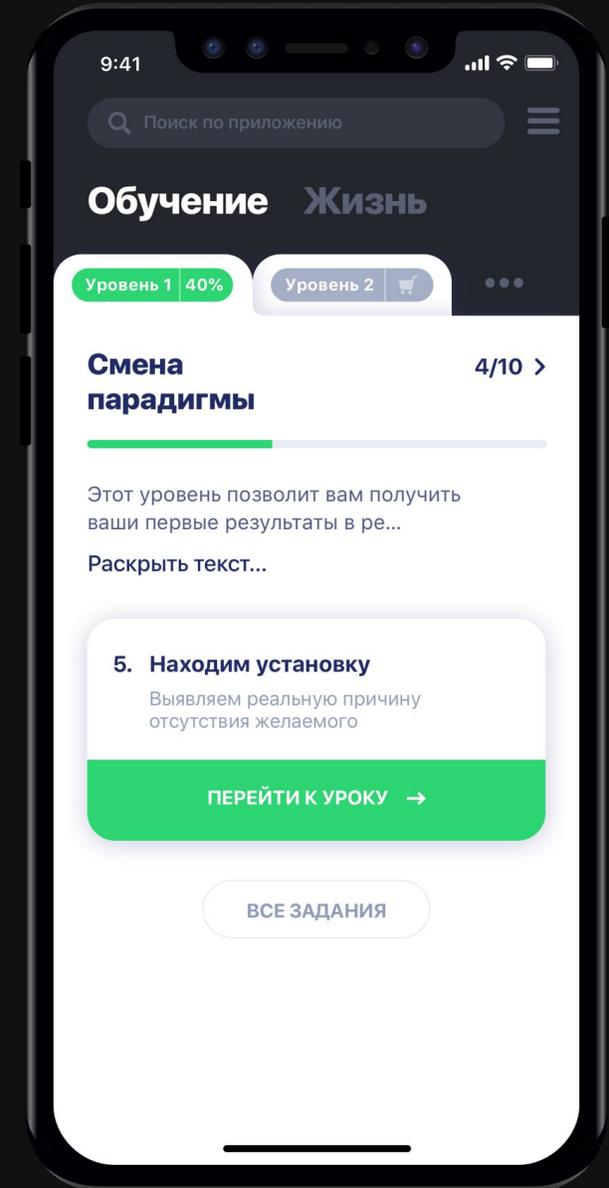


Уровни Master Kit. 1-й Уровень

Уровень для новичков

+2 тренажера:
Выявление установки
Установка

- ✓ Доступ к тренажерам на 30 дней
- ✓ Обучающие видео





Уровни Master Kit. 2-й Уровень

Уровень для тех, кто готов работать над достижением цели

+11 тренажеров:

«Ситуация»

«Страх»

«Обида»

«Образ»

«Непринятое качество»

Универсальные установки:

«Любовь к себе просто так»

«Предназначение»

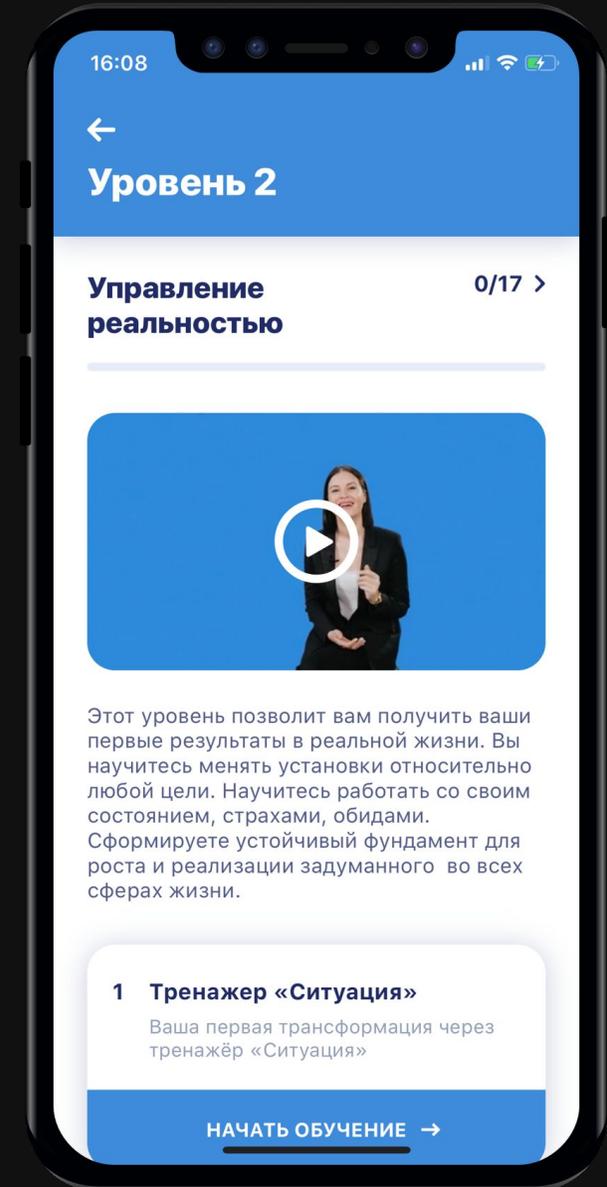
«Мои желания»

«Моя индивидуальность»

«Мои эмоции»

«Стремление к одиночеству»

- ✓ доступ к тренажерам на 90 дней
- ✓ обучающие видео
- ✓ доступ к базе знаний





Уровни Master Kit. 3-й Уровень

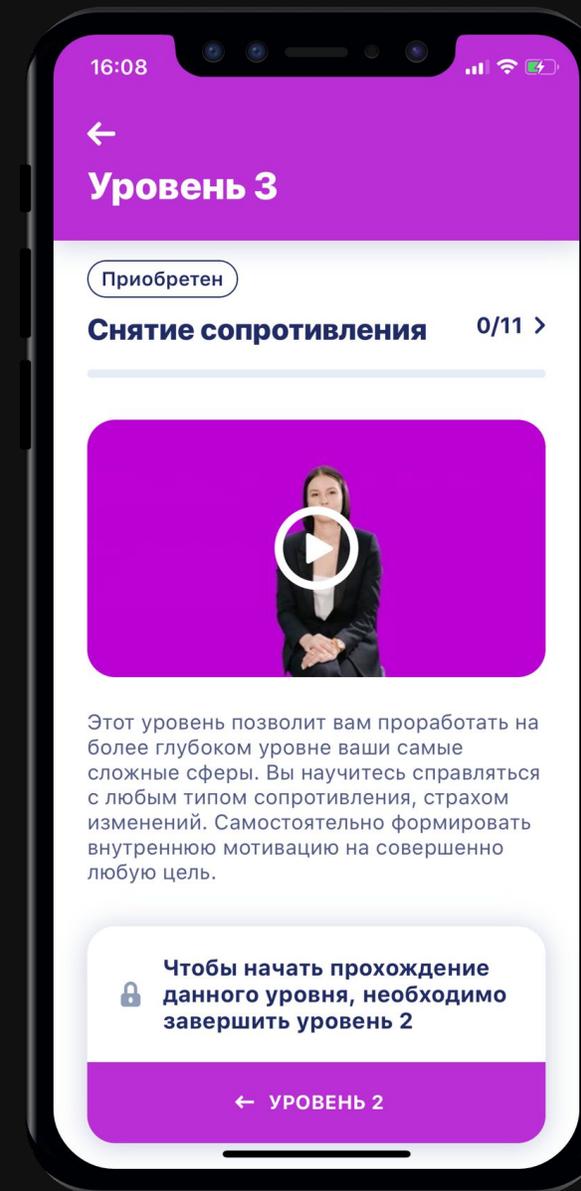
Уровень для тех, кто уже работал со своими убеждениями

+ 2 тренажера:

«Глубина»

«СВЯЗЬ»

- ✓ доступ к тренажерам на 90 дней
- ✓ обучающие видео
- ✓ доступ к базе знаний





Уровни Master Kit. 4-й Уровень

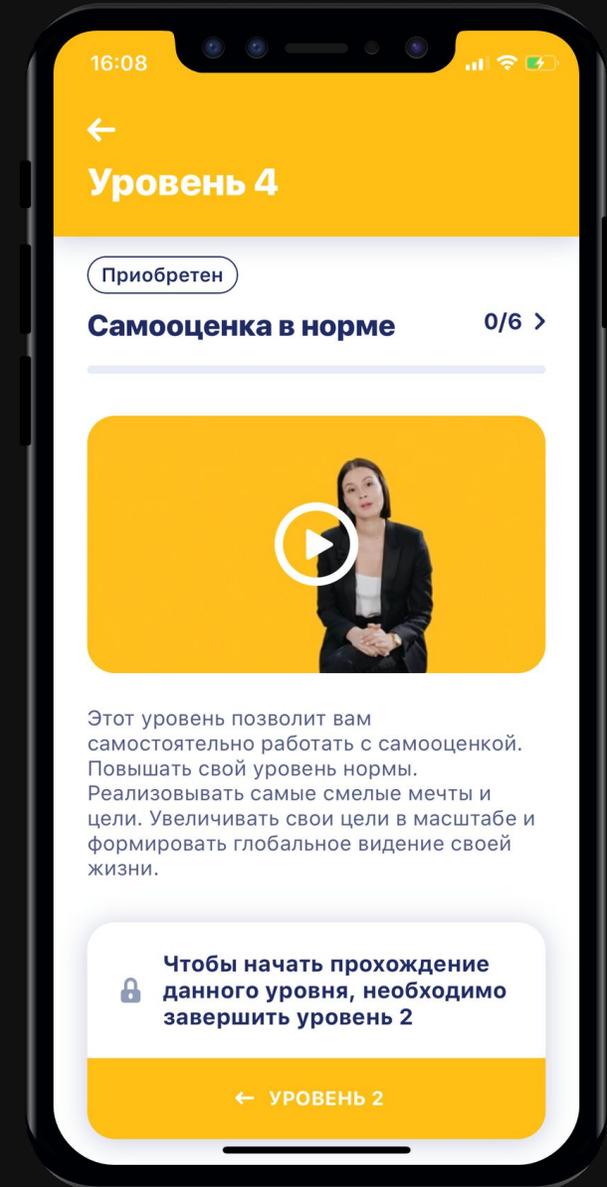
Уровень для тех, кто готов
увеличивать масштаб своих целей

+ 2 тренажера:

«Самооценка»

«Норма»

- ✓ доступ к тренажерам на 90 дней
- ✓ обучающие видео
- ✓ доступ к базе знаний





Уровни Master Kit. 5-й Уровень

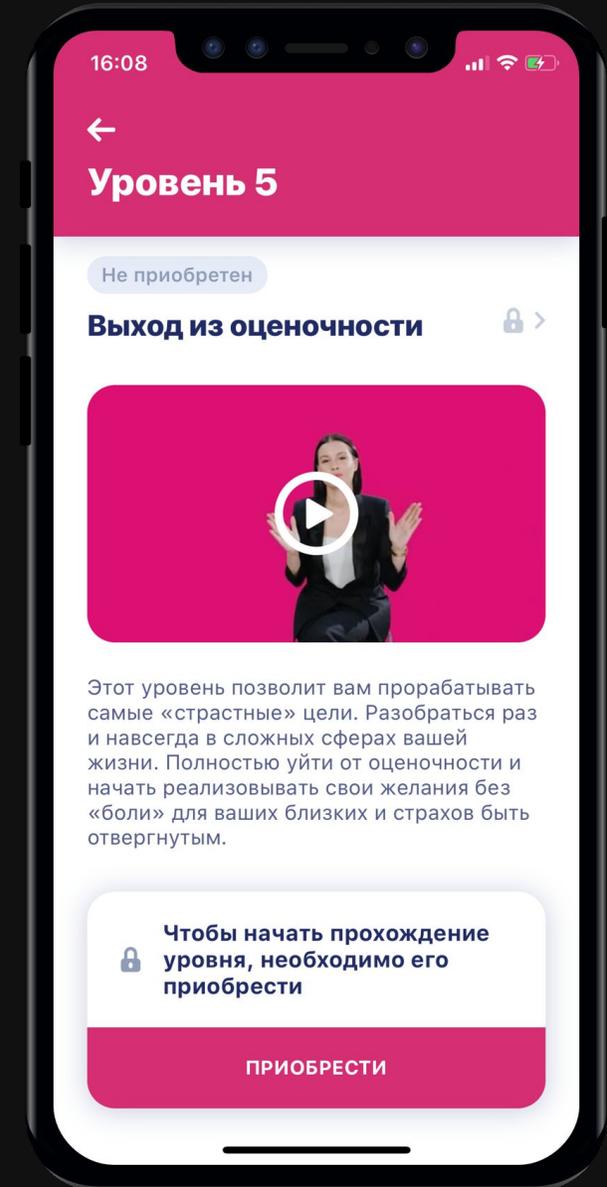
Уровень для тех, кто готов устойчиво достигать цели любого масштаба

+ 2 тренажера:

«Проработка от обратного»

«Деление»

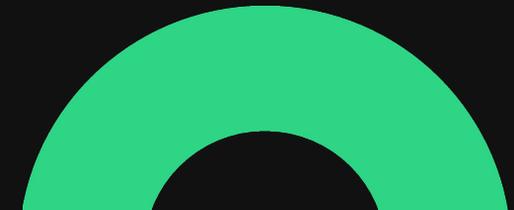
- ✓ доступ к тренажерам на 90 дней
- ✓ обучающие видео
- ✓ доступ к базе знаний





Выбирая любой уровень, **вы получаете:**

- ✓ Неограниченное количество запросов, пока продлен тренажер
- ✓ Бесплатная служба компетентной поддержки 24 /7
- ✓ Интерактивное обучение (видео + задания)
- ✓ Мобильные приложения для iOS и Android
- ✓ Продление тренажеров за 2 100 рублей в месяц (по желанию)





ДЕМО	
4 900 RUB	
Уровни	1
Тренажеров/30 дней*	2
Обучающих видео без ограничений по времени	9
Круглосуточная служба поддержки	

БАЗОВЫЙ	
31700 26 800 RUB	
Уровни	1-2
Тренажеров/90 дней*	13
Обучающих видео без ограничений по времени	26
Круглосуточная служба поддержки	

ПРОДВИНУТЫЙ	
76700 59 000 RUB	
Уровни	1-5
Тренажеров/390 дней*	19
Обучающих видео без ограничений по времени	52
Круглосуточная служба поддержки	

*стоимость продления тренажеров 2100 рублей.
Оплата единовременная.



Master Kit приобретается **навсегда**

Количество запросов в тренажерах в течение месяца неограниченно