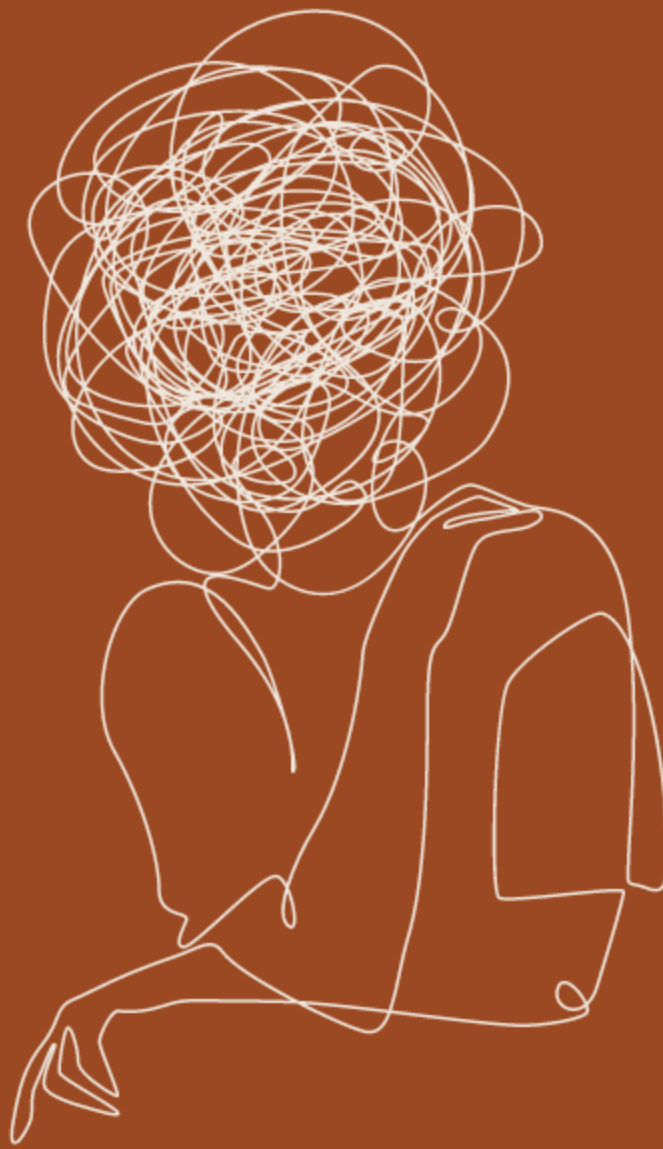


"SONO STANCA,
NON CI CREDO"



SONO STANCA, NON CI CREDO

1/8



Buongiorno dottoressa,
oggi le dico che sono
molto stanca

Ottimo, mi stai dicendo che
hai fatto tanta attività
fisica o tante esperienze?



Eh, magari. Sono stanca di
sentirmi sempre meno
degli altri, mi sembra poi
che gli altri siano più felici
di me...

Ah, credevo che tu avessi
preso in mano la tua vita...



SONO STANCA, NON CI CREDO 2/8



Eh, no...no...non ci riesco...
Purtroppo sono di nuovo
demoralizzata, succedono
sempre a me. Anche mia
cugina Clara ci si mette....

Tua cugina...?



Sì! Mia cugina, quando siamo
o in giro io e lei ed altri amici
oppure nelle cene di
famiglia, si atteggiava sempre
da bella, gentile,
soddisfatta...e io sento che
mi oscura...

Come può oscurarti:
lei è lei e tu sei tu...



SONO STANCA, NON CI CREDO

3/8



Si! Mia cugina, quando siamo o in giro io e lei ed altri amici oppure nelle cene di famiglia, si atteggia sempre da bella, gentile, soddisfatta...e io sento che mi oscura...

Come può oscurarti: lei è lei e tu sei tu...



Ma io mi sento da meno, non sono brava come lei

Ah è questa la questione: sei tu che ti senti da meno...non c'entra lei, allora



SONO STANCA, NON CI CREDO 4/8



Sarà anche così...ma la realtà è che io mi sento sempre da meno di tutti, non mi sento mai considerata e tanto meno vista!

Immagino. E tu fai qualcosa per porti in relazione con gli altri o te ne stai rinchiusa ed arrabbiata, come bambina che aspetta che gli altri le rivolgano la parola?



Sì, è così, se gli altri non mi badano, io non bado loro!

Direi ottimo! Eh sì, questi atteggiamenti favoriscono davvero le buone relazioni!!!!



SONO STANCA, NON CI CREDO

5/8



Mi sta prendendo in giro o mi sta provocando perché io mi chiuda ancora di più! Anche lei non è dalla mia parte!

Hai ragione, non sono dalla tua parte quando ti fai sovrastare dalla tua bambina interiore...



Sì, quando ero bambina facevo proprio così perché sin da allora mi sentivo sempre meno degli altri

Ottima consapevolezza.
Dunque, cosa puoi fare?



Non so...

SONO STANCA, NON CI CREDO 6/8

Io credo invece che tu lo sappia, ma non sei disposta a fare un salto evolutivo da quella 'tua bambina' che ancora ti dirige... forse è più facile lamentarsi ed incolpare gli altri...



Ehm, e quindi cosa potrei fare per sentirmi meglio...?

Incomincia per esempio ad osservare il tuo atteggiamento quando sei in compagnia e chiediti se tu stessa avresti voglia di stare con una che tiene il broncio e che sta in disparte, in attesa di essere considerata...



SONO STANCA, NON CI CREDO

7/8



Ah no, a me dà tanto fastidio chi fa sempre la vittima...

Ma dai, ti dà fastidio...quindi ti dai fastidio...



Ehm, non me n'ero mai accorta....

Sai che nessuno ti deve niente..la relazione è un dono gratuito, da dare e ricevere e non un'aspettativa dovuta!



SONO STANCA, NON CI CREDO 8/8



Lei dottoressa mi fa vedere le situazioni anche da angolazioni diverse...grazie. Mi sento più leggera. E ora come posso procedere?

Forse sei pronta a conoscere davvero chi sei, con tutte le tue possibilità....



Da dove posso iniziare?

Inizia da te stessa, formandoti con un **CORSO DI CRESCITA PERSONALE**. La Conoscenza, anche su base scientifica, di chi siamo, dei condizionamenti e di come liberarcene, sono i primi **PASSI FONDAMENTALI!**

