

HOW TO PSYCHOANALYZE SOMEONE

BY:

SCARLETT KENNEDY

HOW TO PSYCHOANALYZE SOMEONE

BY:
SCARLETT KENNEDY

Cómo psicoanalizar a alguien

escarlata kennedy

Derechos de autor © 2018 por Scarlett Kennedy. Todos los derechos reservados.

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, distribuida o transmitida de ninguna forma ni por ningún medio, incluidas fotocopias, grabaciones u otros métodos electrónicos o mecánicos, o por cualquier sistema de almacenamiento y recuperación de información sin el permiso previo por escrito del editor. excepto en el caso de citas muy breves incorporadas en reseñas críticas y ciertos otros usos no comerciales permitidos por la ley de derechos de autor.

Descargo de responsabilidad

La información proporcionada en este Libro es solo para fines informativos generales. Si bien tratamos de mantener la información actualizada y correcta, no hay representaciones ni garantías, expresas o implícitas, sobre la integridad, precisión, confiabilidad, idoneidad o disponibilidad con respecto a la información, productos, servicios o gráficos relacionados. El contenido en este libro electrónico para cualquier propósito. Cualquier uso de esta información es bajo su propio riesgo.

Los métodos descritos en este Libro son pensamientos personales del autor. No pretenden ser un conjunto definitivo de instrucciones para este proyecto. Es posible que descubra que existen otros métodos y materiales para lograr el mismo resultado final.

La información contenida en este Libro es estrictamente para fines educativos. Si desea aplicar las ideas contenidas en este Libro, está asumiendo plena responsabilidad por sus acciones.

El autor ha hecho todo lo posible para garantizar que la precisión de la información contenida en este libro fuera correcta en el momento de la publicación. El autor no asume y por la presente renuncia a cualquier responsabilidad ante cualquier parte por cualquier pérdida, daño o interrupción causados por errores u omisiones, ya sea que dichos errores u omisiones sean el resultado de un accidente, negligencia o cualquier otra causa.

Tabla de contenido

Introducción

Capítulo Uno: hacer que se abran .

Capitulo dos: Lenguaje corporal

~~Capítulo tres: su pasado~~

14

Capítulo cuatro: Sus sistemas de creencias

Capítulo cinco: Mecanismos de defensa

Capítulo Seis: emociones

Capítulo Siete: Personas que desean ser

Capítulo Ocho: sus expectativas

Conclusión: Perfil personal

Introducción

"Bueno, ¿qué crees que significa cuando hacen eso?"

"Caramba, ¿por qué actúan de esta manera?"

"¿Esto significa que no les importa?"

"¿Crees que está actuando de esa manera porque es inseguro?"

Érase una vez, yo era esa persona. Haciendo esta pregunta, llamando a mis amigos a las 3 am con la esperanza de que tuvieran una respuesta lógica para mí. Se proporcionaron cero respuestas. Nada tenía sentido. Preguntándose por qué en el mundo la gente se comportaba como lo hacía. Perder lentamente la cabeza tratando de comprender a las personas, es lo que me motivó a descubrir cómo analizar la mente de cualquier individuo.

Hace siete años, comencé este viaje. Guiando a la gente, colgando sus deseos frente a sus caras, infundiendo miseria y obsesión. Reflexionar sobre mis motivaciones anteriores para tales acciones - se me escapa ahora - considerando los cambios en mis valores, personalidad y vida actual. Estos rápidos cambios provocaron varias crisis de identidad y existenciales.

Han pasado dos años desde que escribí y publiqué mi primer libro. Dado que había experimentado crisis severas, mi intención era borrar todo este libro y tirar el manuscrito a la basura. Sin embargo, había una frustración persistente que me hizo terminar de escribir este libro. La irritación fue escuchar a la gente hacer esta pregunta. Además; el dolor, la confusión y la pérdida de sueño que experimentaron estas personas.

¿Qué es el psicoanálisis y por qué es importante?

El psicoanálisis está haciendo consciente el inconsciente. El psicoanálisis y la terapia normalmente se asocian con insoportables crisis mentales en un cómodo sofá mientras descubren los contenidos "sucios" de sus mentes subconscientes.

En este caso, no estás teniendo una sesión de terapia para descubrir las cicatrices de tu objetivo con el fin de sanar. Debes descubrir sus cicatrices, sueños perdidos, potencial sin explotar, las sombras más oscuras de su mente inconsciente para controlarlos, para volverlos obsesionados. contigo.

Nuestra mente inconsciente está a cargo de nuestro comportamiento. La mente inconsciente está a cargo del 90 por ciento, mientras que nuestro yo consciente es el 10 por ciento de nuestro comportamiento. Solo estas cosas residen en la mente subconsciente de tu objetivo. Si ha leído mi primer libro, ya debería saber que debe identificar la lista de amantes ideales de alguien. El primer libro fue algo así como una descripción general. Aquí, exploramos el psicoanálisis en profundidad.

Por qué escribí este libro

Mis lectores querían un método de psicoanálisis más concentrado. Durante mis años de perra manipuladora activa, había cosas específicas que buscaba para descubrir información sobre una persona. Toda la información que tenía era poderosa. Mis lectores lo sabían y lo pidieron. A mi modo de ver, nuestros comportamientos son algo así como una metáfora. Psicoanalizar a alguien es como alguien durante la temporada de invierno. Están en capas en muchas prendas.

Psicoanalizar es despojar a alguien de toda su ropa, ver todo su cuerpo desnudo y vulnerable, y entrar en el abismo de su alma. Interiorizar la estructura psicológica de alguien es bastante arriesgado. Lo que hagas con la información puede nutrir sus corazones con amor o quemar sus almas. ¿Quizás ambos? Eso depende de usted para decidir.

¿Para quién es este libro?

Para aquellos de ustedes almas buenas, pueden usar esto para fortalecer su comprensión de las necesidades de su pareja. Por lo tanto, puede satisfacer sus necesidades y puede comprender sus propias necesidades. Si sus intenciones no son altruistas, puede utilizar este libro para su beneficio personal. Ya sea

conseguir que esa chica que de otro modo nunca se hubiera enamorado de ti, haga exactamente eso. Tal vez quiera sobresalir en el lugar de trabajo y ascender hasta la cima. Esto le ayudará a reducir el tiempo que hubiera tomado originalmente, sin este libro.

¿En qué se diferencia este libro?

Un patrón repetitivo en: libros, videos y otros productos informativos han hecho su investigación. Excelente, pero ¿has aplicado? La aplicación aquí no está probando estas teorías en un laboratorio o en un entorno controlado. Me refiero a psicoanalizarte a ti mismo, tomando las teorías y aplicándolas a las personas adecuadas. Lo que he notado es que la gente recita estudios que los profesionales han hecho en un laboratorio. Si bien tengo mucho aprecio por las personas que realizan la investigación, seguido por las personas entusiastas que comparten la investigación, eso no probará que funcione en las calles. ¿Qué hay de diferente en mí? He aplicado todas las técnicas a mí mismo, así como la comprensión de mis objetivos anteriores. Otros expertos discuten una técnica aplicada a todos, que es simplemente imposible. No puedo enfatizar esto lo suficiente: una talla no sirve para todos. Eso implica que tienes gustos y preferencias idénticos en comparación con todos los que te rodean.

Cómo leer este libro

No creo en balbuceos, andarse por las ramas, o explicaciones vagas. Sin embargo, creo en la claridad. Por lo tanto, cada capítulo comienza con una introducción y luego se divide en subsecciones. Cada subsección comienza con su propia introducción. Seguido de: Por qué es importante, cómo descubrir información específica, un ejemplo y, por último, qué hacer con esta información, que sirve como conclusión. Sin búsqueda frenética de información, sin confusión.

Capítulo uno

Hacer que se abran

¿Qué es un psicoanálisis sin que tu objetivo se abra?

¿Porque es esto importante?

Necesita la seguridad de que su víctima puede sentirse desprotegida a su alrededor.

Hacer que tu objetivo se abra es permitirles ser vulnerables.

La vulnerabilidad muestra que tu objetivo se siente seguro. Por supuesto, la sensación de seguridad lleva a la exposición de cómo se sienten y sus secretos.

Además, si no pueden decirte nada, solo podrás guiarte por los comportamientos, las reacciones y el lenguaje corporal. Estas cosas son muy reveladoras, pero la guinda del pastel son ellas: compartir verbalmente. Compartir secretos oscuros y abrirse le da a cualquiera la ilusión de que se forma y crece un vínculo.

¿Oyes a la gente quejarse de que otras personas no se abren/no se abren a ellos? Hay una razón para eso. Aquí hay una comparación de las características de las personas a las que su objetivo puede abrirse, versus los tipos de personas a las que su objetivo puede acercarse.

Las características de las personas a las que otras personas se abren:

En primer lugar, para leer mi libro, se requiere que abras tu mente. Si lees mi primer libro: Cómo hacer que alguien se obsesione contigo, te darás cuenta de que tienes que abrirte para escuchar. Además, se requiere una mente abierta para desempeñar varios roles para su objetivo.

Las personas captarán inconscientemente señales que indican que serías una gran persona para desahogarte o no. Si eres sarcástico, de mente estrecha y crítico, ¿por qué alguien querría expresarse contigo? Una persona de mente abierta muestra que está abierta a sugerencias y tiene flexibilidad en sus creencias. Como resultado, intentan comprender la perspectiva de la otra persona.

Aquí está la lista:

Un gran oyente:

Hay cuatro tipos de escucha:

1. Entra por un oído y sale por el otro.
2. Estás escuchando lo que dicen, pero mentalmente estás creando respuestas inteligentes.
3. Estás escuchando lo que dicen pero tu mente está ocupada con otra cosa; qué hay para cenar esta noche, Dios mira ese grano, Dios, está tan bueno. Oh, tal vez debería ver esa película esta noche.
4. Esta es la escucha verdadera: tu mente está clara. Estás absolutamente presente y solo escuchas a la otra persona. No solo estás escuchando, estás internalizando lo que la otra persona está diciendo.

Una vez más, la gente reconocerá habitualmente en qué categoría de oyente se encuentra. Esto determinará si alguien se abrirá contigo o no.

Ellos confían en ti:

La confianza es el factor clave. Esto es lo primero que tendrás que establecer. Si no puedes establecer confianza, no puedes crear nada. Sin esto en mente, lo único que creará será rechazo. La confianza no se trata exclusivamente de "no decirle a nadie". La confianza se trata de confiar en que la persona no te juzgará.

Además, no te defraudarán. La persona tampoco utilizará la información confidencial como chantaje más adelante en la relación.

Todos estos gestos envían un mensaje a la otra persona: tú importas. Me preocupo por ti. ¿No te has sentido así con alguien con quien podrías ser genuino? ¿Que todo lo que dices importa, que eres importante? yo se que tengo Si alguien elige expresarse contigo, no te enorgullezcas de lo genial que fue. En esas circunstancias, no asuma que lo volverán a hacer. Esto es presuntuoso. Su objetivo puede haber estado desesperado y, sin saberlo, abrió la boca. Simplemente permítales hacerlo sin hablar perpetuamente de "aquella vez que se abrieron a usted".

De lo contrario, será una vez. Dejarse llevar. No fuerces las cosas. Construirás más simpatía.

El candidato ideal para que la gente NO se abra:

- Juez mental: una persona que juzga no tiene que decir "Dios mío, no deberías haber hecho eso" - para juzgar. Técnicamente, un juicio es ponerle una etiqueta a algo. Por lo tanto, si le dices a alguien "eso es bueno". puede ser genial; sin embargo, si su objetivo no percibe que lo que está compartiendo con usted es bueno, habrá tensión. Dado esto, ambos tendrán diferentes percepciones de lo que es "bueno y malo". Esto puede hacer que tu objetivo se sienta tenso a tu alrededor. Porque saben que no estarían a la altura de sus estándares de bueno contra malo. La razón por la que juzgamos es porque así es como le damos sentido a las cosas en este mundo loco. Así es como pasamos del desorden al orden.

- Interrumpir mientras habla:

Este es evidente. Si no puedes dejar que alguien complete su oración, deja este libro y aprende modales. Volver es opcional.

- Decirle que sus sentimientos no son válidos:

Alguien puede hablar del pasado y escucharías "supéralo, es el pasado".

¿Adivina qué? El pasado nos afecta fuertemente y da forma a nuestra perspectiva. Decir esto invalida cómo se sienten. Somos conscientes de que esto es el pasado, pero todavía nos afecta. La diferencia entre las personas con las que todos se abren y las que la gente evita es que la persona abierta te escuchará y te dirá que todo está bien.

- Contárselo a la

gente: A veces, estos tipos pueden ser difíciles de detectar. Un indicador fácil de alguien así sería: "No te preocupes, no lo diré. Sólo dime."

Te contarán los secretos de otras personas.

- Dígale a la otra persona cómo debe y no debe sentirse:

Esto va de la mano con invalidar los sentimientos de alguien.

- Simpatía falsa:

El 7 de abril de 2013 fue el día en que mi ex mejor amigo se suicidó. Una niña me llamó y "lloró". La mayoría de las personas pueden ver a través de las tonterías (a menos que estén haciendo las tonterías). Y, fingir simpatía puede ponerte en los malos libros de cualquiera. Esa chica definitivamente está en mis libros malos. Además, ¿no tienes que llorar para mostrarme tu simpatía!

- Lo convierten en una competencia:

Cuyo dolor es peor. Quién lo pasó peor. La otra persona lo hace por ellos.

Un ejemplo:

Solía tener un amigo con el que me desahogaba. Entonces empezaría a

hablar de sí mismo. Una vez, me estaba desahogando de mi mamá y él dijo:

"Bueno, tienes suerte de que tu mamá solo te haya hecho eso a ti, mi mamá lo hizo".

_____ a mi. Eso es peor. Entonces, ¿por qué te sientes mal?" Esta es una persona con la que sabía que nunca podría volver a abrirme (aunque seguimos siendo amigos durante algunos años).

- Persona que se jacta de cuántas personas se abren con ellos: esto es como un trofeo de esposas/maridos, excepto que son trofeos abiertos. Entonces, en realidad, no se trata de que te importe que necesites abrirte, se trata de jugar al salvador y usar esto como un trofeo. Cualquiera que se abra a este tipo de persona, acaba de ganar otro trofeo.

Eso resume el tipo de personas con las que la gente no se abriría ni debería abrirse.

Solo fíjate: ¿la gente realmente se abre contigo? ¿Han dicho por qué? ¿Fue una cosa de una sola vez o fue consistente?

Qué hacer con esta información:

Si realmente quieres ser capaz de psicoanalizar a tu víctima, debes representar el carácter de un oyente fantástico y el terapeuta.

Capitulo dos

Lenguaje corporal

El lenguaje corporal es el lenguaje del cual nuestra mente subconsciente se despliega a través de nuestros movimientos corporales, expresiones faciales y gestos.

¿Sabes que las acciones de las citas hablan más que las palabras? Bueno, eso es lo que hacen nuestros cuerpos. Nuestras palabras son sólo el 10% de nuestras mentes. El lenguaje corporal muestra el 90% de lo que realmente sentimos. Puedes determinar si tu víctima miente, se siente segura de sí misma, preocupada, sombría, alegre, entre otras. No escuches sus palabras. Más bien, observa su lenguaje corporal.

El lenguaje corporal es fundamental en la comunicación y el psicoanálisis. Para el psicoanálisis en relación a la obsesión, el lenguaje corporal determinará algunas cosas:

- La verdad contra la mentira.
- Qué les ha hecho daño. •
- Atracción versus repulsión. • Qué los hace felices y cuáles son sus valores.

Si te están diciendo la verdad, o te están mintiendo:

Está en nuestros genes mentir. A veces (o siempre) mentimos porque la verdad duele, las mentiras pueden ser una forma de negación, para hacer que nuestras vidas parezcan mucho más grandiosas de lo que son. Otras razones para mentir pueden evitar que alguien salga lastimado, o todo lo contrario: lastimar a alguien. Hay un millón de razones por las que mentimos. El truco consiste en averiguar cuándo miente la víctima y cómo reaccionan sus cuerpos cuando miente.

Lenguaje corporal veraz:

- Palmas hacia afuera. •
- Contacto visual constante. •
- Respiración constante.

Lenguaje corporal engañoso: •

- Sobrecompensación. • Mirando constantemente a su alrededor. • Mirando hacia arriba a la izquierda (para diestros) y viceversa, para zurdos. • Sonrojarse. • Pausas.

Si se sienten atraídos por ti o rechazados: una de las cosas más críticas para llevar a alguien a su obsesión contigo, sería la atracción. El odio y/o la repulsión también pueden obsesionarnos, pero ese no es el objetivo aquí. Una obsesión placentera es lo que estamos buscando aquí.

Lenguaje Corporal Atractivo: •

- Pies apuntando hacia usted.

- Torso apuntando hacia ti. • Pupilas dilatadas. (Si están constreñidos, pueden estar nerviosos). • Ceja levantada.
- Labios entreabiertos. (Piensa en primitivo). • Curva hacia arriba en la boca.
- Te miran cuando se ríen. • Sonreír con los ojos. • Pecho está abierto, lenguaje corporal abierto. • Reflejando su lenguaje corporal.

Lenguaje Corporal Rechazado:

- Pies apuntando hacia la puerta. • Torso apuntando hacia otra parte, principalmente hacia la puerta. • Brazos cruzados - lenguaje corporal cerrado. • Sonrisas forzadas. (En otras palabras, no sonreír con los ojos). • Respuestas de una palabra.

Qué les ha/les duele:

Descubra lo que los ha lastimado y lo que actualmente los está lastimando, y puede usar esto para su ventaja. Si has notado que las personas que regresan con sus amantes los destruyen mentalmente, es porque la persona que los lastimó les tocó una herida. Si ha leído el primer libro, puede recordar la sección sobre verter alcohol en sus heridas y luego calmarlas. Hacemos esto cuando hacemos que alguien se obsesione con nosotros, porque estamos programados para buscar cosas, amigos, socios y circunstancias que reflejen nuestras heridas emocionales más profundas hasta que las heridas sanen. Sin embargo, la mayoría de las personas ni siquiera son conscientes de que la mayoría, si no todas, de sus acciones se basan en reflejar esta herida. Aproveche la falta de conciencia de su víctima y descubra lo que la lastima a través de su lenguaje corporal.

Lenguaje corporal triste y decepcionado:

- Cabeza inclinada hacia abajo. • Lenguaje corporal cerrado. • Frunce el ceño - boca hacia abajo. • Espalda, encorvada.

- Hombros hacia adelante.

Lenguaje corporal enojado:

- Deslumbramiento • Cejas
fruncidas. • Labios/boca
apretados. • Músculos tensos.

Qué los hace felices/cuáles son sus valores: Provocar las heridas más profundas de alguien es solo una de las pocas cosas que hacen que alguien se obsesione contigo. Llevarse bien es algo muy valioso, especialmente si planeas que se queden por mucho tiempo. ¿Cómo haces esto? Tener valores similares. No tener valores idénticos, significaría una falta de felicidad que es lo que nos impulsa a buscar.

¿Cómo determinas los valores de tu víctima? Se nos dio un ejercicio cuando asistí a la universidad de coaching de vida. El nombre del juego escapa a mi mente, pero lo llamaremos: The Hell Game. Imagina que resides en el infierno. El infierno es un lugar que sin duda aborrecerás. El gobierno ha creado reglas que harían un infierno, un infierno. Anota las reglas que harían el infierno, el infierno.

Aquí estaba mi lista:

- Se le prohibió hablar. • No usar hilo dental, duchas. • Sin aprendizaje.

Todos en la clase tenían respuestas diferentes. El propósito del juego era detectar cuáles son tus valores. Suena simple, tal vez incluso un poco infantil, pero te explicaré el ejercicio. Muchas personas se deprimen cuando no pueden vivir de acuerdo con sus valores. El infierno representaba lo que significaba no vivir según tus valores. Los elementos de la lista representan un significado más profundo: lo que realmente valoras. Tener prohibido hablar significa que valoro la autoexpresión, especialmente verbalmente. No uso hilo dental y duchas significa que valoro la higiene personal. El último que puse en la lista sería evidente: valoro el aprendizaje y la adquisición de conocimientos.

Ahora, no vas a sentarte con tu objetivo, colocar un papel y hacer este ejercicio con ellos. Eso sería dudoso por decir lo menos, a menos que tengas esa relación con ellos. De lo contrario, haz este ejercicio sin que se den cuenta. Inspeccione lo que los enoja, lo que realmente les rompe el corazón. Observar su lenguaje corporal ayudaría a obtener una comprensión clara de cuáles son sus valores. Lenguaje corporal particularmente feliz, pero también se refiere al lenguaje corporal triste y enojado anterior.

Lenguaje corporal feliz:

- Generalmente relajado, hombros hacia atrás. Músculos relajados.
- Voz tranquila.
- Fluido de movimiento.

El lenguaje corporal no solo tiene valor para concebir lo que los hace felices, ya sea que estén mintiendo o no y lo que los hace sentir tristeza, sino que también puede ayudar a descubrir algunas de las otras secciones de este libro, como los mecanismos de defensa, socios en amantes anteriores y similares.

Capítulo tres

su pasado

Es raro que la gente vea el mundo tal como es. Esencialmente somos filtros ambulantes; proyectar nuestras experiencias pasadas en nuestra experiencia presente. Las personas fácilmente manipulables desconocen el funcionamiento de sus mentes, ignoran su búsqueda destructiva de que el pasado se repita nuevamente. Toma el control de tu víctima reproduciendo el pasado que continúa buscando. Dentro de este capítulo se encuentran los principales factores que determinan cómo reproduces el pasado de tu objetivo.

Transporta tu objetivo a Infancia

Los lectores me preguntan qué inspiró el comienzo de mis libros. La respuesta simple sería mi familia torcida. Las técnicas parentales se construyeron sobre una base estricta de dinámica de poder. A una edad temprana, se fomentaba el uso de mi sexualidad para obtener los deseos de mi corazón y la explotación de los hombres, si no la norma. Sus técnicas de crianza me prepararon para buscar el poder. Utilizando mis deseos de bien, surgió la creación de este libro.

¿Porque es esto importante?

Nuestras relaciones con nuestros padres dieron forma y moldearon nuestras percepciones, que se convierten en nuestra realidad. Cuando nacimos, éramos un lienzo en blanco. Los pintores de nuestro lienzo vacío fueron nuestros padres y/o tutores. El lienzo es tu mente, y los padres/tutores usan los pinceles para dar forma y moldear tus creencias y percepciones del mundo, incluido el amor.

Un pequeño número de personas es consciente del funcionamiento de sus familias, cediendo así a estas creencias transmitidas. La mayoría de la gente no se detiene a preguntarse: ¿por qué creo esto? ¿Por qué me comporto de esta manera? Esta escapatoria en la psique humana ignorante es donde entra la gente como nosotros; los manipuladores, los sociópatas altamente funcionales y los buscadores de poder.

Hay dos factores con respecto a cómo nuestros padres/tutores/familia influyen en nuestras perspectivas sobre el amor. El primer factor son tus creencias. Segundo; qué características buscas en posibles socios. Si un niño es testigo de abuso entre sus padres, creerá que eso es lo que se supone que es el amor. Correlacionando el primer ejemplo con el segundo - la persona con este

creencia buscará un socio que valide estas creencias. En este caso, una pareja que puede ser abusiva.

Cómo averiguar su relación con sus padres:

Hay preguntas específicas que debe hacer si desea comprender la relación de su objetivo con sus padres. En primer lugar, cómo y qué preguntas sobre su relación con sus padres o tutores depende únicamente del tipo de relación que tengas con ellos actualmente. Por el contrario, si ha desarrollado una relación cercana, esta es su señal para preguntar cualquier cosa que necesite saber para su beneficio. Escuche cosas específicas como si son cercanos a su familia. Observe cualquier patrón en sus conversaciones sobre sus padres. La mayoría de las personas se sienten cómodas hablando de sus relaciones familiares. Si no, tendrías una pista. Cuanto más disfuncional es la familia, más fácil es controlar a su objetivo.

Ejemplo:

Aquí discutiré dos ejemplos perfectos. Jamie* carecía de seguridad en su familia. La seguridad era lo que ella deseaba desesperadamente. Había muchas formas indirectas en que le brindaba seguridad. Una de las pocas cosas fue mostrar una mentalidad tranquila y serena. Fui firme en mis decisiones e hice algunas sugerencias sobre actividades que podríamos hacer durante nuestras reuniones, eso implicaba cuán estable era. Actividades como ir a un café, tener una cena saludable y, si el clima lo permite, un paseo por el parque.

Estas actividades eran todo lo contrario de lo que harían sus amigos estándar: discotecas, drogas, bebida y cosas por el estilo. Ella vino a mí para satisfacer su necesidad más profunda: seguridad.

El segundo ejemplo es un caso de libro de texto de una persona que busca sus características parentales en su pareja. Ryan* es un joven atractivo, y lo sabe. Conseguir que cualquier chica fuera su novia era fácil para él. Había un patrón para él, parecía atraer a socios que fueran a fiestas y consumidores de drogas.

Estas mujeres estaban ligadas de alguna manera a su madre. Obtención de drogas, alcohol

y pases gratis a las fiestas. Al igual que las mujeres, la madre de Ryan tenía su propia elección de drogas: dinero y poder. Las formas en que estas mujeres perseguían las drogas eran las mismas formas en que la madre de Ryan recuperaba dinero y poder.

Sin embargo, una chica entró en escena que hizo que se comprometiera. Mientras que las otras mujeres compartían rasgos similares, esta niña compartía un rasgo con su madre que ninguna otra niña tiene: esta mujer lo ridiculizó, lo criticó, lo hizo sentir indigno. Todavía están juntos. Este es el tiempo más largo que ha estado con un mujer.

Nuestras mentes subconscientes buscan personas que infligen dolor en nuestras heridas más profundas. Esto se debe a que cree que se está curando a sí mismo al encontrar más heridas, y nos resulta familiar.

Qué hacer con esta información:

Escuche atentamente cómo describen su relación con sus padres.

Muestre los rasgos que le gustan a sus padres o tutores y valide sus creencias sobre el amor creado por sus padres. Es por eso que ves personas que vivían en hogares abusivos y te preguntas por qué no pueden simplemente dejar su relación abusiva; después de todo, es la solución más lógica, ¿verdad? Trate de evitar cualquier rasgo parental que su objetivo desprecie en sus figuras paternas.

Estilos de archivos adjuntos

¿Qué es?

Los estilos de apego son formas en que nos unimos en las relaciones. Estos se desarrollan durante nuestra infancia. Nuestras relaciones con nuestros padres y/o tutores crean nuestro estilo de apego. Hay cuatro estilos principales de apego en el mundo de la psicología actual.

Por qué es importante saber esto:

Para que ocurra la obsesión, debes hacer que tu víctima se apegue. ¿Cómo?
Descubriendo sus estilos de apego y apelando a ellos.

Apego seguro:

Este tipo es independiente dentro de la relación, sin sentirse como si fuera la otra mitad de otra persona. Están enteros y completos.

Cómo puedes decir:

- Estas personas suelen tener confianza. •
No ocultan/enmascaran sus emociones a menos que sea necesario.
- Son abiertos y no retrocederán ante nada emocional. • Son orgullosos, pero humildes. • No huyen del amor, pero tampoco lo fuerzan. • No se ponga celoso del éxito de otras personas, ellos los alientan. • No juegan juegos mentales. (Como nosotros).

Por lo general, en la manipulación buscamos cosas que a la gente le faltan. Las personas seguras no se están perdiendo mucho. La clave es (esta cita) "cuando regañas el control, castras a los hombres débiles, se doblegarán a tu voluntad. Los hombres fuertes te alejarán". -Evan Mark Catz

Esto no solo se aplica a los hombres, esto es para cualquier persona con un estilo de apego seguro. Si son conscientes de tus juegos, retrocederán. Las personas seguras y felices son mucho más difíciles de seducir. No hay vuelta atrás con este tipo de estilo de apego: se mantendrán firmes.

Ejemplo:

Raquel comunica sus necesidades y las comprende. Si algo le molesta, compartirá sus preocupaciones de manera asertiva. ella no

jugar juegos, y definitivamente te llamará una vez que se dé cuenta de que estás jugando juegos. Raquel es real, genuina y espera lo mejor, y solo lo mejor. Ella es confiada, pero no fría de corazón.

Cómo trabajar con este estilo:

Hay una diferencia entre la manipulación y el crecimiento. La manipulación mantiene a alguien inseguro, por lo que puedes controlarlo. El crecimiento ayuda a alguien a superar sus inseguridades y debilidades, ¡para que puedan florecer y convertirse en las hermosas flores que son!

Las personas seguras de sí mismas son dependientes internamente y trabajarán para convertir sus inseguridades en fortalezas. Si puede encontrar una escapatoria, una inseguridad, una falta, de la que no se dan cuenta, trabaje con eso. El punto principal es que no lo saben. Esto le dará un misterioso efecto seductor sobre ellos.

Apego evitativo desdeñoso:

Esta es la persona fría en la relación. Parece que no te necesitan. Son fríos y, a menudo, se desvincularán de ti y del mundo entero.

Cómo puedes decir:

- Mostrarse indiferente. •
- PARECE muy independiente. •
- Fácil de despedirte. • Se cerrará emocionalmente. • Empujarte lejos. •
- Abandonarte. • Pueden aislarse. •
- Parecer desvinculado del mundo.

Ejemplo:

Los evasivos desdeñosos a menudo parecen fríos, pero les importa. Han cerrado sus emociones y ya no están en contacto con ellas. Hubo alguien que conocí, a quien llamaremos Richard. Richard parecía tener una actitud fría y desdeñosa durante nuestro tiempo juntos. Todo lo que tenía que hacer era descubrir la fuente de su frialdad. Tal como lo había sospechado, era su madre.

Pequeños dichos simples como "eres un bebé, deja de gemir y quejarte". "Los hombres de verdad no actúan como mujeres". Frases como estas pueden entrenar inconscientemente a un niño a cerrar sus emociones. La sociedad nos ha condicionado a asociar sentir y expresar nuestras emociones como "femenino" que significa débil.

¿Qué sucede cuando un desdeñoso se encuentra con alguien que derriba sus muros? Te encontrarás con una fuerte resistencia y posiblemente más distancia. Sin embargo, tómate tu tiempo y trabaja en sus mentes. El tipo de persona que derriba tus muros podrá ver más allá de todas las personas. Lentamente, trabajé para permitirle "abrirse", y lo hizo.

Cómo trabajar con este estilo:

- No les meta el compromiso por la garganta. Se comprometerán si sienten que no les robarás su "libertad", sin importar cómo definan la libertad.
- Permitirles su espacio y distancia.
- Da la impresión de que eres tan "independiente" como ellos.
- Provocar emociones.
- Las fobias al compromiso generalmente tienen que ver con el control. En este caso, el control se trata de volverse vulnerable, mostrando a la otra parte quién eres realmente más allá del frío exterior. Si bien los evasivos desdeñosos anhelan esta intimidad, también es una realidad desalentadora para ellos.

Estilo de apego evitativo temeroso

Estos tipos están en un estado constante de miedo. Temen estar demasiado cerca o demasiado lejos de su pareja.

Cómo puedes decir:

- Son calientes y fríos. • Se aferran a ti cuando estás distante, están distantes cuando quieres para acercarse.

Ejemplo:

Karrie encarnó el ejemplo perfecto del evitativo temeroso. Karrie era una colega más que cualquier otra cosa. En ocasiones menos profesionales, su comportamiento era tranquilo. Le presentaron a Iván. Citas casuales era lo que estaban haciendo. Todos a nuestro alrededor podían ver que poco a poco se estaban convirtiendo en algo serio. Su comportamiento frío todavía aparecía. Sin embargo, cuando se acercó a ella, ella retrocedió. Cuando se frustró y decidió mantener la distancia, ella lo agarró con fuerza. Estas son las dinámicas del evitativo temeroso.

Cómo trabajar con este estilo:

- Cuando estén pegajosos, manténgase distante. • Cuando estén distantes, déjalo ser. Dado esto, puedes intentar invertir psicología y hacer lo mismo. Especialmente si eres pegajoso, se preguntarán por qué no lo eres. • Conozca sus miedos. Convocar cuando sea necesario.

Patrones entre sus ex llamas

¿Has presentado a tu nueva pareja a tus amigos y te dicen el mismo alegato: “él/ella recuerda/se parece exactamente a tu ex”. Hay una razón para esto: tenemos patrones y correlaciones entre los amantes y las parejas que elegimos y buscamos. A menudo, estamos demasiado inmersos en nuestros sentimientos placenteros para reconocer patrones. Y mucho menos romper cualquier patrón destructivo dentro de las relaciones románticas y crear nuevos estándares para ellos mismos que les sirvan de manera positiva.

¿Porque es esto importante?

Si observa patrones entre amantes y parejas, lo más probable es que regresen a la persona que retrata los patrones predominantes entre las ex parejas.

La observación de patrones también proporcionará una idea de cuáles son sus necesidades no satisfechas, los lados suprimidos, los valores y las versiones idealizadas. Junto con estas razones, los amantes más prominentes en sus vidas: su objetivo intentará revivir a sus amantes prominentes.

Todo lo que tendrás que hacer es averiguar acerca de sus ex amantes, simplemente preguntándoles. Si hablan de sus ex sin tus preguntas, ¡aún mejor!

Sus respuestas pueden ser: •

- Negarse a hablar sobre su ex.

- Respuestas vagas.
- Diatribas amargas sobre sus ex.

Responder con las dos primeras respuestas puede designar:

- Indiferencia hacia ex, y han seguido adelante.
- Considerado acerca de sus sentimientos.
- Sentimientos de vergüenza y/o vergüenza.
- Quiere ocultarle su pasado.
- Mejor aún, ha seguido adelante.

Sin embargo, si adelantan sus diatribas sobre sus amantes anteriores, utilízalo como palanca. Esté atento a las microexpresiones faciales, un brillo en los ojos, un ligero ceño fruncido en la comisura de la boca o viceversa: un brillo en los ojos, una curva en la comisura del labio, labios entreabiertos. A veces ayuda que ocurra una circunstancia externa para que tengas una excusa para preguntar por su ex. Por ejemplo, vea una película sobre dos amantes separados.

Fíjate en lo que mencionan repetidamente sobre sus ex y los temas entre ellos.

Tal vez sus ex eran:

- Emocionalmente inestable. Esto podría significar que su objetivo es un salvador.
- Su ex siempre se va primero. Esto podría significar que su objetivo tiene problemas con el abandono y encontrar compañeros que validen esta creencia.
- Tenía ciertas opciones de carrera. Quizás sus ex siempre fueron maestros. Esto podría significar que a tu objetivo le gustan las figuras de autoridad o siente la necesidad de ser "dirigido" por un maestro.

Si no hablan de sus ex, provócalos. Acérquese a sus amigos, haga que sus amigos compartan información de mala gana. Haga cualquier cosa para recuperar información, incluso si es sombría.

Ejemplo:

Conocía a alguien a quien llamaremos Príncipe (no preguntes por estos peculiares apodos), desde que tenía quince años. Fui su primera novia, su primer todo. Eventualmente, tuvimos que separarnos porque él se mudó a ocho horas de distancia. Nuestra amistad se mantuvo intacta. Hablamos de nuestras vidas amorosas, y siempre hay un tema recurrente entre las mujeres de las que se enamoraría, incluyéndome a mí. Los amantes anteriores son emocionalmente inestables. ellos eran uno

gran desorden esperando ser limpiado. Se quejó de eso. Sin embargo, se habría ido si odiara a las mujeres emocionalmente inestables. Las personas son suspendidas y regresan si algo les sirve psicológicamente, incluso si se considera negativo. Tan pronto como me volví estable emocionalmente y lo presumí, su atracción hacia mí disminuyó.

Qué hacer con esta información:

Reconozca los patrones predominantes que atraen a su objetivo, luego describa los patrones universales que los hacen volver por más. Manténgase alejado de cualquier patrón que los asuste. Si te atreves a provocar patrones aterradores, hazlo erótico.

Capítulo cuatro

Sus sistemas de creencias

Los sistemas de creencias son profecías autocumplidas. Lo que sea que creamos, es exactamente lo que buscamos para validar una creencia específica. Esto es importante cuando controlas a alguien porque si no validas una creencia, pueden huir de ti. ¿Has notado que las personas con baja autoestima se quedan con personas que validan su indignidad? Por otro lado, si alguien está tratando de levantarlos, no muestran ningún signo de atracción, en absoluto. ¿Por qué está pasando esto? Puede darle crédito al viejo y confiable sistema de creencias por eso. Con eso en mente, este capítulo explorará múltiples formas de determinar los sistemas de creencias de su objetivo para infiltrarse en sus mentes.

¿Quién eres?

¿Quién es tu víctima?

Todos nos identificamos con algo. Nuestros egos crearon identidades para que podamos dar sentido a este mundo. Así creamos orden. Esta es una pregunta vaga.

¿Qué se supone que significa eso? ¿Cómo se responde a una pregunta tan extraña y vaga?

Nadie puede saberlo con certeza. Sin embargo, existe un patrón entre las respuestas que la gente le dará a la pregunta: "¿Quién es usted?"

Aquí están:

"Oh, ¡soy el esposo de Linda!"

"¡Soy el instructor de esta clase!"

"Soy el director ejecutivo de (inserte el nombre de la empresa)"

Claro, estos son roles que desempeñamos en la sociedad. Estas son cosas que hacemos. Sin embargo, ¿qué significa explicar quiénes somos? De nuevo, quién sabe.

¿Porque es esto importante?

Es importante comprender lo que su objetivo concluye que es su identidad. Es más fácil aprender con qué se identifican si constantemente se colocan etiquetas.

Una vez que esté al tanto de esto, deberá desglosar su identidad. Cuestiona su identidad, haz que se sientan inseguros de su identidad. Así como se sienten dudosos, comenzarán a depender de usted para que se sientan psicológicamente seguros nuevamente. Esto es como cualquier otra técnica en el primer libro. Excepto que todos se aplican de manera diferente. Una identidad es como un filtro. Nuestras identidades filtran nuestra realidad.

Ejemplo:

Un hombre al que he mencionado muchas veces en mi blog, Peter, me dice repetidamente: “No sé por qué estoy insatisfecho. Soy ingeniero por el amor de dios”. ¿Sabes lo que esto indica? Basa su autoestima en su carrera.

Varias personas basarán su identidad en su apariencia. Otros ejemplos incluyen: el automóvil que poseen, qué tan bien pueden realizar Krav Maga y su infancia pasada.

Qué hacer con esta información:

Sea lo que sea con lo que se identifiquen, aprovéchalo y desglosarlo. No diría nada, cuando el Sr. Ingeniero esperaba que lo alabara. Lo que él espera que yo diga es: “sí, eres un dios”. con una gran sonrisa en mi cara.

La verdad es que no me importa que sea ingeniero. Una vez que empiecen a sentirse inseguros, dependerán de usted para que se sientan seguros. Una vez que detectas que se están poniendo ansiosos, es cuando dices “entonces cuéntame más sobre tu trabajo. Me encantaría escuchar más”. La clave es llevarlos a una montaña rusa emocional. Uno de los fundamentos clave para que alguien se obsesione contigo. (Ver: ¿Ansioso mucho?)

sus fantasías sexuales

Las fantasías sexuales son una extensión de las fantasías: satisfacen una necesidad psicológica. Todos ellos emulan nuestro yo interior y nuestros sistemas de creencias. Si observa más de cerca la personalidad de alguien, notará que sus fantasías sexuales pueden reflejar un aspecto de su personalidad. Una persona que anhela atención.

puede fantasear con gang bangs, alguien que es pasivo buscará la sumisión y la dominación. Aunque de vez en cuando, ver la personalidad de alguien al pie de la letra, sus fetiches realmente te sorprenderán. Por ejemplo, muchas personas tienen la idea errónea de que una persona dominante sería asertiva en la cama, mientras que en realidad puede ser muy sumisa.

Otro tema relacionado con el sexo es que innumerables personas creen que el sexo es el juego final: una vez que una persona tiene sexo contigo, te ha poseído... ¿Verdad? Equivocado. El sexo a menudo puede facilitar aún más la obsesión de alguien contigo. Esto se debe a que has compartido otra parte de ti mismo y solo hace que tu objetivo se sienta más cercano a ti.

¿Porque es esto importante?

Los deseos sexuales son solo otra forma en que nuestras mentes satisfacen una necesidad psicológica. Si su relación no es platónica, puede haber una forma de sexo o algún tipo de sexualidad.

Fantasías sexuales comunes y posibles significados:

Ser descubierto: vergüenza

crónica, falta de límites/privacidad en la infancia.

Dominante:

Personalidad dominante. Quiere controlar. Otra podría ser, no tienen control en sus vidas.

Enamorarse de personas casadas y/o no disponibles emocionalmente.

Problemas con el abandono. Si tiene problemas con el abandono: puede tener estas fantasías porque si busca a alguien que no está emocionalmente disponible, o está casado o ambos... Entonces no hay que preocuparse por el abandono... porque es una profecía autocumplida.

Violación: No se trata tanto de violación. Se trata de placer: si un chico o una chica irrumpen en tu casa solo para tener sexo contigo, prácticamente harían cualquier cosa para estar contigo. Una vez más, se trata de llegar hasta el final. Si tienes fantasías sobre violar, ve a terapia. Probablemente se trate de control. Puede sentirse impotente ante las mujeres o los hombres y desear recuperar el control... violándolos.

Ser abofeteado: Baja

autoestima - indigno. También existe la posibilidad de que la persona con esta fantasía tuviera padres que no proporcionaron ningún límite saludable, si es que lo hicieron.

Sumisión/atado: esta

persona puede estar siempre tensa, por lo que tiene el deseo de perder el control.

Esta fantasía les ayuda a perder el control, aunque no sea físicamente.

Ejemplo:

Uno de mis objetivos, Timothy era un niño atrapado en el cuerpo de un hombre. Literalmente actuó como un niño pequeño, rogándole a su madre que le comprara juguetes y artilugios que la mayoría de los niños habrían superado antes de su décimo cumpleaños. ¿Su fantasía sexual? Una madre en la cama. Su madre era una madre típica, autoritaria pero

crianza ¿Lo único que falta? Disciplina. Alguien necesitaba enderezarlo, y sería yo. A menudo empujaba los límites de su madre para probar sus límites. Ella nunca afirmó ningún límite, ni sabía cómo hacerlo. Ahí es donde intervine. Antes de los momentos en que finalmente tuvimos sexo, le permitía atraparme en momentos en los que "disciplinaba" a la gente. Durante una cena a la que asistía con unos amigos, alguien me llamó rogándome que los salvara porque estaban teniendo un mal viaje con las drogas. Manteniendo baja la frustración en mi voz, le pregunté a la persona en la otra línea qué "comía". Se produjeron estallidos de risas cuando respondió: "¿Por qué hablas tan en serio?"

Mis niveles de irritabilidad se dispararon. "Mira, si no respondes a mi maldita pregunta, iré allí y tendré que disciplinarte". Expresiones de asombro vacilaron sobre mí, algunos evitaron mirarme. Timoteo? Miró con un brillo en los ojos. Fue la primera persona en cuestionar la identidad de la persona en la otra línea. El tono de su voz estaba lleno de curiosidad infantil, mientras que otros expresaban preocupación. Si bien la mayoría de la multitud no quería admitirlo, algunos sintieron vergüenza. El sentimiento de vergüenza derivado de mi falta de autocontrol, mi inadecuada capacidad de sincronización.

¿No podía esperar hasta después de la cena para "disciplinar" a la persona misteriosa?

No. Pero está en progreso.

No solo no me importaba lo que pensaran los demás en la cena, sino que me encantaba que la mayoría de los miembros de la mesa se sintieran perturbados por mis impulsos emocionales. En ese momento, todo lo que me importaba era presionar los botones de Timothy, para que él pudiera presionar los míos...

La chispa en sus ojos, la emoción de un niño pequeño en la mañana de Navidad que mostró, fue suficiente para perseguir la estricta personalidad de madre con Timothy. Como

Observé más a su madre, era evidente que lo que le faltaba a su madre era orden. Algunas personas anhelan ser puestas en su lugar. Timothy se preguntó cómo sería inconscientemente.

Finalmente, llegó el fatídico día. Timothy se estaba portando mal. Después de experimentar con el papel materno estricto y ordenado, se convirtió en habitual. Cargué mis habilidades y técnicas de disciplina en él, y resplandeció. Mostré tanto cariño dulce como estrictos rasgos de madre hasta que tuvimos sexo.

Qué hacer con esta información:

Representar las necesidades emocionalmente, no solo sexualmente. Por lo general, no se requiere sexo para alguien obsesionado contigo, siempre que puedas cumplir y representar indirectamente sus deseos y necesidades psicológicas. El sexo es solo un bono.

¿Qué clase de pensadores son?

A lo largo de su vida educativa estándar, los términos "aprendiz visual, auditivo o kinestésico" pueden sonarle. Estudiar, enseñar y aprender a través del tipo de alumno preferido de su mente ayudará a absorber más información, y la capacidad de recordar la información no solo ayudará a un estudiante a aprobar pruebas y exámenes, sino que se sentirá más seguro al recordar la información. Entonces, ¿qué tiene esto que ver con hacer que alguien se enamore de ti? El conocimiento de la forma en que la mente de su objetivo recibe y brinda información puede ayudarlo a comunicarse y apelar a sus propios intereses de manera mucho más efectiva. Sería como si estuviera aprendiendo su propio idioma.

Visualiza esta interacción:

Novia: Escuché malas noticias de Megan. Necesitamos hablar."
(Auditivo)

Novio: "Ya veo. ¿Qué te dijo?" (Visual)

Gf: "Escuché que todavía hablas con tu ex." (Auditivo)

Bf: "Mira, lo siento". (Visual)

Gf: "Quiero saber por qué sigues hablando con ella". (Auditivo)

Por el aspecto de esta interacción, va cuesta abajo. Lo más probable es que se esté convirtiendo en una discusión. La conversación podría ser mucho más fluida si cada uno de los socios se hubiera ajustado a uno o ambos sistemas de representación. Aquí hay un ejemplo del novio usando el estilo de aprendizaje de su novia.

Novia: Escuché malas noticias de Megan. Necesitamos hablar."
(Auditivo)

Novio: "¿Qué te dijo ella?"

Gf: "Escuché que todavía hablas con tu ex." (Auditivo)

Bf: "Escucha, lo siento". (Visual)

Gf: "Quiero saber por qué sigues hablando con ella". (Auditivo)

Qué hacer con esta información:

Al igual que en la sección de motivación, es un juego de niños motivar a su objetivo cuando literalmente habla su idioma, precisamente con la forma en que su cerebro percibe la información y el conocimiento.

insultos

"Ella es gorda."

Es demasiado bajo.

Son demasiado estúpidos.

Ya has escuchado todos estos insultos ridículos antes. Si los "insultos" no se verbalizan de manera constructiva, no lo tome como algo personal. La razón es que la mayoría de los insultos son el resultado de la proyección. Después de todo, la miseria ama la compañía.

Por qué esto es importante:

Cuando la mente no puede aceptar algo acerca de nosotros mismos, trata de pasárselo a otra persona, como una patata caliente. Los insultos son un subproducto de la proyección.

Los insultos pueden darte una idea de lo que la persona cree sobre sí misma.

Siempre estamos proyectando nuestro mundo interior en el mundo exterior. Los insultos son solo una forma de proyección. Hay muchos otros mencionados en este libro.

Una vez que descubras cuáles son sus inseguridades, utilízalas a tu favor.

Qué escuchar:

Presta atención a las cosas que te critican a ti y a otras personas. Suele ser proyección cuando no es verdad. Cuando las personas critican a los demás, inconscientemente buscan sus propias inseguridades.

Ejemplos:

Alguien que tuvo problemas de acné criticará constantemente a las personas por su piel. También notará que pueden mirar su piel o la de otra persona con frecuencia. Alguien que es duro consigo mismo con respecto a las cosas relacionadas con el trabajo, puede llamarte perezoso. Incluso si no es cierto, encontrarán razones y excusas para llamarte flojo.

Por último, los insultos pueden venir en forma de bromas como una forma pasivo-agresiva de insultarte. Por ejemplo, “¡eres estúpido, estoy bromeando!”.

Una cosa a tener en cuenta es que puede proyectar. La forma en que reaccionas ante el sentido del humor de alguien también puede indicar tus creencias. Si te duele una broma, analiza y cura la inseguridad/herida emocional.

Qué hacer con esta información:

Recuerda tomar sus insultos con pinzas y luego capitalizar sus inseguridades para tu beneficio personal. Puedes frotar sal en sus inseguridades y luego hacer que se sientan mejor, o usarlo para alimentar sus egos.

¿Qué los motiva?

¿Por qué escribí este libro? ¿Qué te impulsó a levantarte de la cama el fin de semana además de tener la vejiga llena? ¿Por qué estás haciendo las cosas que haces? Todo comienza con una motivación.

¿Por qué es esto relevante para el psicoanálisis?

Detrás de cada comportamiento, acción, pensamiento y deseo hay una motivación psicológica. La motivación principal es satisfacer estas necesidades. Cuando investiga más a fondo las motivaciones de su objetivo, puede satisfacer sus necesidades,

así te conviertes en su primera motivación. El hambre por ti aumentará a medida que descubras qué los impulsa.

Cómo puedes saber qué los motiva:

Usemos el ejercicio como ejemplo. ¿Hacen ejercicio por motivos estéticos o por motivos de salud? Por ejemplo, la circulación sanguínea.

Examine lo que revelan sobre el tema. ¿Siempre están hablando de cómo están empezando a perder algunos kilos, o están discutiendo qué tan calientes se sienten sus pies ahora? No tiene que ser una razón. Puede ser ambos. Por lo general, una razón es más dominante que la otra. Aprende cuál es. Escuche los detalles precisos.

Otro ejemplo:

Alguien que conoces ingiere una cantidad sustancial de drogas. ¿Es porque les ayuda a encontrar significado? ¿Están tratando de escapar de su realidad? Escuche lo que dicen sobre sus experiencias con las drogas. Y cómo les hizo sentir, etc.

Nota: no puede ser presuntuoso y crear razones de por qué las personas están haciendo las cosas que hacen. Dos personas pueden hacer algo o comportarse de la misma manera, pero hacerlo por dos razones diferentes. Una niña puede fumar cigarrillos porque cree que suprimirá su apetito. Mientras que la otra chica puede fumar porque piensa que es sexy. Por lo tanto, debes observar con atención. Notarás patrones. Luego, puede conectarlo de manera segura con la razón por la que están motivados. El poder y el control es lo que me motivó a escribir este libro y comenzar mi blog.

Palabras de motivación:

Las personas tienen diferentes palabras que las motivan. Los comunes son:

Tengo que

Yo quiero

Necesito

Te reto.

Fíjate en lo que dicen sobre sus mandados, tareas, como sea que lo llamen. Puede escucharlo en su conversación diaria.

Aquí hay un ejemplo:

Tu: que haces hoy?

Otra persona: TENGO que terminar un par de mandados hoy.

Tu: que tienes que hacer?

Otra persona: NECESITO limpiar mi auto.

Pueden decir otras palabras, pero observe las que dicen con frecuencia. Un ejemplo tuyo, usándolo podría ser:

Tú: oye, hoy TENEMOS que ir a ver una película.

Usar sus palabras de motivación es hablar su idioma. Es más probable que motive a su objetivo. Sus palabras de motivación son cómo perciben la motivación. Si tienen que hacerlo, es una tarea. Están obligados. Si usan la palabra querer, es más un deseo.

Qué hacer con esta información:

Además de usar sus palabras de motivación, represente lo que los motiva.

Si el estatus social los impulsa, represente lo que significa el estatus social para ellos.

¿Que es tan gracioso?

"¿Quieres escuchar un chiste gracioso?" su cita pregunta mientras los dos se sientan en su mesa.

Das una sonrisa poco sólida "sí".

"¿Por qué el esqueleto no tenía fecha para la fiesta?"

Parpadeas, confundido y te preguntas dónde está la broma graciosa .

La risa de fondo se produce cuando su cita responde "porque no tenían cuerpo con quien ir".

Todo lo que quieres hacer es encogerte más que reír, pero expresas una risita de todos modos.

Relacionable? Eso es porque lo es. Este ejemplo es más exagerado, pero he estado en ambos extremos. Y oye, los chistes malos me parecen divertidísimos. Todos nos hemos conocido y conoceremos a personas que no comparten gustos cómicos similares. Si alguna vez te has preguntado por qué algunas personas encuentran algo divertido, mientras que otras no, la respuesta se encuentra dentro del sistema de creencias de alguien.

¿Porque es esto importante?

El humor de alguien es como un desliz freudiano. Lo que sea que haga reír a alguien, resuena con ellos. Cuando la gente dice "una vez que los haces reír, los tienes". Es decir, han encontrado una mina de oro. Aquí, puedes descubrir las creencias más profundas de tu víctima.

Cómo averiguarlo:

Mire una película que ellos crean que es divertida (esperemos que usted también lo haga).

Observe lo que los hace reír histéricamente, incluso observe de qué se ríen.

Escucha sus chistes estúpidos.

Esto proporcionará una idea de quiénes son. No se reirían si no estuviera en el fondo de sus mentes en primer lugar, esto se aplica a otras reacciones que notas. Por ejemplo, una mirada sombría en su rostro, ira, etc.

Ejemplos:

Una víctima mía preferiría sentarse en su casa y ver películas todo el día.

Cada vez que aparecía algo degradante sobre una mujer, se reía. No reírse - se partió de risa. Sabiendo esto, conectando todos los puntos de su personalidad, no tiene respeto por las mujeres. La forma en que me habló confirmó su sentido del humor. "En broma" me llamaba puta, decía que parecía una puta cuando usaba x, y y z.

Qué hacer con esta información:

Puede usar esta información para apelar y comprender mejor a su objetivo.

Lo que sea que elija hacer, en última instancia, es su elección.

Capítulo cinco

Mecanismos de defensa

A menos que seas un masoquista emocional o una reina del drama, tiendes a evitar cualquier dolor. Nuestras mentes tienen poca o ninguna tolerancia a cualquier dolor, por lo tanto, crea mecanismos de defensa para protegerse. A primera vista, es posible que te sientas irritado por el comportamiento de tu objetivo. Tal vez se enfrien. Tal vez empiezan a culpar a otros por algo que va mal. La respuesta está en los mecanismos de defensa de alguien.

Mecanismos de defensa

Todo el mundo se las arregla de manera diferente. ¿Alguna vez has mirado a alguien y te has preguntado por qué se las arreglan de la manera que lo hacen? ¿Por qué están reaccionando de esta manera? ¿Por qué estás reaccionando de esta manera? Estos son simplemente sus mecanismos de defensa psicológica.

¿Por qué los tenemos/por qué es esto importante?

Es la forma que tiene nuestra mente de protegerse y defenderse de eventos traumáticos y emociones fuertes.

Nota: hay muchos otros mecanismos de defensa psicológica, sin embargo, solo he enumerado los más comunes con los que es importante trabajar para que alguien se obsesione contigo.

Compartimentación:

Esto es como la disociación. Excepto que no te desvinculas por completo. Solo partes de ti están disociadas.

Cómo se puede saber:

si parecen distantes de diferentes partes de sus vidas, se están compartimentando.

Ejemplo:

Una mujer que está engañando a su esposo puede desvincularse. Pero con el trabajo, no lo es, porque ama su trabajo.

Cómo lidiar:

independientemente de lo que estén compartimentando, sepa que pueden estar insatisfechos. Esta es su oportunidad de llenar los vacíos insatisfactorios en sus vidas.

Disociación:

La disociación es cuando alguien se aleja de la realidad, distanciándose de la realidad.
En lugar de una realidad subjetiva, se vuelve objetiva.

Cómo se nota:

parecen aburridos, fríos y distantes todo el tiempo.

Ejemplo:

Dan, es alguien que siempre está desvinculado. Siempre estaba hablando de su mundo de fantasía. Un mundo lleno de poesía y música rock. Cuando conseguí dos entradas para un concierto de Slash (de Guns and Roses) supe exactamente a quién llamar; Dan. Cuando se disocia se adentra en un mundo de fantasía. Le di vida a esta fantasía. Con el concierto en mente, finalmente pudo vivir la fantasía que anhelaba y me asoció como facilitador. Como la persona que no está tratando de "castigarlos". O la persona para "devolverlos a la realidad". Más bien, la persona que lo aleja de ella.

Cómo lidiar:

Ilévelo más lejos y sea su escape. En lugar de devolverlos a la realidad, llévalos a un mundo de fantasía exótico. La disociación es esencialmente quitarse uno mismo de la realidad. Así que aprovecha esto. Puede ser en la forma de las cosas que ustedes dos hacen, o un viaje/ aventura que ambos emprenden. Se trata de su experiencia contigo.

Fantasías:

(Ver: ¿Cuál es la fantasía más profunda de tu objetivo?)

actuando:

Actuar mal es cuando alguien expresa sus emociones de manera extrema y/o infantil.

Cómo saberlo:

Este es muy obvio. Empezarán a gritar, chillar, tirar material. Lo que sea que haga flotar su bote.

Ejemplo:

Ryan fue uno de los chicos más geniales que he conocido. Siempre lo miraba y me preguntaba si su actitud fría era una forma de ocultar cualquier ira no revelada que tenía. Mientras reprimía bien mis emociones, mi voz desprovista de emociones y todo sobre mi comportamiento gritaba reina de hielo: le dije que en secreto quería caminar por las calles y comenzar peleas con personas al azar. Él sonrió y estuvo de acuerdo en que compartía la misma fantasía. Para avanzar rápido, un día me llamó. Necesitaba desahogarse. Amigos traicioneros lo traicionaron, y dolió. Estuvimos hablando por teléfono durante unos veinte minutos y pregunté "¿por qué no nos reunimos, tal vez ambos podamos desintoxicarnos de nuestras frustraciones?" Me preguntó qué había pasado, cuáles eran mis problemas y le dije que se lo explicaría cuando nos conociéramos. Cuando nos conocimos, le expliqué que estaba furioso y que ahora era un buen momento para actuar según mis impulsos más salvajes. Abrió levemente la boca para discrepar e inyectar una pizca de dosis moral en mis venas. Pero no lo hizo. Me miró con una curiosidad morbosa, antes de responder "lo mismo aquí, pero primero, dime qué pasó".

Mis frustraciones se basaban en problemas recurrentes con mi familia psicópata. Expresando mi ira, sentí que mi sangre hervía a la temperatura más alta posible. El volumen de mi voz se hizo más fuerte y más agresivo cuando compartí lo que me hizo estar en este estado actual. Respiré hondo y exploré los alrededores con mis ojos. Vi un bar y pregunté si podía continuar con mi diatriba mientras tomábamos algunos tragos.

Cuando los disparos comenzaron a llover, también lo hizo mi rabia. Estaba pendiente del estereotipo del misógino del bar. Mi borracho enojado sintió que sería satisfactorio pelear con un hombre misógino en lugar de otra mujer borracha y enojada. Activarlo fue lo primero que supe que tenía que hacer. Primero, lo miré fijamente. Cuando capté su atención, coqueteé descaradamente con el hombre sentado a su lado. Le dio un codazo a su amigo y susurró algo. Hasta el día de hoy, no sé qué había dentro de ese susurro. También le di un codazo a Ryan y le dije que ese tipo musculoso y misógino al otro lado de la barra era con quien quería pelear.

Estuvo de acuerdo en que también quería pelear con él. El diseño del bar era que cuando Ryan y yo teníamos que irnos, teníamos que pasar junto al que odiaba a las mujeres y su amigo que odiaba a las mujeres. Ryan colocó su brazo alrededor de mí cuando pasamos junto a ellos y ellos observaron. Dado esto, Ryan increíblemente caminó directamente hacia su cara y preguntó por qué estos asquerosos estaban mirando mi trasero. No lo eran, era una tímida empezar una pelea. Funcionó.

Al final de todo, Ryan me trató como si fuera su droga favorita. Sabía que yo era malo para él. Sin embargo, continuó regresando por más de todos modos.

El día que tomó una sobredosis de mí fue el día en que finalmente perdió una pelea física. Los buscó como los adictos buscan sus vicios. Los necesitaba.

Un día, su familia notó un patrón. Siempre estuve allí cuando se metió en altercados peligrosos. El último día que vi a Ryan fue cuando me preguntaron por qué nunca lo detuve. Mientras lo negaba, me preguntaba cómo sabían eso. Fue entonces cuando su hermano me lanzó una mirada desagradable y me interrumpió. "La última vez que traté de detenerlo, te quedaste allí sonriendo como un psicópata".

Al final de la noche, me echaron y me prohibieron verlo. Los padres de Ryan amenazaron con echarlo y eso es lo último que quería. Todo lo que quería era lanzar sus puños a la cara de alguien, tener algunos moretones de trofeo, irse a casa y descansar bien por la noche. Pero, sin mi aliento, estaba perdido.

Cómo lidiar:

Permítales actuar. Partes de nosotros mismos quieren actuar con personas con las que sentimos que es seguro hacerlo. Alguien que no los juzgue. Sea el habilitador. Sea la persona con la que se sientan seguros para actuar. Siempre y cuando nadie resulte herido de ninguna forma o forma. Es beneficioso para la mente y el alma. Nuestro ser más profundo quiere dejar de lado nuestras restricciones sociales y actuar sin restricciones. Ser tan locos, groseros y alborotadores como podamos ser.

Sublimación:

(Ver: ¿por qué eligieron su carrera?)

Proyección/transferencia:

Cuando proyectas tus creencias internas, deseos, cómo sería un ideal, una persona o un mundo, heridas emocionales en alguien.

Cómo saberlo:

si alguien comienza a hablar sobre cómo deberías hacer algo de cierta manera o ser de cierta manera. Ellos están proyectando. También están proyectando si comienzan a asumir cosas sobre ti, que no les dijiste.

Esto se debe a que nuestra imaginación completa la información faltante sobre usted o cualquier otra cosa.

Ejemplo:

Fui de viaje a la ciudad de Nueva York, con una novia mía: Sarah. Sarah y yo queríamos darnos un gusto con una hermosa comida gourmet, así que cenamos en el restaurante más lujoso de la ciudad. Había un hombre sentado frente a mí, y me miró fijamente todo el tiempo. Me pregunté si siquiera parpadeó. Quería ponerlo a prueba para ver si me hablaba. Así que me levanté y le dije a Sarah que iba al baño. Su mesa estaba en el camino. Antes de darme cuenta escuché:

"Disculpe, señorita." Con un fuerte acento alemán.

"¿Sí?" pregunté inocentemente.

"Me preguntaba si podría invitarte a un trago. ¿Conocerte mejor?"

Me reí y me alejé.

Cuando volví a mi mesa, había una bebida esperándome. Sarah se estaba burlando de la voz del hombre alemán. "La bebida es para ti, mi hermosa querida".

A medida que avanzaba la noche, me di cuenta de que el hombre alemán no era tan decepcionante, después de todo. Le di mi número y empezó a charlar conmigo.

De repente, continúa diciendo: "Tener sexo por primera vez sería mágico para ti".

Me reí. "Ahora, por favor dime de qué estás hablando".

"Me han lastimado antes, así que pensé que si podía estar con una virgen, ella no me lastimaría".

Estaba confundido, pero me di cuenta de lo que estaba pasando. El hombre pensó que yo era virgen. ¿Pero por qué?

Él estaba proyectando sobre mí:

- Sus ideales, (una virgen, que no dejará una cicatriz emocional).
- Duele (las chicas lo han lastimado en el pasado).
- Mi mirada inocente hizo que su imaginación se proyectara sobre mí.

La proyección comienza cuando hay un disparador. Para el alemán, era mi rostro inocente.

Cómo lidiar:

permite que se proyecten sobre ti. Si es una proyección obsesiva e ideal, proyéctela de vuelta. Proyételo representando lo que sea que estén proyectando sobre usted. Recuerda que NUNCA puedes mencionar directamente que estás representando lo que están proyectando.

Compensación:

Si a alguien le falta o se siente inseguro acerca de un compartimento en su vida, lo compensa en otra área de su vida.

Cómo decir/ejemplos:

- Lo compensarán en exceso. Por ejemplo, el Sr. Griffin demostró que no tenía nada que ofrecer más que dinero. Ni siquiera tenía tanto dinero tampoco. Ganaba 200.000 dólares al año. Vaya cosa. Siempre decía, detestablemente, "Soy ingeniero". Cuando alguien lo haría sentir estúpido.
- Ellos compararán. Por ejemplo, cuando era más joven tenía una familia pariente que siempre hablaba de la gente que envejecía. Ella diría "oh, Dios mío. Esa mujer está envejeciendo tan mal". "Gracias a Dios, todavía estoy flaco". Verdad

es que ella estaba envejeciendo. Todos lo somos. Podía verlo, aunque mantuve la boca cerrada. Sabía en el fondo que estaba envejeciendo. Mostró. Usó su peso como compensación.

Cómo lidiar:

averigüe qué pueden estar compensando. Luego suple esa falta.

Por ejemplo, alguien que cree que tiene carencias en el departamento de belleza, lo compensará con abundancia de riqueza. Suplir esa carencia sería hacerlos sentir hermosos.

Racionalización:

Reencuadrar algo bajo una luz diferente, o crear una explicación diferente de qué y por qué ha ocurrido algo.

Ejemplo/cómo saberlo:

Mary, una "amiga" narcisista mía, tuvo un novio de mucho tiempo que terminó con ella. Su razón era que no apreciaba que ella necesitara depender de él económicamente, y ella tenía cuarenta y tantos años. Su racionalización fue: "Yo era demasiado buena para él, se sentía intimidado y nunca podría estar a la altura de mí. Así que lo terminó".

Cómo lidiar:

Asiente con la cabeza, sonríe y luce bonita.

Negación:

Cuando alguien se niega a aceptar la verdad, la realidad y los hechos.

Cómo puedes decir:

(Ver: que NO son)

Ejemplo:

el Sr. Griffin era mi vecino de al lado. No estaba feliz en su matrimonio, lo negaba. Constantemente decía "mi esposa es genial". "La amo." Encontraría todas las excusas para no ir a casa a ver su rostro. Pequeños deslices y comentarios pasivo-agresivos sobre ella saldrían a la superficie. Vi cómo estaba en negación - acerca de ella. Decidí aprovechar la oportunidad, ser la distracción que estaba buscando. Sus palabras decían que estaba enamorado y feliz.

Sus acciones me mostraron que despreciaba a su esposa. (Ver: ¿Qué NO son?)

Sus acciones demostraron que trató de encontrar todas las excusas en el libro para escapar.

Los enmascararía con "querer sacarme para hacerme pasar un buen rato".

Cada vez que ella estaba en casa, él tenía "una reunión". (Conmigo.) Cuando ella no estaba en casa, él estaba relajado y feliz. Sabía que era del tipo salvador, así que hice el papel de damisela en apuros y le pedí que me llevara a la escuela y al trabajo. Lo convertí en mi chofer personal...

Es decir, hasta que su esposa se enteró. Quería el divorcio porque sospechaba que estábamos teniendo sexo. Lo cual no fue el caso. Solo quería una distracción.

¿Su reacción? Adivina.

Cómo lidiar:

Permítales estar en negación. Verás lo que niegan y serás la distracción de lo que niegan.

¿Por qué eligieron su carrera profesional?

Nuestras vocaciones son lo que ocupa la mayor parte de nuestro tiempo, mentes y días. La mayoría de nuestras identidades emanan de lo que hacemos, las carreras nos sirven para sobrevivir en este mundo a través de esta moneda de engendrar más círculos sociales, y principalmente: el dinero. ¿Por qué su objetivo eliminó su trayectoria profesional? Una de las respuestas está en la sublimación. La sublimación es un mecanismo de defensa psicológica en el que nuestras aspiraciones adversas reprimidas y/o suprimidas se transfieren a actividades, deseos, carreras y hábitos socialmente aceptables.

¿Por qué es importante la sublimación?

La sublimación es exclusivamente cierta para las personas que desempeñan un papel noble dentro de la sociedad, pero en su mayoría se sienten atraídos por las personas que expresan con franqueza su personalidad básica. El noble caballero de brillantes armaduras y la madre Teresa moderna tienden a sentirse atraídos por los chicos/chicas malos porque la sublimación estimula sus deseos reprimidos/reprimidos de ser malos, incorrectos, inmorales o destructivos.

Cómo averiguar por qué eligieron su carrera profesional:

Simplemente pregúntales. Correlacione cuáles son sus razones con sus acciones. ¿Están conectados o contrastan severamente entre sí? Una cosa perfecta para escuchar serían las historias que comparten sobre el trabajo, los compañeros de trabajo y los eventos que llevaron e inspiraron la decisión de elegir su carrera. Si tienen un trabajo en el que no tenían otra opción, pregúnteles qué habrían elegido si tuvieran la opción.

Usemos al policía como ejemplo. Le preguntas por qué eligió ser policía y él responde que quiere servir y proteger. Sin embargo, siempre habla de asesinatos y de personas estúpidas que arrestó ese día. ¿Ves la sublimación aquí?

Ejemplos:

Un policía con el que salí eligió esa carrera por el control y el poder. Explicó que era por la justicia. Sin embargo, al descifrar sus acciones -no fue para las personas que vivían en la comunidad- fue justicia para él mismo.

Una carrera como oficial de policía fue su forma de obtener su propia justicia y venganza porque había sido intimidado en el pasado.

Alguien que tiene el deseo de poder puede convertirse en una persona de negocios. Sin embargo, este es un poder diferente en comparación con el poder que quería el policía. El policía quiere ejercer fuerza física sobre su acosador y las personas que le recuerdan a sus antiguos agresores. El niño rico quería ejercer su poder teniendo dinero porque crecer en la pobreza lo hacía sentir impotente.

Qué hacer con esta información:

En última instancia, la sublimación suprime y/o reprime los deseos desfavorables de uno. Aprovecha la sublimación de las personas provocando sus lados reprimidos y ocultos.

¿ Qué no son?

Mencioné una cosa que revela los verdaderos colores de las personas, es cómo se esfuerzan por proyectarse. Otra cosa más vigorosa es la antítesis: lo que perpetuamente verbalizan NO SON.

¿Porque es esto importante?

- Esto es importante porque demuestra que lo niegan. • Lo que están tratando de ocultar tan desesperadamente. • Pueden sentirse avergonzados por ello, pero quieren explorar potencialmente. • La sociedad les ha hecho sentir vergüenza por sentir y/o pensar esto forma.
- Por ejemplo: una persona demasiado sádica puede parecer demasiado amable. porque están tratando de encubrir sus puntos de vista sádicos. (Soy culpable de esto.)

Ejemplo 1: Un

chico que conocí, lo llamaremos Peter. Continuó revelando "No estoy tratando de controlarte". - pero lo estaba. La razón es que ninguna persona va a decir eso continuamente, a menos que sea así. Inconscientemente estaba tratando de cubrir sus huellas. En esencia, ¿a quién estás tratando de convencer, a ti o a mí?

Ejemplo 2:

Uno de mis amigos siempre expresó "NO soy codependiente" de nadie. Puede que no haya sido codependiente, pero era la forma en que su mente aspiraba a evitar convertirse genuinamente en eso. Se mostraba en su comportamiento cada vez que necesitaba ayuda, o se acercaba a alguien, se ponía a la defensiva y se negaba a cualquier ayuda o intimidad con nadie. Porque tenía la creencia de que ya no sería independiente. Tendría que ser "codependiente". Ahora, tenemos dos razones por las que las personas se esfuerzan por convencernos de lo que NO son:

1) Esta es su naturaleza auténtica, pero su mente subconsciente no quiere darle la bienvenida. En consecuencia, sus mentes lo manejan diciéndoles perpetuamente a otras personas lo que no son.

2) Su mente subconsciente no quiere que sean así y está tratando de evitar que (lo que no son) se convierta en la verdad.

Cómo aprovechar esto:

Hay que atestiguar si expresan x,y,z porque son así, o se comprometen a no volverse así. Puedes descifrar esto examinando sus acciones, especialmente a lo que se resisten.

Ejemplo:

Usemos a Pedro como ejemplo de alguien que es así y trata de encubrirlo. Sabía que estaba tratando de controlarme, porque cada vez que le decía que saldría, me preguntaba "¿Con quién sales?".

"¿Por qué están saliendo?"

"¿Qué van a hacer ustedes?" Lo disimularía como "Bueno, solo quiero saber. ¡Espero que te diviertas!"

Genuinamente, una vez que conecté los puntos, él estaba controlando. Lo que lo delató fue que siempre tenía que saber si yo estaba saliendo con una mujer o un hombre. Un día, salía para encontrarme con un chico y él fue detrás de mi espalda hacia un amigo en común, verbalizando "¿por qué ella siempre sale con diferentes chicos?" Afirmativo, está celoso. Sí, está controlando. Cuanto más extrañas, locas y fuera de control las cosas, más quería y trataba de controlarme. Lo histérico fue que estaba casado. Ni siquiera estábamos saliendo tampoco. Éramos compañeros de trabajo. Este es un ejemplo de alguien que es lo que dice que no es.

Si están tratando de no ser así:

Su objetivo comenzará a resbalar, luego se volverá consciente de su comportamiento y saldrá de él. Seguido de conductas extremas que compensarán en exceso sus lados de los que están temerosos y en los que no quieren convertirse.

Ejemplo:

Un chico altruista que se esfuerza por suprimir sus travesuras, puede reaccionar positivamente a algo deplorable/travieso, y luego responder a su lado débil. En la secundaria estaba Juan. Era increíblemente agradable y empalagoso. Fuimos al centro comercial y proporcioné detalles explícitos sobre cuándo me besé.

con mi amiga michelle Estaba teniendo una erección, y siguió insistiendo para obtener más información, luego inmediatamente volvió a su personalidad altruista, una vez que se dio cuenta de cómo se estaba exponiendo. Fugaban aflorando filtraciones de su sexualidad, sin embargo tapaba su erección, y la sexualidad con su mochila y la vergüenza era lo que la delataba.

Qué hacer con esta información:

Sancionar estos lados reprimidos/y/o reprimidos para que emerjan gradualmente. Realmente quiere materializarse. Tal vez tienen una vena sádica. Tal vez están tratando de ser más masculinos al ocultar que tienen el deseo de volverse mucho más femeninos. Instigarlo un minuto. Conversar sobre ciertos temas a su alrededor.

Por ejemplo: si él o ella es controlador, hable sobre hacer cosas que no puede controlar. Si un chico quiere ser más femenino y postula que eres mujer, solo sé más femenino y esto lo sancionará a vivir a través de ti.

Puede haber alguna resistencia. La resistencia es lo mejor, porque su deseo es cada vez más vigoroso. Su trabajo es romper esa resistencia. Una vez que percibas una gran cantidad de resistencia, puedes retirarte y luego instigar. Enjuagar y reiterar.

El Triángulo Codependiente

Las relaciones codependientes se representan en los medios como el objetivo final de la relación. Las relaciones se componen de una pasión intensa. Muchas veces esta pasión parece ser peligrosa. La verdad es que los lectores de este libro y sus víctimas tienen una vena codependiente, que se divide en tres tipos: el rescatador, la víctima o el fiscal. Los amores tóxicos a menudo se idealizan; relaciones como Bonnie y Clyde. En este capítulo se discutirá cómo tratar

con los tres tipos en el triángulo codependiente, y cómo utilizarlo a tu favor.

¿Qué es?

Es un triángulo en la comunidad de psicología que muestra comportamientos y roles destructivos en interacciones/argumentos conflictivos.

¿Por qué es importante?

Saber qué papel destructivo juegan usted y su objetivo puede ayudarlo a interactuar en una discusión y en la relación en general. Puedes prepararte para la reacción de la otra persona. Descubrir dónde encajan en el triángulo codependiente puede hacer que tu víctima dependa mucho más de ti.

Salvador:

El salvador siempre está tratando de salvar a alguien. Hay dos tipos de rescatadores: los que son situacionales: te salvan de situaciones terribles. El segundo tipo es el salvador moral: intentan transformarte en una buena persona. (Ver: el salvador, en la sección objetivo de "Cómo hacer que alguien se obsesione contigo):

Cómo puedes decir:

(Ver: el salvador, en la sección objetivo de "Cómo hacer que alguien se obsesione contigo): "Déjame ayudarte".

"Deberíamos."

"Debería."

"Soy buena persona."

"Mira todo lo que hago por ti".

Cómo tratar:

Díales que no necesita sus servicios en este momento y, cuando los necesite, se los pedirá.

Cuando desee sacar provecho del tipo de salvador, haga que lo rescaten. Antes de hacerlo, debe comprender si son el salvador situacional o moral. Una vez que lo haga, puede actuar en consecuencia.

Víctima:

Alguien con una mentalidad de víctima cree que es impotente, indefenso y sin esperanza ante las circunstancias de la vida. Algunas víctimas hacen esto para llamar la atención o esperar ser rescatadas.

Cómo puedes decir:

- Siempre están hablando de las personas que les hacen daño.
- El universo se burla de ellos.
- Pobre de mí.
- Constantemente se compadecen de sí mismos.
- Siempre les pasan las peores cosas.
- Hablando de sus tristes historias.
- "Estoy indefenso".

Cómo tratar:

Di no. Tener límites. Verbalice sus límites. Entonces prepárate para un viaje de culpa. Trate de discutir soluciones en su lugar. Una vez que noten que eres independiente en lugar de codependiente, dependerán de ti porque esto satisfará la carencia que tienen que es la independencia.

Si quiere aprovechar esto, colóquelos en una situación en la que puedan sentir lástima por sí mismos y usted pueda prestarles atención y

simpatía que requieren para el combustible.

perseguidores:

No pueden aceptar la responsabilidad. Echarle la culpa a cualquiera o a cualquier cosa que puedan, excepto a ellos mismos.

Cómo puedes decir:

"Todo es tu culpa."

"Es por este 'yo tengo', por eso."

razón, tú estás equivocado".

"¿Estás loco?"

Cómo tratar:

Solo siéntate ahí y escucha. Los perseguidores reciben su combustible de sus respuestas. Esperan y quieren una respuesta de usted. Si no alimentas sus persecuciones, los enfadará mucho más. Sin embargo, no pueden decir más, si no tienen más combustible. (Tu respuesta).

Aprovechar esto podría significar que no cedes ante ninguna de sus tonterías, o les das algo para quejarse o comenzar una pelea. Es más probable que los perseguidores encajen en el tipo de víctima de la reina del drama. Satisfacer su necesidad de drama.

Capítulo Seis

emociones

Considero a la mayoría de mis lectores como especialistas en marketing. Tienen mentalidades similares; manipular, usar la propia psicología de las personas en su contra, distorsionar los hechos para controlar al consumidor. Nuestras emociones tienen la capacidad de nublar nuestro juicio y torcer nuestros pensamientos en pensamientos que atraigan o amplifiquen la emoción. La gente suele asociar a una persona emocional con alguien que llora con frecuencia. De hecho, ser emocional se relaciona con todas las emociones. La definición específica de emocional solo se relaciona con un sentimiento intenso. Lo que el ser humano busca puede ser un intenso sentimiento de seguridad, de vanidad, de aventura, de excitación. Ante esto, hay ciertas emociones con las que juegan los mayores seductores y seductoras: la ansiedad, la incertidumbre, la lujuria, la curiosidad, la esperanza. Cuando nos volvemos dependientes de algo o alguien, una de las razones es porque proporcionan una emoción que nadie más puede satisfacer. Cuando se desencadenan y amplifican emociones agradables, nos sentimos vivos. Ser la única persona en la que puedan confiar para sentirse vivos.

Ansioso Mucho?

Aumentar la ansiedad de su víctima crea dependencia. El primer paso es descubrir cómo se comportan cuando se ponen ansiosos. Eso te llevará a comprender qué los pone ansiosos, a menos que siempre estén ansiosos.

Una persona que está invariablemente ansiosa es más fácil de controlar e influenciar.

¿Porque es esto importante?

Como mencioné anteriormente, inducir ansiedad dentro de su objetivo creará dependencia. La ansiedad específicamente creará dependencia. La razón es que las relaciones codependientes surgen del miedo y la ansiedad, no del amor. (Un concepto erróneo común). La sociedad nos condicionó a creer que el miedo y la ansiedad es el significado del amor. En la escuela secundaria, mis compañeros y yo teníamos que recitar una obra de teatro. Muchos de vosotros lo conocéis: Romeo y Julieta. Numerosas personas afirman que el amor eterno de Romeo por Julieta era un amor romántico y auténtico. Su relación no era amor verdadero. La relación era desesperada y codependiente. Puede ver a otras personas tanto en su vida como en la pantalla, en relaciones codependientes. Las personas están unidas por la cadera. La pareja que es inseparable, incluso cuando el espacio es vital.

¿Que ves? ¿Ves confianza y seguridad? ¿O ves desesperación, falta de poder y control personal? ¿Una necesidad salvaje de apretar su puño por el miedo al abandono? Te garantizo que verás lo último. La razón precisa por la que debes instigar la ansiedad dentro de tu objetivo.

¿Por qué la gente se pone ansiosa?

Muchas personas ignoran sus emociones. Lo que esta gente no entiende es la razón por la que tenemos emociones. Nuestras emociones "negativas" nos envían mensajes de que algo no está bien. Reconocer por qué experimentamos distintas emociones lo ayuda a cautivar aún más a su objetivo. El mensaje de la ansiedad es incertidumbre. En los tiempos iniciales experimentamos la ansiedad y el miedo como indicador de incertidumbre. Para nuestros antepasados, la incertidumbre significaba dolor. Aunque vivimos tiempos en los que no debemos preocuparnos precisamente por el peligro físico (demasiado), tenemos diferentes preocupaciones: los desencadenantes emocionales. Evitar el dolor es lo que nos motiva.

Aquí hay algunos indicadores de ansiedad:

- Risa excesiva.
- Bañarse en su propio sudor.
- Abstenerse del contacto visual.
- Ojos dispersos: mirando a todas partes.
- Enfoque desorientado.

¿Cómo descubrir qué pone ansiosa a la gente?

Saca a relucir un tema que pueda servir como controvertido o una debilidad potencial. (Consulte la sección sobre inseguridades). Observe qué temas invocan comportamientos ansiosos. Luego, hable sutilmente sobre/alrededor del tema.

Aquí hay un ejemplo:

Una chica a la que llamaremos; Labios de cereza. Mostró su ansiedad a través de la risa.

Ella tenía el "síndrome de yo también" que era bastante obvio. Expresé una opinión. Sus microexpresiones faciales expresaron que no estaba de acuerdo. Sus palabras fueron todo lo contrario.

Probé las aguas aquí. Le pregunté si estaba saliendo con alguien. Ella me dijo No.

(Pensé que ella podría decir que sí). De todos modos, la despedí. Tan pronto como la descarté indirectamente, comenzó a reírse. (Un síntoma de su extrema ansiedad).

Pensé que esto era lindo y quería ver hasta dónde podía llegar. Desde que descubrí que tiene el "síndrome de yo también", primero expresé mi controvertida opinión y observé cómo reaccionaba. Mi opinión era que si ibas a ir con alguien, tendrían que tener dinero y un coche. Las mujeres "como nosotras" no pueden arruinar nuestros zapatos.

Miró hacia abajo, hizo una pausa, se rió y asintió vacilante. Mira, el ingrediente de esto sería aumentar su ansiedad. Esto es lo que diferencia a una persona en una relación complaciente de las emociones profundas y salvajes. Agitar estas emociones crea codependencia.

Qué hacer con esta información:

Observe sus comportamientos "nerviosos" y sáquelos. Comenzarás a ver lo que golpea sus cuerdas de ansiedad y puedes jugar con eso.

Descubre sus miedos

Maximizando el placer y evitando el miedo es como nacen nuestras personalidades. El miedo puede perseguirte por el resto de tu vida. Como seres humanos, es natural experimentar miedo. Es una de nuestras emociones básicas. Nuestros antepasados usaban el miedo para su supervivencia, por ejemplo, el miedo a que los animales los destrozaran. Los tiempos han avanzado, por lo tanto, no hay necesidad de preocuparse por una amenaza para nuestras necesidades básicas.

¿Porque es esto importante?

¿La razón por la que todavía tenemos miedo? El miedo nos protege. La protección no se limita a nuestra supervivencia física, sino también a nuestra supervivencia emocional.

¿Cómo descubrir esto?

Los miedos pueden variar desde arañas, uñas, abandono, engaño.

Hay algunas maneras de discernir lo que alguien teme. Parece que hay dos tipos de miedo. Miedos como los “superficiales” como las arañas. Los miedos profundamente arraigados, como el miedo al abandono y el rechazo, son la segunda categoría de miedo. Los miedos superficiales van más allá de la superficie y representan nuestros miedos más arraigados. El miedo a las ratas podría representar potencialmente un miedo a la invasión o la falta de privacidad en el hogar. Esté atento a lo que tienen una cantidad excesiva de resistencia. Un ejemplo de esto sería alguien que muestra mucha resistencia a alguien que se considera salvaje. Las razones varían en cuanto a por qué alguien mostraría una cantidad excesiva de resistencia a alguien que es salvaje. ¿Esta persona les recuerda a alguien que aplastó su corazón? ¿Les recuerda a sus padres que los abandonaron? Tal vez deseen que alguien muestre dedicación y compromiso, y una persona salvaje les recuerda que es posible que no lo consigan. Otra cosa a observar en una persona es escuchar el tono de su voz, ¿evita algún tema en específico? ¿Este tema tiene algún tipo de significado en sus vidas, específicamente negativo? Por último, la más obvia sería escuchar lo que dicen que temen.

Ejemplo

Había una mujer a la que llamaremos Stephanie. A partir de mi análisis, supe que tenía miedo al rechazo, así como miedo a desagradar a la gente. Usando la técnica del miedo y luego el alivio, insinué la idea de que tal vez ya no quiera ser su amiga. Había varias formas de hacerlo: la forma más rápida de hacerlo es no hablar con ella. A decir verdad, no ignoré intencionalmente a Stephanie.

Mi familia tiene un viaje tradicional anual por carretera. Desafortunadamente, enviar mensajes de texto fuera

mi provincia no estaba incluida en mi plan de telefonía. Por lo tanto, la única forma de comunicarse conmigo era a través de Whatsapp, que ella no tenía. Tenía correo electrónico, pero ninguno de nosotros había pensado en usarlo. Cuando estaba de regreso en la ciudad, mi teléfono explotó con una gran cantidad de mensajes de texto de Stephanie. "¿Estás bien, no he sabido nada de ti?", "¿Estás enojado conmigo?". Textos a lo largo de esas líneas en ese orden. La parte de alivio llega cuando respondí: "Lo siento, Steph. ¡Olvidé decirte que estaba fuera!". Ella responde rápidamente: "¡Deberías habérmelo dicho! ¡Me preocupaba que estuvieras enojado conmigo!" Esto valida mis sospechas sobre su psique, por lo que utilizo estas técnicas que inducen miedo, seguidas de alivio.

¿Cómo usar esta información?

Hay dos formas de obtener esta información. Dado esto, puede usar el miedo seguido del alivio, o usar el miedo puro para manipular a su objetivo, o una combinación de ambos. Las técnicas que utilice dependen de su objetivo.

El miedo puro funciona en las personas que son más seguras. Los ejemplos incluyen: personas que sienten aburrimiento existencial o que son muy seguras, alguien que es demasiado arrogante para su propio bien, de mente débil y alguien que tuvo que luchar por lo que quería mientras crecía.

Miedo seguido de trabajo de socorro en personas que han vivido experiencias traumáticas. Los ejemplos incluyen matones, soldados, personas que crecen en hogares inseguros. Estos tipos buscan seguridad. Proporcione seguridad, pero primero provoque aquello con lo que están familiarizados: el miedo.

Aproveche el sentimiento prominente de su objetivo
Estado

¿Qué emociones destacadas experimenta más tu objetivo?

Tome cualquier emoción que su objetivo experimente con frecuencia y duplíquela. Por ejemplo, uno de mis objetivos anteriores siempre estaba experimentando el anhelo y el anhelo. amplificarlo. Sé la única persona que puede proporcionar estos sentimientos intensos.

¿Porque es esto importante?

Estamos inherentemente en un estado de sentimiento. No importa lo que digan los demás, somos más emocionales que lógicos. La mayoría de nosotros (y puedo apostar) su objetivo está reaccionando en lugar de responder. Hay una diferencia. La diferencia es que reaccionar es emocional y responder es lógico. La mayoría de nosotros, incluido yo mismo, tenemos un estado de sentimiento principal. A veces fluctúan, pero la mayoría de las veces ese estado emocional permanece igual.

Esto es de lo que estoy hablando:

Finjamos que los sentimientos de tus objetivos son de superioridad todo el día, todos los días. Tendrás que tomar esos sentimientos y amplificarlos. Esto se debe a que si sus sentimientos son tan intensos y usted es la única persona que puede evocar esos sentimientos, se volverán dependientes de usted. Ni siquiera se darán cuenta de por qué se están volviendo dependientes de ti.

Sin embargo, ¿cómo descubrir sus sentimientos habituales/favoritos?

¿De qué están hablando constantemente? ¿Cómo lo dicen? Qué recuerdos surgen en la conversación; examina también el tono de eso.

Ejemplo:

*El estado emocional de Liam era nostalgia. Lo sacaría y crearía recuerdos. La próxima vez que lo viera, diría: "Dios mío, ¿recuerdas cuando hicimos X?" en un estado de nostalgia soñadora. Su estado de ánimo particular fue la década de los 80. Esto fue fácil para mí, ya que estoy viendo películas de los 80 y escuchando música de los 80 también. Incluso me vestí para el papel. Mis sentimientos de nostalgia se le contagiaron. (Recuerda: nuestras neuronas espejo - de "Cómo hacer que alguien se obsesione contigo"). Otras cosas que haría con Liam serían preguntarle sobre recuerdos anteriores, cualquier cosa del pasado.

¿Cómo supe que el estado de ánimo de Liam era nostalgia?

Simple: los años 80 fueron lo único de lo que habló. Mis observaciones eran correctas, ya que él vendría a mí entregándose a los recuerdos, algo que nadie más toleraría.

Qué hacer con esta información:

Aprenda cuál es su estado de ánimo y luego agréguelo. Puede provocarlo hablando sobre el tema, vistiendo el papel, el tono de su voz, la mirada en sus ojos: sea creativo.

Capítulo Siete

Personas que desean ser

Con respecto a hacer que alguien se obsesione contigo, debes ser capaz de detectar qué personajes aspira a ser una persona. Si ha leído mi primer libro, entenderá que esto también se conoce como lados ocultos agravantes que desean explorar, pero se sienten inseguros al hacerlo. Desafortunadamente, esto puede resultar contraproducente porque sus egos pueden comenzar a elevarse. En el mundo real, la gente tiende a confrontarte y/o llamarte por tus falsas pretensiones. Decirle a los demás que están actuando como algo que no son o que no deberían ser, inmediatamente crea resistencia. Por otro lado, mantén sus delirios de quiénes afirman ser, y son todos tuyos.

¿Temas recurrentes?

Los temas de los que hablan perpetuamente indican con qué identidades/subculturas se han identificado y a las que se han anexo. Los asuntos que siempre están mencionando pueden denotar sus zonas de confort, obnubilar los rasgos de personalidad, por último, el arquetipo que anhelan/tratan de retratar al mundo.

Cómo aprovechar esto:

Es fácil descubrir lo que siempre mencionan. Simplemente escuche atentamente, como enfatizan la mayoría de los otros capítulos. Mire más allá de sus palabras y escuche cómo lo dicen y su lenguaje corporal cuando lo dicen. Es así de simple. Podrá detectar temas concretos, personas y temas predominantes que representan arquetipos y subculturas que esperan emerger.

Algunas conversaciones comunes y sus interpretaciones:

"El otro día me drogué mucho y/o me emborraché con mis amigos". O bien, siempre están hablando de sus "pequeñas aventuras con amigos".

Cómo aprovechar esto: Quieren ser retratados como alguien popular y/o aventurero. Otro significado podría ser: oye, la gente reconoce mi existencia y desea ser parte de ella. Estoy haciendo cosas muy divertidas con mi vida. ¿Qué estás haciendo tú con la tuya? Contribuye a lo asombrosas que son sus vidas y haz que se sientan reconocidos.

De vez en cuando tendrás que desafiarlos y expresar cosas como "oye, pensé que eras aventurero, vamos, hagámoslo". No seas insolente y verbalices cosas como "¿por qué no haces nada el viernes?" "¿Pensaste que tenías un millón de amigos?" Eso es grosero y no esencial. En lugar de eso, "oh, convencionalmente estás tramando algo". Sé elegante con tu

Otro ejemplo:

“Todo el mundo me hace mal. Siempre soy tan bueno con la gente, pero la gente me hace esto”.

Cómo aprovechar esto: esta persona está tratando de retratar la imagen de la víctima y una potencial reina del drama. Ambos suelen ir de la mano. Juega al salvador y permite que sea la víctima habilitando su impotencia. No intente proporcionar soluciones como la mayoría de la gente: siéntese y escuche en silencio mientras descargan sus idealizaciones de mentalidad de víctima llena de drama.

Otra cosa que puedes hacer, les hace mal. Dales una razón para ahogarse en su síndrome de mártir.

Qué hacer con esta información:

Para concluir, discierna cuidadosamente qué temas son extensos y permita que su objetivo crea que la imagen que está tratando de proyectar ha sido proyectada sobre usted.

Capítulo Ocho

sus expectativas

Todos tienen sus propias expectativas. En nuestras propias mentes, tenemos una serie de expectativas y si la gente no las cumple, nos sentimos decepcionados. Esta es la única causa de decepción; nuestras expectativas. En nuestras cabezas, tenemos películas en reproducción. Dentro de estas películas hay roles que juegan las personas en nuestras vidas, líneas que deben decir para hacer la escena. Si no lo hacen, nos enfadamos tras bambalinas si no somos lo suficientemente conscientes de nosotros mismos. El juego de la obsesión es bastante difícil de mantener ya que debemos ceñirnos constantemente a las expectativas de nuestro objetivo. El incumplimiento de sus expectativas puede hacer que se sientan decepcionados. Sin embargo, cuando tenga éxito en cumplir con sus expectativas, ellos desean desesperadamente que se cumplan, espere que estén completamente bajo su control. No es común que todos los días nos encontremos con personas que están aquí para complacernos y solo para nosotros. Aprovecha esto y

comprender sus expectativas más profundas de lo que les gustaría de una persona y del mundo. Por supuesto, hay expectativas específicas que no tenemos que cumplir. Este capítulo le mostrará cómo descubrir cuáles son sus expectativas.

Su “lenguaje de amor”

Una conversación entre dos amigos es algo así: Amigo A: No creo que mi pareja me ame.

Amigo B: ¿Por qué dices eso?

Amigo A: No me dice que me ama.

Amigo B: Pero te compra flores y pasa mucho tiempo contigo. Creo que él te ama .

¿Que esta pasando aquí? La conversación cliché entre los dos amigos es un ejemplo perfecto de parejas y personas que no entienden los lenguajes de amor de su pareja. El término proviene del libro "Los cinco lenguajes del amor" del Dr. Gary Chapman. Si fueras un extraño escuchando la conversación, podrías pensar que la pareja realmente la ama.

Sin embargo, la amiga A no puede ver esto porque tiene una experiencia subjetiva.

Si bien me encantó el libro, el Dr. Chapman nunca explicó con todo detalle/análisis cómo determinar el lenguaje de amor de su objetivo; por lo tanto, decidí agregar esta parte en el libro.

¿Porque es esto importante?

En su mente, su pareja no muestra amor de la forma en que ella lo necesita; verbalmente. La pareja del amigo A puede sentirse poco apreciada si se queja de que él no la “ama”, porque en su mente, él lo está, a través de tiempo de calidad/regalos. La falta de comprensión del lenguaje de amor de cada pareja creará un conflicto dentro de la relación, incluso la muerte de la misma.

Prevenga el conflicto y cree satisfacción al descubrir el lenguaje de amor de su objetivo. Como se menciona a lo largo de este libro: no hay una talla única para todos.

¿Cuáles son los cinco (5) lenguajes del amor?

Gary Chapman descubrió los cinco lenguajes del amor que son:

- Tiempo de calidad •
- Contacto físico •
- Afirmación verbal • Regalos •
- Actos de servicio (que no se
explorarán aquí).

Los lenguajes del amor se explican por sí mismos. Por lo tanto, no perderé tiempo en describir lo que todos mis lectores ya saben. Con cada lenguaje de amor, explicaré tres cosas:

1. Cómo detectar que esta persona tiene este lenguaje de amor.
2. Cómo apelar a su lenguaje de amor específico.
3. Un ejemplo.

Tiempo de calidad

Cómo te das cuenta:

siempre están pidiendo hacer cosas contigo.

Piensa en algunas sugerencias que puedes hacer para el fin de semana.

Comparte cosas contigo que han escuchado que fueron divertidas e interesantes.

Asegura que puedes pasar más de una hora con ellos.

Comparte buenos momentos y recuerdos, como aquella vez que se emborracharon tanto que robaron un grupo de tortugas enfermas.

Un ejemplo:

Nuestros egos tienen mecanismos de defensa específicos. Uno de los mecanismos tiende a que algo nos disguste intensamente si sabemos que no podemos tenerlo. Un hombre al que llamaremos Bob, despreciaba a los ricos. Descubrí que Bob creció rico. Debido a un evento desafortunado, perdieron su riqueza. Como resultado de esto, su mente optó por despreciar a los ricos como una forma de hacer frente a la pérdida de

la riqueza de su familia. Tal vez esto fue un poco demasiado, pero para nuestro "tiempo de calidad", lo llevé a un bar de élite donde realmente necesitas mantener el estatus de élite. Mis conexiones son de este círculo, y me metieron.

Nunca le dije a Bob de mis conexiones. A pesar de esto, nunca cuestionó mi estatus de "élite". Pasamos muchas horas en este bar. Lento, pero seguro, se abrió sobre su infancia. La riqueza. La pobreza. Todo. Demonios, entendí, mi familia pasó por un destino similar. A medida que pasaba el tiempo, escalamos a bares más elegantes. A lo largo de nuestro tiempo juntos, reconocí una creencia: los ricos son malvados. Personalmente, nunca creí esto. Hay gente mala, rica o pobre. Al contrario, se estaba convirtiendo en lo que más "odiaba". Llevarlo a estos bares fue un infierno. A mi alrededor, estaba experimentando una disonancia cognitiva. Bob pasó de ser tranquilo y sereno a ser agresivo y hambriento de dinero. Esto es lo que estaba sucediendo: el yo ideal y el estilo de vida de Bob era volver a su sucia vida rica como un joven mocoso y malcriado. Se resistió a esta idealización porque para hacer frente a la pérdida de riqueza, su mente decidió que tener una vida mediocre lo convertía en un hombre noble.

Estaba cabalgando hasta que los dos ya no podíamos permitirnos gastar dinero en bares lujosos. Él no podía satisfacer sus necesidades, y yo tampoco. Se terminó. Dadas estas circunstancias, nos derrumbamos. No más charlas, ni paseos. Pura nada.

Disfruté tomando un descanso de la vida rápida. Ya no era necesario pasar treinta minutos maquillándose a su más alto nivel de perfección. Los tacones no fueron necesarios durante mi descanso, ni tampoco las ampollas que vinieron con él. La vida lenta era la vida divertida. Esto fue así hasta que estaba ansioso por experimentar alguna forma de mi antigua vida social, así que tomé el teléfono y llamé a mi amiga Luna. Fuimos a este bar y allí estaba Bob. Sentado allí con uno de sus amigos. Me hizo señas para que me sentara con él y sus amigos. Avance rápido en la noche, Bob estaba completamente fuera y su amigo era el conductor designado. Me dice que ha oído hablar mucho de mí y que le presenté a Bob este bar. También pasó a explicar que Bob ha sido "diferente" desde entonces. El amigo de Bob explicó que se conocen desde que eran niños y que Bob ahora actúa como ese niño que una vez conoció. Aquí se compartió un detalle importante: Bob habló mucho sobre mí,

cuando estaba borracho. Recordando en nuestros recuerdos, conversaciones detallando cómo íbamos a gobernar el mundo. Este importante detalle me mostró a mí y ahora a los lectores de este libro cuán importantes, mejor aún, pueden ser los lenguajes de amor.

Cómo apelar a esto:

tome la iniciativa y haga algo que atraiga a su personalidad. Si has descubierto que están atrapados en su cabeza, sácalos de sus propias mentes yendo a un lugar que activará todos sus sentidos. ¿Son buscadores de atención? Lleve a su objetivo a un lugar que le brinde toda la atención que su corazón desea.

Toque físico

Cómo se puede

saber: un objetivo que tiene este lenguaje de amor, es muy sensible. A menudo, hablarán sobre la textura de un artículo o la sensación de la piel de alguien. Suelen ser del tipo cinestésico. Escuche sus palabras. Palabras como: me siento/sentí/eso se siente tan bien/aprende a través de las manos, en lugar de teorías.

Ejemplo:

Había una niña a la que llamaremos Agnes. Ella era el ejemplo perfecto del contacto físico. Sin embargo, su necesidad de contacto variaba. Estaba en constante fluctuación. Un día cuando estaba triste, necesitaba un abrazo. En un día separado, parecería distante. La solución fue dejar que ella liderara. Si necesitaba caricias, yo se las proporcionaría. Poco después, permitiéndole liderar, pronto descubrí por qué estaba distante, en lugar de cuando quería afecto físico. Muchas de sus razones tenían que ver con por qué se sentía desesperada.

Cuando ella quería afecto en forma de contacto físico, se debía a que se sentía insegura acerca de su valía. Durante los momentos en que mostraba frialdad (donde no quería afecto físico, por ejemplo, un abrazo) se debió a cómo algunas personas la habrían tratado.

Cómo apelar a esto:

Usa un lenguaje sentimental sensible. Se deben usar las palabras mencionadas anteriormente, son suficientes. En cuanto a tocarlos físicamente, debes discernir la comodidad de su nivel de contacto. Si constantemente necesitan contacto, acomódese. Si descubre que quiere ser tocado en momentos específicos, durante la necesidad de seguridad o afecto, tóquelo durante esos momentos.

Afirmación Verbal

Cómo se nota:

Hablan, casi alardean de los elogios que han recibido. Te dan cumplidos. Son auditivos. Son fantásticos oyentes, posiblemente buenos con el uso de las palabras.

Cómo apelar a esto y ejemplos: Fácil.

Dales cumplidos. Consulte este artículo que he escrito sobre el arte de hablar con fluidez, escrito originalmente el 28 de noviembre de 2015.

Así que hoy recordé a los habladores suaves en mi vida. No tengo más habladores suaves en mi vida. Porque me cabrean. Me cabrean porque no entienden CÓMO suavizar la conversación. La forma adecuada. Hay una forma de arte. Si ha hecho su tarea con las personas ahora, comprenderá completamente este artículo.

Ahora, ¿qué es hablar sin problemas? Por lo general, escuchas que los hombres son buenos habladores. Dirán cualquier cosa para halagar a una chica. Un buen hablador es alguien que tiene facilidad con las palabras. Por lo general, se puede decir que alguien es un buen conversador por la forma en que habla. Suelen felicitar a la gente. Ese es el signo más común.

Si quieres ser un buen conversador, tienes que entender cuáles son las debilidades de una persona. Y sus inseguridades lo son. (La misma mierda.) Pero también tienes que saber por qué se les halaga siempre. Por lo general, las personas tienen otras personas que notan y felicitan ciertas cosas sobre ellos. Pero la mayoría de la gente desea que alguien se dé cuenta y los felicite por las cosas que les gustaría que la gente pudiera ver.

Ejemplo:

En las categorías de personajes, encajo en ese personaje increíblemente hermoso fuera de la liga de todos. Así que todos siempre me felicitan por ser tan hermosa/sexy.

O, según un chico, sería "la chica loca hermosa y sexy". Que es rara y totalmente ajena a los hombres que la coquetean". Le pregunté a otro amigo y me dijo "sí, puedo ver eso".

Pero si fueras un buen conversador, conocerías sus debilidades. Así que para mí, mi debilidad sería mi intelecto. Quiero decir que sé que soy inteligente. Pero, estoy un poco inseguro al respecto. También me siento inseguro acerca de mi capacidad para hacer de mi futuro lo que quiero que sea.

Un hablador suave complementaría mi inteligencia. Y lo inteligente que creen que soy. Pero escondo mis inseguridades tan bien que nadie sería capaz de decir que me siento inseguro al respecto. A menos que estemos cerca, lo sabrías.

O, mi capacidad para encajar con una multitud regular. Lo hago horrible con las multitudes a menos que los conozca a todos. Y trato de evitar las multitudes y pasar el rato con ellos como si fuera la peste. Un buen hablador me diría cuánto me amaban sus amigos o sus amigas.

Así que la clave es... descubrir sus inseguridades ocultas. O cosas que desearían que la gente notara.

Detrás de todo ese exterior está su núcleo. Entonces, detrás de un exterior preppy hay alguien que quiere explorar su loco lado oscuro. Detrás de una chica o un chico realmente sexy hay alguien que es más que una cara bonita... entiendes el punto. (De ahí también viene la frase "los opuestos se atraen").

Sentí que esta era la parte más importante de lo que llamaremos "hablar con suavidad" porque es realmente el núcleo de hablar con fluidez. Saber qué les atrae. Las cuerdas que golpearán sus corazones. (Sus inseguridades ocultas, sus yoes ocultos anhelando salir).

Regalos

Cómo se puede

saber: Hablan sobre los regalos que han recibido, lo mejor y lo peor, las tiendas que les encantan, lo que van a comprar a continuación. Esencialmente, algunas de sus conversaciones giran en torno a elementos materiales.

Ejemplo:

Mi estilo es tiempo de calidad. Paseos por la playa, ricas cenas. Me hice amigo de una dama que tenía el estilo de regalo. Durante el tiempo que la conocí, ella tenía casi cincuenta años. Aunque actuaba como una niña para su edad, definitivamente me atraía. Me llevaba a cenar a restaurantes encantadores. Todo eso cambió cuando perdió dinero de una inversión. Siempre supe que ella era del tipo materialista, pero vi esto como mi forma de explorar qué tipo de regalos necesitaría. De nuestras conversaciones, con frecuencia hablaba de viejos recuerdos de su juventud cuando los hombres la admiraban. Luego agregaría que los hombres todavía la admiraban. ¿El regalo perfecto? Algo que acentuara su juventud, y provocara el deseo en los hombres. Tuve cuidado de asegurarme de que los regalos no implicaran que ella se estaba marchitando y arrugando como una ciruela al sol. Estos obsequios incluyeron "suero facial iluminador para resaltar su brillo interior", perfume y otros artículos de naturaleza similar.

Cómo apelar a esto:

Ofrezca a su objetivo regalos que satisfagan sus carencias y enfatice la personalidad que quiere mostrar al mundo.

No discutiré los "actos de servicios" ya que no puedo distinguir la diferencia entre los dos.

Qué hacer con esta información:

A decir verdad, he encontrado que esto es muy beneficioso en mi vida. A medida que integre esto en su vida, encontrará que todos tenemos nuestros propios "lenguajes de amor".

como lo llama Gary Chapman. A medida que comience a jugar con los lenguajes de amor de las personas, descubrirá que las personas dependerán más de usted.

La fantasía más profunda de tu objetivo: hacer Ellos se hacen realidad.

Las fantasías son una forma de mecanismo de defensa de la mente subconsciente. Hay muchas razones por las que desarrollamos fantasías como nuestra defensa preferida mecanismo:

1. Nosotros, o su objetivo, nos vimos obligados a permanecer adentro cuando era niño y mirar televisión.

Especialmente dibujos animados y películas de Disney, lo que hace que la mente subconsciente utilizar las fantasías como mecanismo de defensa.

2. Sus padres o sus padres siempre los han obligado a ser de cierta manera.

En lugar de jugar diferentes roles y darle al niño la libertad de explorar, sus padres han impuesto restricciones a su hijo. Reprimiendo su deseo de profundizar en diferentes realidades, engendrando así a un niño que recurre a sus fantasías para explorar estas fantasías.

3. Fue criado en un ambiente muy idealista. Los padres o tutores que usan las palabras y/o frases “eso no es realista”, “sigue soñando”, “solo estoy mirando escaparates” irónicamente, educan a los niños para que se vuelvan idealistas.

¿Cómo descubrirías las fantasías más oscuras de tu objetivo?

No solo tienes que entender cuáles son sus fantasías, sino que tienes que entender qué tipo de fantasías son. Los tipos concretos que tenemos que

entender son: fantasías de necesidades idealizadas, suprimidas o insatisfechas. Aquí está cómo determinar qué fantasía es cuál.

Yoes idealizados:

Este es su mundo impecable: son quienes quieren ser, las circunstancias son precisamente como las quiere su objetivo. Las fantasías insinúan que un yo idealizado sería el tono de sus voces, es decir, un tono de ensueño.

Su objetivo puede gravitar hacia películas categóricas, personas, figuras públicas.

Tenga en cuenta que muchas personas nunca revelarán cuáles son sus fantasías. Y mucho menos tener la autovigilancia para analizar o categorizar cuáles son sus fantasías.

Ejemplo:

una chica que conocí se sintió atraída por figuras como Rihanna, vio toneladas de películas donde las chicas eran prostitutas, tipos de chicas malas. Sé que esta es mi personalidad también. Ella admiraba en secreto las cosas de chica mala que yo haría, como: despedir a alguien o darle una actitud a alguien en la calle. Digo en secreto porque ella nunca lo admitió abiertamente, pero había un brillo en sus ojos... Rojo en sus mejillas, una curva en las comisuras de su boca. En su vida de vigilia, es una buena chica. En su mundo ideal: está liberada. Ella dice lo que quiere cuando quiere, revela un poco de piel cuando lo desea y es la típica "chica mala".

Yoes reprimidos:

Esto es muy parecido al yo idealizado, excepto que su objetivo puede o no querer ser así, porque principalmente le temen a estos sentimientos reprimidos.

versiones de ellos mismos. Un yo idealizado es alguien que quieren ser. Un yo reprimido es alguien que potencialmente podría querer ser, pero probablemente no lo haría. Ni siquiera en sus fantasías más oscuras y profundas. Un ejemplo aquí sería un asesino. Un pedófilo. Una persona que quiere convertirse en prostituta. Una persona violenta que pone en evidencia a todo el mundo. Incluso puede haber una pizca de vergüenza durante estas fantasías. Los yoes reprimidos pueden provenir de una curiosidad por roles sociales inaceptables. Podrás decir que esta fantasía es un lado reprimido a través de: las personas con lados reprimidos específicos se sienten atraídas por personas que expresan su yo reprimido. El ejemplo más común es alguien que juega con su lado oscuro atrae a la gente noble. Las personas groseras atraen a las personas apacibles. Para obtener más información, consulte: ¿qué no son?.

Ejemplo:

Me fui de viaje a Asia. Antes de llegar a Asia, estaba hablando con un hombre que vive allí. Diez minutos después de la reunión, observé que estaba bien coordinado, atento y que vivía en su cabeza. Hablamos durante diez meses antes de mi llegada. Una y otra vez prometí que vendría a Asia. Sin embargo, yo era consciente de su escepticismo. Cinco meses después, allí estaba yo. El hombre admitió que no creía que en realidad ad hubiera venido a Asia. La conversación fue como esto:

Él: Wow, admito que no pensé que en realidad vendrías a Asia.

Yo: lo sé. Pero cuando digo que voy a hacer algo, lo voy a hacer.

Él: Wow, eres tan salvaje. Ojalá pudiera ser así.

No me había dado cuenta de lo reprimido que estaba su lado aventurero hasta que más tarde esa noche le pregunté si me acompañaría a dar un paseo por un patio abandonado. "Es medianoche." Dice mientras me lanza una mirada de perplejidad/extraña.

Mi respuesta: "Y, solo estoy aquí por unos días. Vamos."

Mientras bajamos en el ascensor, confiesa que nunca ha hecho algo así, pero asume que sí. Soy casual sobre todo el asunto porque hago cosas como esta a menudo. No solo desperté su lado aventurero reprimido, sino que le permití asumir el liderazgo. Planeó cómo irrumpiríamos en el área embrujada y cómo saldríamos. Era mucho más aventurero.

que yo, en ese punto. Ese era el objetivo: permitir que su lado reprimido saliera a la superficie... Convertirse en uno con su yo reprimido. Su lenguaje corporal se relajó. El entusiasmo consumía su ser.

No solo se suprimió un lado aventurero, sino el deseo de ser "sucio".

Parecía temeroso de la inmundicia. Le permití ensuciarse las manos, sin juzgarlo. Esta habría sido una noche que nunca olvidará.

Necesidad insatisfecha:

Las necesidades insatisfechas son necesidades que no se satisfacen. Su víctima puede hablar en un tono que suena como una mezcla de anhelo y desesperación.

Ejemplo:

Aquí hay otro ejemplo de vacaciones cuando fui a Europa. En cuanto a los romances europeos, decidí ir con la opción más cliché: un romance de París. En línea, comencé a chatear con un chico francés (lo llamo chico porque se ve y actúa como tal). Tres años menor que yo. Las cosas fueron casuales, al principio. Hasta que comencé a decir las cosas que su corazón y su ego necesitaban escuchar para enamorarse. No era el más guapo, pero cuando lo vi en la cámara web, era hermoso. Al observar por la expresión de su rostro, no tenía idea de lo atractivo que se veía, lo que lo hacía mucho más atractivo.

Trece horas es el tiempo que hablamos todos los días en los hangouts de Google.

Se revelaron varias necesidades insatisfechas:

- La necesidad de sentirse atractivo para el sexo opuesto, incluso alabado, adorado. Cómo podría decir: fácil - su redacción. Una vez le pregunté al niño si alguna vez había tenido novia. Su respuesta fue la esperada: no. Abruptamente expresó que había perdido oportunidades, y fue absoluto en el hecho de que les había gustado. Sin embargo, esto no fue todo: la parte que reveló la necesidad de elogios fue que compartió una historia conmigo sobre una muchacha que mostró interés en él. A medida que avanzaba la historia, su comportamiento pasó de ser un caballero amable a un adolescente engreído. Se jactó de cuánto la había rechazado; cómo mucho le gustaba.
- La necesidad de ser superior. Sus intereses eran principalmente vulgares. Cual explica su comportamiento excesivamente agradable: un encubrimiento.
- Controlar. Cuestionaba todo principalmente con un "por qué", necesitaba escuchar razones de por qué hice lo que hice. La incertidumbre lo volvía loco. Él describió su interacción conmigo como "escalar el mundo". montaña más alta".

¿Estás esperando un párrafo sobre cómo satisface con éxito sus necesidades?

Desafortunadamente ahí es donde te fallo. Solo había una necesidad que cumplí tan bien, y fue la primera. La primera fue suficiente para mantenerlo obsesionado, pero las siguientes dos necesidades quedaron insatisfechas. La forma en que dejé las dos necesidades insatisfechas fueron las peores formas en que podía dejarlas insatisfechas: le di lo contrario. Lo opuesto estaba colgando mi superioridad e imprevisibilidad frente a sus grandes ojos brillantes e ingenuos. Fui demasiado lejos colgando estas cosas frente a él, olvidé que en realidad tenía que satisfacer las siguientes dos necesidades.

De vez en cuando lo hacía, sin embargo no había un equilibrio entre satisfacer y retirar sus necesidades. Como resultado de esto, el miedo lo llevó a huir. El pobre niño ni siquiera me permitía satisfacer su curiosidad sexual.

Sentimientos románticos y de miedo no le permitían acercarse a mí.

Qué hacer con esta información:

Lo más importante aquí es cómo se supone que vas a conseguir que expresar una fantasía. Hay dos maneras de hacerlo, posiblemente incorporar los dos sería poderoso. Viendo un pensamiento provocativo película. Cuando termine la película diga "ya sabes... siempre he tenido ese tipo de fantasía." (No lo sé - inventar alguna tontería) seguido de; ¿qué tal ¿tú? ¿Con qué fantaseas? Insinúa picardía en tu voz. No demasiado travieso o te dirán cuáles son sus fantasías sexuales en lugar de una fantasía emocional que tienen. Imitando la conversación con una traviesa la fantasía secreta después de una película es perfecta porque ya los tendrías en el flujo. Todo parecía tan natural. Parecería que el

La película te ha hecho pensar en esto en lugar de planearlo estratégicamente.

Al elegir una película, asegúrese de que sea una película oscura.

Si su objetivo no disfruta de las películas, cuénteles una historia que haya escuchado acerca de alguien que actúa de manera indecente intentando satisfacer una de sus fantasías.

Algunas personas caminan como zombis muertos sin ningún tipo de imaginación o sin el coraje para explorar sus fantasías más profundas y oscuras. Si revelar sus fantasías es algo que no puedes escuchar fácilmente de ellos, observa su comportamiento. Es fácil entender qué fantasías son cuáles y por qué tienen fantasías particulares.

Una vez que tenga una buena idea de cuáles pueden ser sus fantasías, debe hacer realidad estas fantasías. Si descubre que fantasean con que la gente trate a su objetivo como un dios, trátelos como a un dios. Si entiendes que quieren tener un romance, enamóralos. Debes saber cuándo liderar y cuándo permitir que ellos lideren.

Conclusión

Perfil personal

Nombre de la persona perfilada: "Dean"

La conclusión es lo que todos han estado esperando: un perfil de personalidad personal compilado en conjunto. Puede notar oraciones y notas rotas. La razón es que así es como también tomará notas sobre su objetivo. Cuando estaba analizando a Dean, no toda la información de cada capítulo se aplicaba a él. La información estará ordenada a partir del capítulo tres. Primero, expondré la información recuperada de mi psicoanálisis, luego las acciones a seguir.

Capítulo tres; Su pasado:

Relación con los padres; información: •

Disruptiva. • Madre desdeñosa, padre físicamente abusivo. • Discutir sobre sexo. La madre constantemente quería sexo, se sentía no deseada.

El padre ya no quería tener relaciones sexuales debido a la pérdida de la libido.

Madre esmasculada padre. Por lo tanto, posiblemente aprendió que decir sí al sexo, incluso cuando no se desea, lo convertirá en un hombre.

Acciones:

• Despedirlo. •

Mostrar mayor deseo sexual. •

Hacer alarde de un pasado sexual superior. • Castrarlo.

llamas anteriores; información: •

Los exteriores físicos de las mujeres parecían parcialmente prostitutas con problemas de abuso de sustancias. • Siempre vino al rescate. • Permitted que las mujeres lo humillaran públicamente (emocionalmente).

Acciones:

- Sin parecer una prostituta con problemas de abuso de sustancias, buscaba tener un aspecto que pudiera haber representado el aspecto de las escorts con problemas de drogas. Era obvio que Dean tenía ligeras tendencias misóginas, simplemente encubiertas con un exterior de chico extremadamente agradable. No es su culpa, mira quién lo crió. Para los misóginos encerrados, las acompañantes representan lo más bajo de lo bajo. Es muy posible que esta sea su oportunidad de afirmar su supuesta superioridad sobre estas mujeres que necesitan algo de ellas: su dinero. • Busqué mi apariencia inocente, pero tenía la actitud de una niña indefensa que necesita otro golpe de su droga preferida. Tenía una ventaja: mi edad. Una chica de mi edad nunca podría tener suficientes fondos... O eso creía él. Dejé que sus ropas se asomaran. Finalmente sintió el control, me daría dinero; Finjo ser su novia en público. En privado éramos amigos que tomaban coca juntos. Ni siquiera quería tocarme.

Capítulo cuatro; Su sistema de creencias:

Qué los motiva; información: • Palabras de motivación: • "Tengo que" • Lo que lo motiva es la evitación de la impotencia. Más bien, su motivación era sentir que finalmente tenía el control.

Acciones:

- Al tratar de motivarlo, le hice sentir que "tenía" que hacer cosas. Había cierta urgencia. Le enviaría un mensaje de texto: "Dean, tenemos que ir al cine. ¡Nos estamos quedando sin tiempo!"
- Al usar lo que lo motiva en su contra, insinuaría que ciertas acciones podrían darle una sensación de control. Al desmotivar a Dean para que no cometiera una acción, expresé que esta acción podría hacerlo sentir impotente.

Capítulo 5; Mecanismos de defensa:

¿Qué no son? información y acciones:

- Hay varias formas de negación. Con respecto a Dean, está tratando de persuadir a alguien de que es algo. En su caso, era que era un tipo tan agradable. Incluso una feminista extrema. Alenté su acto, pero lo contrarresté confesando que no entendía por qué "respetaba" a las mujeres. Incluso llegando a expresar mi "odio" hacia las mujeres. Lentamente, su lado mysnoigist salió a la luz... El lado que esperaba, para jugar.
- Junto con la negación, tenía mecanismos de defensa como deshacer. Sintió una culpa extrema. Esta culpa también fue utilizada en su contra de forma muy sutil. maneras.

Capítulo 8; Expectativas:

Fantasía más profunda; información:

- Suprimido: misógino suprimido

Acción:

- Ver psicoanálisis de mecanismos de defensa y acciones en esta sección.

- Yo ideal: • Ser

alguien superior a las mujeres.

Acción:

- Obtener superioridad sobre las mujeres puede tomar formas contrastantes. La feminidad normalmente se asocia con ser pequeña, débil, sensible. Mostré esos rasgos de una manera muy exagerada. Llamándolo cuando estaba emocionado, derrumbándome en cada parte "triste" de la película. Se burlaba de mí por "ser una chica así". Cuando me "rompía", me ordenaba que dejara de ser una chica así. Le recordé que era una niña y le pregunté qué quería decir con eso. el sonrio

y respondió: "Eres como un tipo para mí. Así que deja de actuar débil como una niña". Este no eres tú." Mis acciones le dieron la oportunidad de experimentar finalmente su yo ideal: superior a una mujer que percibía como poderosa (yo).

- No satisfecho; psicoanálisis y acción: • Amor de mujer. Amor incondicional. Alguien que lo hiciera sentir como un hombre. Nunca recibí esto. Cuando llegué, le brindé el amor incondicional... cuando no lo estaba castrando.

Diviértete psicoanalizando a tus objetivos y entrando en sus cabezas, solo recuerda no perder la tuya.