

3 приема помогающие, избавиться от раздражительности на близких

Хотите перестать раздражаться на близких людей? Перестать орать, беситься и портить отношения?

Примените психотехнологии Стиратель Старт, по алгоритму опасному ниже.

Приём 1. Избавляемся от причин раздражительности.

Продолжите список своими фразами, вписав в него все ситуации и имена близких людей что вас раздражают. После этого добавьте фразу стиратель старт и прочитайте список 9 раз.

- Меня раздражает Ваня - Стиратель Старт
- Мне хочется ударить кого-то - Стиратель Старт
- Я бешусь при разговоре с ... - Стиратель Старт
- Я раздражаюсь - Стиратель Старт
- Я раздражаюсь когда ... - Стиратель Старт

Дополните список своими ситуациями и описанием того почему вы раздражаетесь.

- Прочитайте список 9 раз.
- Повторяйте процедуру 21 день, и снизите уровень раздражительности
- Примените Создатель Старт и психодрайверы и станьте спокойнее

Также психотехнологию Стиратель Старт можно применять прямо в момент раздраженности. Когда эмоция гнева, ярости уже активизировалась...

Приём 2. Создаем нового себя с Создателем.

Опишите, что вы хотите чувствовать с близкими людьми, как общаться и жить и примените психотехнологию Создатель Старт.

- Мне приятно быть с семьёй - Создатель Старт
- Мне хорошо при разговоре с ... - Создатель Старт
- Я могу слушать жену часами - Создатель Старт
- Я понимаю мужа лучше и лучше - Создатель Старт
- Я люблю поговорить с ... - Создатель Старт

Добавьте свои желания в список, и примените психотехнику создатель старт, если вы еще не освоили её, пройдите обучение в онлайн-школе психотехнологий Стиратель Старт.

Приём 3. Перекачиваем энергию от раздражительности к спокойствию.

Используя свой психодрайвер серии спокойствие, вы можете перекачивать энергию от раздражительности к спокойствию

Это позволит быть более спокойным и уравновешенным человеком.

- Меня раздражает тупость – Психодрайвер Старт
- Меня злит когда меня критикуют – Психодрайвер Старт
- Мне хочется ударить ... – Психодрайвер Старт
- Меня бесит ... – Психодрайвер Старт
- Я раздражаюсь по пустякам – Психодрайвер Старт

Применяйте психодрайверы к своим неприятным чертам характера, это поможет стать спокойнее и сильнее. За счет высвобождения психической энергии от раздражительности, сможете прокачать желанное качество вашей личности.

[Обучитесь современным психотехнологиям](#), основанным на самых последних исследованиях мозга. Стиратель Старт – проект, где вы сможете обучать себя и свой мозг, новым функциям и возможностям.

Как побороть раздражительность, как перестать раздражаться, что делать когда все бесят, что делать когда близкие бесят, избавление от раздражительности