
Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

ONTOLÓGIAI COACHING

AZ ONTOLÓGIAI COACHING PRAXIS-GYAKORLATOK 2.

- A segítséget kérő 1. levele (az írást javítás nélkül idézzük)

Hasonlóan elkeseredett nő vagyok, anyuka, és feleség, mint a korábban Önhöz forduló sorstársaim. Történetemmel fordultam már másik szakamberhez itt a neten, előben eljártam pszichológushoz is korábban. A pszichológus kezelési módjával nem voltam megelégedve, illetve itt a neten 1-2 mondatban válaszoltak, tanácsolták, hogy keressék fel egy szakembert, olvassak ilyen meg olyan könyvet, de véleményt nem adtak. Az Ön válaszait olvasva, azt érzem, nem csak olvassa a történeteket, hanem próbál segíteni, tanácsot adni. Ezért is merészkedtem írni Önnek. Mielőtt elkezdeném a történetem, be kell vallanom magamról, a pozitív jegyeimet: segítőkész, empatikus, barátkozó, céltudatos, meg bocsátó, őszinte; és a negatív jegyeimet: aggodalmas, megfeleni akaró, szalmaláng típus, ingerlékeny (az utóbbi években főként) Hashimoto-tireoiditisben szenvedek, ennek tudom be az egyre gyengülő idegrendszeremet, mert tinédzserkoromban nem voltam ennyire ingerlékeny. Továbbá, örököltém is, látván anyut.

Céltudatos életet éltem, határozott elképzeléseim voltak az életemről, a kitűzött céljaimat el is értem. 25 évesen családra vágytam, 27 évesen megismertem mesebeli módon a férjemet. Ő talált rám, ő kezdeményezett. Az elején elmondta, érett, határozott nőt keres, aki megbízható, és komoly. Eddig olyan barátnői voltak, akik úgy táncoltak, ahogy ő fütyült, butácskák, cicababák. Én is hasonló férfit kerestem. Mindketten családra vágytunk. Engem elvarázsolt a kedvességével, és az ágyban is. Én pedig éreztem, nagyon meg akar tartani. De nem is bántam. Hamar kiderült, tudok "hisztis" is lenni, ő pedig makacs, önfejű. Illetve eleinte furcsa volt, hogy olyan közvetlen mindenkivel, még a fiú barátaival is, de aztán megszoktam, elfogadtam, a nővére is ilyen.

Ahogy terveztük, az 1. találkozásunk 1. évfordulójára megszületett várva várt kislányunk. Olyan kislányt "kaptam" az élettől, Istentől, amilyenről mindig is álmodoztam. Egészséges, gyönyörű, és most 18 hónaposan, bár sokszor feldühít, de nagyon okos, és nagyon imádom.

Férjemet, mikor megismertem, kamionon ült, de leszállt,

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

nehogy elveszítsen, de csak olyan állást talált, ami jól fizetett, hogy csak 7végén jrt haza. Féltékeny típus vagyok, de az elején nem voltam rá féltékeny. Aztán egyre jobban. De ez azért alakult ki,mert az elején elmondta, ő szeret nagyokat, és a dolgok elenkezőjét mondani, és sose fogom tudni, mikor hazudik. Mindezt nevetve mondta,mint aki csak cukkol, de ez bennem van a mai napig. Azt mondta,én vagyok az első, akihez hú, igazi csajozós pasi volt. Találtam egy listát is elrejtve, kik voltak a női, kivel meddig járt. Én ezt elfogadtam, legalábbis próbáltam. Csakhogy a sexuális életünk megváltozott, és akkor kezdtem el jobban gyanakodni, ez a terhességem 20.hete körül kezdődött el. Az elején elmondta, hogy ő nem egy sexuális lény, nem sexőrült, neki a sex az életében valahol az utolsó sorban áll. Én ennek örültem is, mert nekem sem az első! Ahhoz képest teljesen elragadott, nagyon jó volt vele,és ma is jó.....amikor együtt vagyunk. Ám, az alkalmak száma csökkent. Illetve, egyre több nézeteltérés volt köztünk, egyre többet kritizált, külsőleg nem, hanem a viselkedésemet, illetve, ha visszavágtam, vagy esetleg nemet mondtam valamire, és én mindig megkérdeztem, talán van valakije. Ilyenkor mindig ideges lett, mert elmondása szerint csak hülyíti a nőket, hülyéskednek, amolyan munkahelyi hülyülés, és tudhatnám, hogy ő milyen közvetlen, épen ezért sok lány\ "barátja\" van.Próbáltam belenyugodni, és elfogadni ezt a tényt. Fél éve visszaült kamionra, mert építkezésbe fogtunk, vállalkozást akar beindítani, mert velünk akar lenni,látni a gyereket felnőni, nem akart élete végéig csak hetente látni minket. Kb3hónapja találom a telefonjában egy névtelen sms-t,ő kapta:\ "majd remélem még találkozunk,szeretlek én is nagyon, vigyázz magadra, lányodra\" felhívtam a számot, kiderült egy kolleganője felmondott, és csupán baráti, kollegálitási szeretet van köztük. Elhittem. Mérgező lett a férjem, hogy nem bírok benne. Lelkifurdalásom is volt. De3 hete történt, netezett, véletlen beleláttam egy már megírt levelébe, drága szandr címzettnek. Azt mondta, egy ősrégi kollegája. Mielőtt dühbe gurult volna, eltereltem a szót,de éreztem, nem mond igazat. Másnap, netezés közben kaptam egy levelet, automaikusán jelentkezik be a férjem msn-je,ez a szandra azt hitte a férjem netezik.Kérdezte,melyik nap találkoznak,mielőtt meggy visszafuvarra.Én meg csúnya módon csőbe húztam,kiszedtem belőle mindent,sőt,még a levelezgetéseiket is elküldtettem vele.Kiderült,randit beszéltek meg,férjem udvarolt neki levélen keresztül,állítása szerint állott tó a házasságunk.De nem ígért neki semmit,hogy elhagy minket-sőt,írta neki,hogy azért gürizik,hogy hazajöhessen végleg a családjához-csak azt,hogy bármi történhet a randi alatt,és után.Két napig lapított a férjem,mikor kiderült,de arra kért,ne hozzam fel

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

többet neki,és felejtsem el,mert lezárták a lánnyal a dolgot,és ő csak kábította,de nem akart tőle semmit.Én vagyok az első,akihez hű,de még jól esik neki a flört,illetve büszke magára,hogy odavan érte a nő,és mégis nem tud mondani,mire oda kerüle a dolog. KAMU DUMA?????!!!! De \"elhittem\".Csakhogy érzem,ez több volt flörtnél,ő valóban meg akart csalni.Készült rá.És tetézi a gyanakvásom,hogy miután megbeszéltük,találtam egy simkártyát a póttelefonjában,aminek a számát nem tudom,de a csaj már hívta rajta másnap:-)Érdekes. Nem árultam el neki,hogy megtaláltam,nem akartam,hogy veszekedéssel menjen vissza.Nemrég arra kért,töltsék neki fel egy simkártyát,mondván a kollegájának kellene,de nem tud pénzt levenni a bankkártyáról,és majd megadja a pénzt.Egy megjegyzésemet célzásnak vett,sejti,hogy tudok róla.

Azt hittem,elmondja,van egy simkártyája,de kitalált valami hazugságot.Így már biztoan van ttkolni valója. Szeretem,ő is szeret,állítja,a kislányunkat imádjuk.Közös céljaink vannak.....

Állítja,már megvagyok neki,nem kell udvarolni,és más dolgok foglalkoztatják,változott az értékrendje.Barátai szerint sokat változott mellettem.Persze,előttük azt mutatja,ő komoly családapa lett,aki hű a feleségéhez.Jó apa,nem tagadom.És nincs bizonyítékom,hogy megcsal.Mivel hetekig küföldön van,eddig nem is tudott,de készült rá.Nekem ez elég.És érzem,lelkileg most máshol,másnál jár.Érzem,még tartják a kapcsolatot.Nem törölte a telefonjából sem,sőt álnéven rejtette el a lány munkahelyi telefonját,és neről sem törölte ki. Konkrét bizonyítékra várok..... Azt mondta,mikor el akartam menni(mikor kiderült),hogy nekünk nem kell egy harmadik,hogy elváljunk.Erre én haza akartam jönni a gyerekekkel,de nem engedett.Mondtam neki,ha boldog lenne,nem keresné a kalandokat,és nem az tenné boldoggá,hogy más lányokat kábít.Ha valóban váltotak az értékei mellettem,akkor ez miért fontos még neki?

Ő ilyen,mondja.Ő ilyen közvetlen.....Ha szeretem,fogadjam el....nem tudom,pedig szeretem,és a kislányom is. De ez nekem megalázó....és sok kis flörtből előbb utóbb töb lesz.szerintem.a bizalmam megrendült teljesen.néha úgy érzem,még ő szab feltételt ezekután is,mérges,ha célzómegjegyzést teszek....

Azt mondta,mikor kiderüt a dolog,hogy nálam jobb feleséget nem talál,nem is keres,nem is akar,és örül,ogy kiderült ez a dolog,mert így könnyebben ment a nemet mondás.Mert a csaj nagyon is akart találkozni,ő meg nem. Szerintem meg találkoztak volna,és érzem,fognak

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

is.....valamikor.

Ezekután hogy bízzak meg benne.mindig is gyanakodtam rá,de a lánynak írt levelében leírta,hogy lett volna esélye többször megcsalni,de sosem tette,most lenne az első alkalom,és nem érez lelkipurdalást,mert állott tóba dobott követ a csaj azzal,hogy megkereste neten. Állott tó.....mikor alig voltunk együtt a 2 év alatt....és sexelni is ő nem akar.Mással meg akarna,mikor nem a sex az első neki az életében.Érzelmileg meg mindent megkapott tőlem,próbálok minden téren helyt állni,anyaként,feleségként,háziaszonyként.Jó anya vagyok,jó háziasszony,a szakámban is megállom a helyem....az ágyban is mindent megkap...ha együtt vagyunk.Már visszafogtam magam,nem kezdeményezek,olyankor meg az nem tetszik neki.De már félek a visszautasítástól,és az érzelmeim sem merem kimutatni,mert ritkán kapok visszajelzést.Csodálkozok,hogy nem vagyok természetes. Mindehhez hozzáteszem,rossz gyerekkora volt,nem látott,nem kapott szeretetet a szüleitől,apja agresszív,anyja megalkuvó,apja előtt a mai napig megalázkodó,nem szól semmiért,és mindent ráhagy.Nekem is ezt tanácsolta anyósom,ahhoz,hogy együtt maradjunk,a gyerek érdekében. Nem tudom,hogy lehet,amikor megismertem,el sem hittem,kit sodort mellém az élet.féltem is beleszeretni,hisz olyan,hogy valaki szép is,jó is.....ritka.A gyereket jobban akarta,mint én!!!!Ha rajta múltana,már terhes lennék a másodikkal.Csakhogy,én ezekután már főleg nem mernék neki szülni,pedig testvérpárti vagyok. Tudom,nekem is van hibám,az ingerlékenységem,az aggodalaskodásom idegesítő lehet,számára is,mert más is panaszkodott ezekre.De neki furcsa dolgai vannak. RÁGJA A KÖRMEIT!!! érzem,van valami a lelke mélyén,van valami emlék,amit rejteget....azt tudom,az apja bántotta az anyját,ő védte meg....öt is bántotta,13 évesen át is ment lakni a mamájához,azóta is ott lakunk a mamájánál.Apját semmibe sem veszi,anyját sem igazán...nincs családi összetartás,mint nálunk.

Hosszúra sikeredett ez a levélke,elnézést,remélem nem sok hiba,és értelmetlen mondat van benne,a kislányomra figyeltem közben.-)

Elkeseredett vagyok,megcsalva érzem magam,és azt érzem,nincs már esély,hogy az a varázs,mint az elején,visszaszökkejen a házasságunkba.Férjem szerint,nekem kell engednem,és,ha nem néztem volna meg a leveleket,élhetnénk tovább boldogan,de tudja,ezekután mindig gyanakodni fogok,és ő így nem tud élni. Éppen ezért per pillanat nem piszkálom,a titkos telefonszámmal sem,de érzem,nem fogom tudni magamba

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

tartogatni,én meg így nem tudok élni.Érzem,nem sokáig leszünk együtt.....szomorú.....pedig szeretném.Szeretem,de sokszor elgondolkodok,van-e értelme.....és vajon ő szeret-e.Nem tudja kimutatni,azt mondja.....de az elég lenne,ha velem is közvetlen lenne,és nem csak tőlem várná el,hogy alkalmazkodjak.

Én próbáltam határozott lenni vele,kedves,csendes,megalkuvó.....mindent bevettem,úgy érzem mégsem felelek meg neki.Nem vagyok tökéletes,nem is várja,mégis elégedetlenkedik. Nagyon kérem,mondja el nekem is a véleményét,nagyon kíváncsi vagyok rá. Anyukám,ha elmondanám neki ezt a legutóbbi dolgot,már nem is engedné,hogy egy percig is mellette legyek,ő azt tanácsolná,hagyjam el. Persze,konkrét bizonyítékra várok..... De minden férfi ilyen.....a következő sem biztos,hogy nem fog félrelépni,mást megkívánni.Férjem egyszer mondta is,hogy ő nem tud úgy élni,ogy nem kíván meg másat,és,ha meg is csalna,nem azért,mert nem szeret,vagy mert nem kellek neki,hanem mert éppen áll abocsánat.de ahhoz már bátorság kell,hogy meg is tegye valaki.mindezt nevetve mondta,mintha cukkolna.És hozzátette,őt nem zavarja,ha szeretőt tartok,csak ne tudjon róla!!!! Ezt azért mondta,mert akkor már készült gonmdolom a megcsalásra. Csak az furca,hogy egyszer tagadja,hogy megcsalna engem,és mérges,ha kinézem belőle,máskor meg maga állítja,hogy attól még ugyanúgy szerethet,és arra küsztet,tartsak szeretőt.

Még az is furcsa,a barátját elítélte,mikor kiderült,hogy csalja a barátnőjét. Nagyon furcsa,kiismerhetetlen,nem tudok rajta kiigazodni.....valóban nem tudom mikor mond igazat.....és én ebbe belőrülök.hogyan lehetne megleckéztetni?azt tanácsolták,tegyek féltékennyé.....de nekem nem megy a pasizás,ha szeretek valakit.tudja,hogy elkelnék,és volt is jelentkező,még terhesen is. Illetve,szerintem nem érdekelné,vagy éppen rosszabb lenne a helyzet. Az ex barátnőjét állítja,hogy nem szerette,csak úgy volt neki,mégis sírt utána,mikor elhagyta a csaj.Állítólag vele is hasonlóan viselkedett,sőt még rosszabbul,mint most velem. Szégyenlem,hogy ilyen problémát kellett megosztanom,de kikíváncozott belőlem. Várom válaszát,előre is köszönöm. Tisztelettel:egy sérült feleség

- A coach válasza

Kedves Levélíró,

őszintén köszönöm, hogy megtisztelt engem a bizalmával.

Az általunk vezetett LIFE -ontological- COACH: személyi

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

és életvezetési tanácsadó képzésünk (coachkepzes.szervezetepites.hu) is éppen ezért olyan népszerű, mert visszaforgatjuk a magánpraxisunkból szerzett számtalan tapasztalatunkat is az oktatásba. A coach nagyjából így segít: www.youtube.com/watch?v=UY75MQte4RU, támogat, ha kell (az igen téves "szakmai" véleményekkel szemben) konkrét útmutatót is ad.

„be kell vallanom magamról, a pozitív jegyeimet”
Miért kéne bevallania?
Pozitív és negatív jegyek? Ezek mire jók? Mondok egy elképzelt példát: magamról mondott pozitív tulajdonságom: házias vagyok, a férjem szerint: a lakás van értem és nem én a lakásért, ez a tisztaságmánia már túlzás!

Lehetséges ez? Hát persze. Ezek az önmeghatározások csapdák. Talán a legnagyobb csapdák, ha nem célba fogva használjuk őket (pl. vágyteljesítő gondolkodás).

"Céltudatos életet éltem, határozott elképzeléseim voltak az életemről,"
A válságban mindannyian érezzük ezt a kontrollvesztést. Ha visszanyeri az önkontroll hiú, de kétségtelenül nagyszerű élményét a krízist is kezelni fogja és másképpen éli meg. A terápiájának tehát többek között a kontroll élményének visszanyerésére kellene irányulnia.

„kitűzött céljaimat el is értem”
Ha nem bánthatnám meg Önt, megkérdezném: és ez valóban olyan jót tett Önnek? Vagyis éppen a kitűzött célok konkrét teljesülése okozza az örömét (láthatólag nem), vagy az imént említett kontroll-élmény megélése?

„Ő talált rám, ő kezdeményezett.” „éreztem, nagyon meg akar tartani.” „nem is bánthatm”
Ez némiképp ellentmond az előző állításának, mely szerint az Ön akaratára, terve irányította az életét. Akkor mi lehet ez? Kognitív disszonancia? Önigazolás? Ha valami jól alakult, akkor azt szívesen magunkhoz rendeljük.

Eddig-addig minden „sínen volt”, aztán „kisiklott az életem”. Mintha minden egy logikai lánc mentén alakulna. Ha „A”-t cselekszem, a legnyilvánvalóbb következmény, hogy „B”-t elérem, legalábbis megérdelem.

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

„Hamar kiderült,tudok \”hisztis\” is lenni,ő pedig makacs,önfejjű.”

A párkapcsolat elején magunkat látjuk a másokban. Egy projekció (belevetítés) és a szelektív percepció (arra figyelek, ami a leginkább érdekel, ami nálam pillanatnyilag a fókuszban van,pl. azok a tulajdonságok, amilyen nőt/férfit keresek) eredményeként csak a jót látjuk. Aztán elég gyorsan kiderülhet, hogy nem is ilyen cipőt akartam: itt is szorít, ott is nyom, szóval az eredetileg észlelt összes jó tulajdonságot kényemkedvem szerint felülírhatom, illetve kellemetlen módon átírhatja rólam a társam vagy én magam az róla alkotott képet. Egyszóval, jön a csalódás. Kontrollvesztés. Úgy terveztem, hogy..., úgy is alakult, ahogy..., de...

„megszoktam,elfogadtam,a nővére is ilyen.”
Igen-igen: a kontrollélmény és a kognitív disszonancia:
megmagyarázom a helyzetet, nehogy valami ne illeszkedjen a képbe!

„Ahogy terveztük,az 1.találkozásunk 1.évfordulójára megszületett”, „Olyan kislányt \”kaptam\” az élettől,Istentől”

Itt újra a fentiekhez hasonló ellentmondásra bukkanhatunk. Miért lehetséges ez ilyen gyakran gondolkodásában?

A baba „bár sokszor feldühít,de ... nagyon imádom.” Valamiképpen Ön képtelen feldolgozni azt az egyszerű, bár kényelmetlen tényt, hogy az élet nem pusztán fehér, vagy fekete. Mindennek megvan a jó és a rossz oldala, vagy másképpen, nem nyerhet meg mindent, illetve éppen csak azt és annyit, ami jó volna, kell, szükséges. Ez egy kb. 40 ezer éves probléma. Ha jött egy emberi lény, gyorsan dönteni kellett: barát, vagy ellenség. Az azonnali ítéletünktől függött az életünk. Ezt a kultúra már réges-régen felülírta. Sajnos az élet rettenetesen komplex és bonyolult lett, a információs társadalomban („Harmadik hullám”) az értékek nem állandóak, csak a küzdelmük bizonyos.

„Férjem,mikor megismertem,kamionon ült,de leszállt,nehogy elveszítsen,de csak olyan állást talált,ami jól fizetett,hogy csak 7végén jrt haza.” Leszállt és egy ennél is rosszabb megoldás következett. Ennyit a tervszerű életbe vetett vak hitünkről tehát.

„Féltékeny típus vagyok”.
De ki miatt váltott munkát a férje? Azért, mert ő volt

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

féltékeny, vagy mert Ön, vagy mindkettő? Látja, látja, amikor már társa van az embernek, mennyire bonyolódik a terv?! Edgar K. Geffroy: Csak egy dolog zavar: az ügyfél analógiájára elmondhatjuk, csak egy dolog zavar, a szerelmem, a társam... (az ő akarata, az őt befolyásoló körülmények, melyeket már nem uralhatok, stb.)

„találtam egy listát is elrejtve, kik voltak a női, kivel meddig járt.”
Aki keres, talál. Minek is keresett? Csak nem megint ez az átkozott kontrollélmény? Miután a szándékemlékezeti rendszer és a cselekedetek megtörténtét tároló fizikai memória két különböző dolog, hihetetlenül nagy energiát fektetünk abba, hogy kutassuk a múltbéli dolgainkat. Miért is tettem ezt, vagy azt, hogyan függ össze az akkori tettem a jelenlegi viselkedésemmel? Merthogy össze kell ám függenie, különben...., tényleg: különben mi is lesz? Szóval az egész kutatás mire volt jó? Logikus magyarázatot keresett arra, amit nem, de legalábbis igen korlátozottan lehet racionálisan irányítani: az érzelmeket és ehhez kapcsolódóan a szexuális késztetéseket. Tud Ön akaratlagosan szerelmes lenni? Tudja akaratlanul kívánni a társát? Ha igen, nos a probléma megoldva, rajta!

A későbbiekben, amit az újabb oknyomozásairól ír, az viccesen maga a szado-mazo, egy tankönyvbe illő önkínzási aleset.

„nem ígért neki semmit, hogy elhagy minket-sőt, írta neki, hogy azért gürizik, hogy hazajöhessen végleg a családjához”

Ez egy elhanyagolható részletecske ugyebár. Hiszen több tucat, leírt mondatával támadja, igazolja az ellenkezőjét Ön.

„De ez nekem megalázó....és sok kis flörtből előbb utóbb töb lesz.”
Igaza van. Amit Ön tesz, az a csőd biztos záloga. Azt is mondhatnám önbeteljesítő jóslat, vágyteljesítő gondolkodás. Mindehhez iderángatja a férje összes rossz tulajdonságát, jaj, hisz még a körmét is rágja!

„egy sérült feleség”
Önmagunkat is megsebezhetjük...

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

- Segítséget kérő 2. levele

Nagyon köszönöm a gyors válaszát! Elnézést, hogy újra írok Önnek!

Elgondolkodtam.....

Valamit tudnia kell! Olyan társra vágytam, amilyen ő volt az elején. Igaza van,később derülnek ki a nem tetsző tulajdonságok. Ki is derültek, mindkettőnkéről. Mégis összeházasodtunk, tudván, nem lesz egyszerű egymással:-) Mindjárt az elején felhívta a figyelmem, sose fogom tudni,mikor hazudik. Nem voltam féltékeny, nem érdekelt a múltja....3 hónapja jártunk, mikor észrevettem, hogy kitörölte a volt vőlegényem számát a telefonomból, akkor néztem bele az övébe, hogy akkor neki se legyen benne az exe, de persze ő nem törölte ki sőt,őrizte a képeit, amiket véletlenül találtam meg. A listát is véletlenül találtam meg, nem is sejtettem, hogy létezik, de ügyet sem vettem róla, csak mosolyogtam.az első gyanus szituáció alkalmával néztem bele az üzeneteibe, s találtam is nem tetszőt.

Igaza van,aki keres,az talál. Csakhogy másképp végig hülyének nézhet... Ő kitörölheti a számokat a telefonomból,őrizheti az emlékeit, a közös lakásunkban,meg flörtölhet....

Állítja, nem féltékeny, rám legalábbis. A barátai szerint az exére nagyon is az volt.Az exe hagyta el másik pasiért. Nem akart így járni velem is, hogy nem várom meg, és egyszer csak lelépek mással,míg ő kint van. Ezért szállt le kamionról. Én megvártam volna, de nem akart elveszíteni. Mégis csapta a szelet a kolleganőinek, mégha állítólag hülyítés is volt... Most végleg le akar szállni,de pénz kell az építkezéshez. Folyamatban van,összel ha sikerül terv,itthon lesz minden nap velünk.

Történt egyszer,hogy azt álmodtam,hogy kikezdett a legjobb barátja menyasszonyával. Reggel nevettem rajta,és leírtam neki,milyen lükeséget álmodtam(nem is bírják egymást a lánnyal)

Kiderült, a férjem mondta el,hogy neten keresztül beszélgetett a lánnyal,és egy kicsit flörtöltek,de semmi komoly dolgról,csak megbeszélték,hogy ha ők ketten együtt lennének,már szétmarták volna egymást.... Nos, nem kutakodtam....megéreztem.

Úgy érzem,megérezem,ha mással flörtöl. Nem szabadna utána járnom, igaz? Csak az nagyon feltűnő volt számomra,hogy azt mondja,nyugodtan tartsak szeretőt,csak ne tudjon róla. Ezt azért meri mondani,mert tudja,nem tartok,illetve magából indult ki.Őn szerint,ez fer??? Egy ismerősöm így bukott le,ha nemnézi meg a lány a férje

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollárné Déri Krisztina:

*Ontológiai coaching praxis-
gyakorlatok 2.*

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

telefonját,ma is csalja a háta mögött....
 Ön szerint én idézem elő a csalódásaimat?
 Mert ezt akarom hallani?
 És akkor elégedett lennék magammal,hogy én megmondtam?????

Illetve, lehet,hogy egész egyszerűen nem illünk valóban össze? Ehhez,hogy ezt belássuk,nem kell \"nyomoznom\"?
 Hisz, 2év után már nem kíván,vagyis ritkábban,mint az elején, és laposnak érezzük a kapcsolatunk?
 Mi lesz 20év után???? Én ebben hogy segíthetnék,hogy jobb legyen? Annak ellenére,hogy az ember nem tud akaratlagosan szerelmes lenni,és megkívánni a másikat,lehet-e előcsalogatni belőle a korábbi érzelmeit?Ugyanis nekem csak ő létezik. Nem érdekel más férfi,mégha kevesebb a szex is. (nekem azt mondta a férjem-mikor 1x megkérdeztem:már nem kívánsz?-hogy nem engem nem kíván, hanem a sextet.)

Elgondolkodtam, egy fiatal férfi hogy nem kívánhatja a sextet? (a lánynak írt levelében meg más derült ki....) Érzem, amit Ön is, nagy káosz van a fejében:-) szeretnék rendet tenni!

Válaszolna nekem erre is???

KÖSZÖNÖM!!!!

- **A coach válasza**

Nyilvánvalóan nagyon foglalkoztatja Önt a férje, nem közömbös iránta. Mindez nagyon jó jel. KÖZÖSEN kellene egy "terápiába" kezdeniük. Még nem késő.