
La Tarlouzerie.

Posté par Vidar - 31-07-2009 à 04:36

La tarlouzerie.

Il est essentiel de mentionner un bien drôle de phénomène, pas assez estimé à mon avis : la tarlouzerie. Je suis d'ailleurs ces derniers temps touché par cette maladie, et mon wing a récemment été contaminé.

Alors la tarlouzerie c'est tout simple. Disons que l'approach anxiety, j'arrive presque à l'affronter (mes premiers openings sont toujours catastrophiques... mais ça c'est du à un véritable inner de merde). Disons que je prends du plaisir par la suite à open des sets, même si pour le moment je suis quasiment incapable de me hooker, ou qu'alors je stack dans la MORT (c'est-à-dire à l'arrache, comme je peux etc.). Mais malgré tout cela, je n'arrive pas à me foutre dans une bonne dynamique, de celles dans laquelle je me fais le newbie drill et que j'arrive à gérer mon inconscient qui veut toujours que je m'éjecte le plus tôt possible d'un set (pour ça essentiellement que je galère tellement à stacker...).

En fait la tarlouzerie, c'est la peur intrinsèque de changer, de sortir de sa confort zone et d'évoluer positivement. Ce qui en vrai pousse les AFC à rester AFC malgré, souvent, une certaine forme de malaise inconscient, qui vient toujours les titiller. La tarlouzerie c'est une dynamique de non action, d'angoisses absurdes et de fuite constante.

En fait le but de ce thread, c'est essentiellement de percevoir des avis, des conseils, sur les moyens existants, connus, pour se remettre sur les bons rails (parce qu'avant ça j'avais réussi à appliquer presque convenablement et entièrement mon game plan... une fois. Et je commençais tout juste à stacker.). Je veux clairement me sortir de cette situation. 4 jours qu'on va sur le field avec mon wing et qu'on arrive pas à se bouger pour open, et ça commence à m'inquiéter. :angry:

Pour le moment, je me force tous les matins à des exercices vocaux, la méthode coué, et j'aimerais rapidement en terminer avec Antony Robbins (trop de lectures en cours, du mal à canaliser en ce moment). Dès demain j'assumerai pleinement mon avatar, histoire de plonger à corps perdu. Mais honnêtement toute solution ou idée, bon coup de pied au cul serait le bienvenu. Je reprends les cours le 21 sept. Et à ce moment là mes études risquent de me prendre un poil de temps (oui, oui, c'est quand même important, hein !), alors autant profiter de cet été pour commencer à acquérir un niveau intéressant.

Allez un récapitulatif de trucs quotidiens qui aident à rester dans le move :

1. Méthode coué
2. Exercices vocaux
3. Constamment travailler son BL et son niveau d'énergie
4. Assumer son avatar
5. ... Il me faudrait deux trois trucs supplémentaires, des idées géniales, grandiose, virevoltantes pour briser une spirale infernale de tarlouzerie intense.

Merci d'avance les cocos. Si vous diagnostiquez d'autres symptômes de tarlouzerie, n'hésitez pas à en faire part, il y a toujours de jolies histoires à tirer de ça (ou pas).

Votre très cher Vidar.

=====

Re:La Tarlouzerie.

Posté par Aleas - 31-07-2009 à 14:39

Hola vidar,

Pour ma part pour améliorer mon inner game j'ai quelques astuces plutôt efficace pour moi. Tout viens du bouquin que je mentionne dans ma présentation, donc je vais te donner quelques exemples mais si tu veux être exhaustif sur le sujet je te conseille de le lire. (tu peux le trouver via le site art de séduire, je crois même qu'il a été traduit en français) ;)

Donc pour ma part et en premier lieu j'ai appris le bl qui me montre dominant et aimable (c'est une combinaison des deux domaines selon l'avancée dans le pu) et à contrario appris à éviter à montrer le contraire.

Faire attention à son apparence autant vestimentaire que purement physique est aussi un moyen de faciliter les interactions (30% si tu te soigne bien) et d'augmenter la confiance (un regard dans la glace et on est de nouveau à toc ;)). J'utilise aussi un peu d'hypnose et de la méthode coué (quelle est ta phrase? Je suis curieux ;)).

J'ai aussi des croyances que j'ai intériorisé.

Par exemple dans ma nouvelle présentation je me décris leader de mes amis, les croyances qui m'ont permis d'y arriver : pour être le leader il faut : être le plus relax du groupe en toute situation, avoir beaucoup de conversation, et avoir la

plus forte réalité.

Des astuces mieux précisées dans le bouquin. ;)

J'espère que ça pourra t'aider. ;)

Alex

=====

Re:La Tarlouzerie.

Posté par Vidar - 02-08-2009 à 12:27

Oui, c'est déjà pas mal ce que tu proposes Aleas, l'intenalisation de croyances, un travail sur le BL, et le look... J'ajouterai que bosser sur le confort est un gros plus (grosso modo conceptualiser son "chez moi" et prendre le même état d'esprit et les mêmes attitudes que si nous étions chez nous). Pour BI et look, il est possible de s'inspirer d'Alphas de certains films, tels que Tyler Durden dans Fight Club ou Tom Cruise dans TopGun.

Comme mentionné plus tôt j'ai essayé de vaincre la tarlouzerie par la mise en place de mon Avatar. Avec l'aspect visuel et les modes de pensée que cela implique. Expérience extrêmement concuante, et remise en place d'une excellente dynamique (ai réussi à open plus d'une dizaine de sets en maitrisant mon aproach anxiety, en conservant un très bon BL et en assurant ma voix -qui me faisait défaut ces temps derniers-). Des questions au sujet de l'Avatar, consultez mon post dans la discussion générale de la partie séduction du forum, j'y répondrai.

Sinon j'ajouterai qu'il existe un truc pas mal de mise en dynamique. C'est d'ailleurs ça qui m'avait lancé dans une bonne démarche il y avait de cela un mois et demi le bouquin de Style, 30 jours pour séduire, qui lance véritablement une bonne démarche. Il faut toutefois avoir un peu de temps à y consacrer.

=====