

# Матрица моделирования

## ТРИГГЕР

### 1. Поддерживающие убеждения

Быстрое встраивание ФЯ очень практично, помогает решать проблемы и достигать цели прямо в процессе освоения ФЯ, позволяет осознать свои ограничения, расширяет карту и тем самым увеличивает возможности, интегрирует сознание и тело, развивает гибкость и интуицию. Упражнения просты и эффективны, естественным образом встроены в повседневную жизнь, результаты человек получает в сенсорном опыте сразу.

### 2. Контексты и ситуации

Начинается встраивание на тренинге, а затем во всех контекстах, связанных с коммуникацией (семья, работа, улица). И даже когда человек находится