



worldwide tel +64 21 555 188

julia@integrace.co.nz
www.integrace.co.nz

ユリア・クルシェヴァ

NLP マスタープラクティショナー
NZANLP会員
メディカルエレクトロニクス学士



リチャード・ボルスタットとともに来日 ユリア・クルシェヴァによるNLP（神経言語プログラミング）セッション

NLP関係者各位

私は NLP とその他のエナジー・ワークをニュージーランドのオークランドで実践しています。大学では科学を専攻し、また金融や旅行業などの経験もありますので、しっかりした科学的態度とともに、現代社会に生きる大変さもよく理解したうえで、最新のNLPテクニックを提供しています。

私のアプローチはホリスティックで統合的であり、体-こころ-スピリット（霊的側面）をひとつのものとしてあつかいます。大切なのは、みなさまがご自分の幸せと健康を自分自身で作り上げる力を得ていただくことです。

私の専門分野は

- 1) とりのぞきたい癖や行動、感情的問題（不安、おちこみ、恐怖症状、トラウマ、怒り、悲しみ、恐れ、罪悪感）、また心理的要因があるかもしれない病気（慢性疲労症候群、痛み、偏頭痛、アレルギー、喘息など）を乗り越えるお手伝いをします。
- 2) 次のことをコーチします。深くリラックスする、内面の落ち着きを取り戻す、対人関係を円滑にする、健全な自尊心、自信、ピークパフォーマンス（持っている能力を最大限に出す）を育て、保つ。

NLP（神経言語プログラミング）は、人間の實力発揮能力を研究するもので、医療、教育、自己啓発、ビジネス、そしてスポーツなどに広く応用されています。その原理は、考え方、感じ方、行動や学び方のパターンを変えることによって、**それまであまり効果的でなかった思考・行動パターンをもっと効果的なものに変える**ということです。

NLP は簡略化した認知行動療法としての効果があります。その解決指向型（ソリューション・フォーカスト）アプローチにより、従来の心理療法やカウンセリングよりもかなり短期間で、ポジティブな効果が見られることとなります。その効果は迅速で恒久的であるばかりか、私たちに本来そなわっている、自分自身で幸せを作り出し、人生を楽しむ力を取りもどさせるのです。

私は、あなたがしたいことを達成し、なりたいものになり、そしてあなたの夢をかなえるお手伝いをすることをお約束します。

日本におきましては、1時間15分のNLP セッションを1万円で提供いたします。通訳が必要な場合は別途料金となります。

お問い合わせは **tel +64 21 555 188** またはEメール **julia@integrace.co.nz**

ユリア・クルシェヴァのNLPサービスについてさらに情報を知りたい方は

www.integrace.co.nz
www.transformations.net.nz
www.nzanlp.org.nz

リサーチ：NLPが役に立つのは？

- **不安、落ち込み、恐怖症状、PTSD（外傷後ストレス症候群）**
英国の医師デイヴィッド・マス（“The Trauma Trap”-「トラウマのわな」著者）は、英国ウエスト・ミッドランド警察の警察官、その全員がロッカビーの航空機墜落などを目撃した経験のある70名に対し、NLPのトラウマ・恐怖症治療テクニックを使った経過を報告している。そのうちPTSDと診断された19名が、平均3回のセッションのあと、トラウマのフラッシュバックその他のPTSD症状が完全になくなったと報告した。そしてその効果は、2年の追跡調査の期間中持続した。このような結果は従来の心理療法ではみられなかったことである。
- **心理的要因が考えられる病気**
カナダの医師・NLPトレーナーであるダグラス・シュライヴスは、痛み、偏頭痛、アレルギー、皮膚炎、喘息、高血圧、末梢性血管障害、大腸炎、不妊、月経前症候群、関節炎、糖尿病などの病気にNLPをすすめている。
オランダの医師ユープ・デ・フェッタは、慢性疲労症候群に取り組んだ経過を報告している (Department of Medical Psychology of the Academic Hospital, Nijmegen)。12週間にわたって、簡単なNLPセッションを行った後、被験者は全員その病名を返上している。
また、デンマークでは政府の援助により、大人の喘息患者に対するNLP使用の対照実験（ヨルゲン・レント博士）が行われた。被験者は、NLPによる学習、つまり喘息のない人の脳がどのように機能するか（NLPのアレルギー治療テクニックを含む）を体験した。一年後、彼らの吸入器使用はまったくゼロとなり、肺活量は平均200ml増加した。これに対しNLPを受けなかった対照グループの肺活量は50mlさがっていた。
- **すべての分野で実力をもっと発揮する**
カナダのモントリオール大学では、NLPの記憶力アップ法（1セッション）を実施したところ、60パーセントの記憶改善が見られ、しかも、通常の記憶法と違い、記憶内容が長期間持続した。
NLPに関するリサーチはさらに次のサイトで閲覧できる。http://www.nlp.de/cgi-bin/research/nlp-rdb.cgi?action=res_entries

ユリアのクライアントより

- 「ユリアとのセッションからどれだけ素晴らしいものを得たか、言葉では言い表せません。ユリアの3回のセッションが、12年間かけて抗うつ剤、心理療法士、精神科医が治せなかったものを治してしまいました。今では私は薬を一切のまず、これまでにないくらいいい気分です。いま初めて、自分の将来に希望を持ち、何でもできるというパワーにあふれています。」ブリジット・エリス（オークランド、秘書）
- 「NLPのアレルギー治療テクニックを受けるまでは、私はカフェインに激しいアレルギーを持っていました。カップ半分でも飲むと、腹痛で起き上がれないほどでした。アレルギー治療テクニックを受けてからは、コーヒーはまったく無害となってしまいました。」ジェサミン・マセスン（ロンドン、科学修士、メディカル・インフォマティクス誌）
- 「ユリアは暖かく思いやりのある方で、私の個人的な悩みをたくさん、解決するのを助けてくれました。柑橘系の果物のアレルギーさえももう昔話です！」ヘレン（オークランド、主婦）
- 「ユリアとリチャードとのNLPトレーニングの間、私はなかなかリラックスできず、習っているテクニックを自分でやれるという自信がもてずにいました。そこでユリアが私を脇に連れて行き、私には信じられない素晴らしいテクニックを私に対して行ってくださいました。それからは自分にパワーが備わった感じ、いまでもその感じは続いています。ロズ・ビンガム（ニュージーランド、助産婦）
- 「私は人前で話すことやプレゼンテーションを行うことに強い恐怖を感じていましたので、ユリアのセッションを受けました。たった3回のセッションのあと、変化は歴然としていました。職場でのプレゼンテーションの際は自信とリラックス感を感じ、それ以来実力発揮を続けています。ユリアはそのすばらしく思いやりのあるやさしい態度で即座に私をリラックスさせてくれました。ユリアとのセッションの体験は本当に意義のあるもので、NLPで自分の人生にプラスの変化をもたらしたいと思っている人にはぜひ、彼女を推薦します。」エヴェリン（オークランド）



worldwide tel **+64 21 555 188**

julia@integrace.co.nz
www.integrace.co.nz

Julia Kurusheva

NLP Master Practitioner
Member of the NZANLP
B.Sc. Medical Electronics



Introducing a New Service during Richard Bolstad's Trainings in Japan - Neuro Linguistic Programming (NLP) Sessions with Julia Kurusheva

Dear NLP Student

I am an NLP and energy work practitioner working in private practice in Auckland, New Zealand. With a science degree and a varied background in the finance and travel industries, I combine sound scientific sense, good understanding of the pressures of corporate life, and the leading edge NLP change techniques.

My approach is **holistic** and **integrative** attending to the body-mind-spirit system as one. The focus is on empowering people to take responsibility for their own happiness and wellbeing.

I specialise in helping people overcome unwanted behaviours/ habits, emotional challenges (anxiety, depression, phobias, trauma, anger, sadness, fear, guilt) and medical conditions where a psychogenic factor is suspected (chronic fatigue syndrome, pain, migraine, allergies, asthma, etc.); coaching people how to relax deeply, create inner peace, harmonise relationships, develop and maintain high self esteem, confidence, and peak performance.

NLP, or Neuro Linguistic Programming, is the study of human excellence and is used in healthcare, education, personal development, business, and sports. It works by **transforming ineffective thinking and behavioural patterns into useful ones** by changing the way we think, feel, behave, and learn. NLP functions as a brief Cognitive Behavioural Therapy. Its **solution focused** approach enables people to achieve **positive results** in a much **shorter timeframe** than in some of the traditional modalities of psychotherapy or counselling. These results not only produce quick and long-lasting changes, but also return to people their inherent power to create happiness and enjoy their lives.

My commitment to you is to assist and encourage you to be and do whatever you choose for yourself so that you achieve your dreams.

While in Japan, I am offering 1hr 15min NLP sessions at 10,000 Yen. An interpreter, where necessary, will be at additional cost.

I can be contacted on **tel +64 21 555 188** or via email **julia@integrace.co.nz**.

Further information

www.integrace.co.nz

www.transformations.net.nz

www.nzanlp.org.nz

RESEARCH - What conditions can NLP help with?

http://www.nlp.de/cgi-bin/research/nlp-rdb.cgi?action=res_entries

An extensive catalogue of NLP research includes studies showing that NLP processes can increase memory by 61% or eliminate the problems of post traumatic stress disorder in one session, etc.

- **Anxiety, depression, phobias, and post-traumatic stress disorder.** British G.P. Dr David Muss (author of "The Trauma Trap") reported on his use of the NLP phobia trauma cure with 70 members of the British West Midlands Police Force, all of whom had witnessed major disasters such as the Lockerbie air crash. 19, qualified as having PTSD, reported that after an average of 3 sessions they were completely free of intrusive memories and other PTSD symptoms, and gains were sustained over up to 2 years of follow-up. This kind of success is almost unprecedented in the field of psychotherapy.
- **Medical conditions where the G.P. suspects a significant psychogenic factor.** Dr Douglas Shrives, a G.P. and NLP Trainer in Canada, recommends NLP for such medical disorders as pain, migraine, allergies, dermatitis, asthma, hypertension, peripheral vascular disease, colitis, infertility, PMS, arthritis and diabetes. Dutch G.P. Dr Joop de Vette reported on his work with Chronic Fatigue Syndrome (Department of Medical Psychology of the Academic Hospital, Nijmegen). After brief NLP interventions spaced over 12 weeks, all subjects were no longer diagnosable with CFS.
- With Danish government support a controlled research study was conducted on the use of NLP with adult **asthma** (Dr Jorgen Lund). The control group participants were taken through NLP processes to teach their brain how to respond the way a healthy person's brain responds (incl. using the one session **allergy** cure). A year later their use of inhalers had dropped to zero and the lung capacity had risen by an average of 200ml. The lung capacity of the control group without NLP decreased by 50ml.

Some examples of Julia's work -

- "It is hard to put into words how much I have benefited from working with Julia except to say that three sessions with her have achieved what 12 years of antidepressants, psychologists and psychiatrists couldn't. I am now free of medication and have never felt better. For the first time I feel excited about the future and empowered to put my mind to anything." *Brigitte Ellis, PA, Auckland*
- "Before the NLP allergy cure I had such a strong reaction to caffeine - half a cup and I would be wracked with tummy cramps. Since the allergy cure coffee seems to have no adverse effects at all". *Jessamine Matheson, MSc Medical Informatics, London*
- "Warm and caring, Julia helped me to overcome many personal obstacles. Even my allergy to citrus fruit is now a distant memory!" *Helen, full-time Mum, Auckland*
- "During my NLP training with Julia and Richard, I was having difficulty relaxing and being able to trust my mind to visualise and practise the techniques we were being taught. Julia took me aside and guided me through an amazing process that I was beginning to think was impossible for me. Afterwards I felt (and still feel) empowered." *Ros Bingham, Midwife, NZ*
- "I went to see Julia to work through an intense fear of public speaking and doing presentations to groups. In just three sessions with Julia, the change was very noticeable. I felt more empowered and relaxed during my presentations at work and I have been going from strength to strength ever since. Julia put me at ease straight away and has a wonderful caring and gentle manner. My experience with Julia was extremely enriching and I would highly recommend her to anyone wanting to make positive changes in their lives through NLP." *Evelyn, Auckland*