ЯРОСЛАВА ЛИМ

ОБИДОМАНИЯ, ИЛИ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ОБИД

Ярослава Лим

Обидомания, или Зависимость от обид

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28745612
ISBN 9785449023070

Аннотация

Обидомания, или зависимость от обид, в последние 15 лет активно исследуется психотерапевтами и психологами, потому что примерно 1—2 процента населения страдает от постоянного чувства обиды. Откуда это берется? Как бороться?

Содержание

Введение 5
Пример 6
Конец ознакомительного фрагмента. 7

Обидомания, или Зависимость от обид

Ярослава Лим

© Ярослава Лим, 2018

ISBN 978-5-4490-2307-0
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Обидомания или зависимость от обид в последние 15 лет активно исследуется психотерапевтами и психологами, потому что примерно 1—2 процента населения страдают от постоянного чувства обиды.

Психологи утверждают, что наличие обид свидетельствует о нелюбви к себе, о неуверенности в своих силах и заниженной самооценке.

Постоянное чувство обиды очень отрицательно сказывается на состоянии здоровья.

Как правило, у хронической обидчивости ноги растут из детства: сначала, будучи детьми, они обижаются на родителей, а потом на всех вокруг.

Пример

Ко мне на дачу в эти выходные в гости приехала моя знакомая со своим шестилетним внуком. Мальчика я увидела впервые. Мои первые впечатления: спокойный, развитый не по годам, он уже имеет свое мнение и не боится его утверждать. Но, при любом несогласии с его мнением, у ребенка наворачиваются слезы, он сразу замыкается и чувствует себя несчастным.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.