

АРТЕМ ТОЛОКОНИН



Ревность  
в отношениях

# Артем Толоконин

## Ревность в отношениях

### Серия «Лекторий Артема Толоконина»

*Текст предоставлен правообладателем*  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=48800280](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48800280)

#### **Аннотация**

– Доктор, я ревную – это мешает нам жить. – Доктор, партнер измучил меня ревностью! Ревность изводит вас, заставляет бояться. Не волнуйтесь, вы в порядке: страх перед разрушительными обстоятельствами преследует многих. Но вы беретесь за эту книгу, а значит, готовы разобраться с проблемой – и сможете. Врач-психотерапевт и сексолог Артем Толоконин научит вас доверять партнеру. Он подскажет, как найти точку опоры в любви, справиться с внутренним одиночеством и незрелостью, отстоять свои границы и сберечь хрупкое равновесие в паре. Вы узнаете, как ревность связана с опытом родителей и вашими переживаниями в подростковом возрасте, а главное – получите инструменты, которые закроют многие гештальты.

# Артем Толоконин

## Ревность в отношениях

*«Как быть, если я испытываю это чувство в отношениях?»*

Изводящее и навязчивое чувство, мощно врывающееся в сознание и создающее ощущение страха и угрозы, которые оно в себе заключает, чаще всего необоснованно. Зачастую ревность абсолютно надумана и свидетельствует о том, что человек, который её испытывает, ещё незрел. Ревнивец, как правило, находится в той стадии развития, когда он может испытывать удовольствие от жизни и принимать жизнь во всех её проявлениях. В таком состоянии внутри живёт страх, что может произойти измена, и эта боль может разрушить смысл всей жизни.

Если вы ревнуете, скорее всего, этой программе вас кто – то научил. Очень часто такой опыт достаётся от родителей либо от бабушек – дедушек, в отношениях которых измены имели место. А может быть, и в вашей жизни, например, в подростковом возрасте были трагичные взаимоотношения, на которых вы застряли эмоционально, и этот сценарий, эта боль, которую вы не отработали, до сих пор будоражат сознание, даже если с момента событий прошло 10–15 лет, и вы уже давно состоите в других отношениях.

Предошущение того, что *всё может повториться*

# 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.