Ðàññòàòüñÿ òàê è íå ïîëó÷èëîñü

Àâòîð ×óäåñà Íàòàëüÿ

Èðèíà 10.01

ÂÎÏÐÎÑ

Ñëó÷àéíî íàøëà âàø àäðåñ íà êàêîì-òî ñàéòå. Âû ìîæåòå îêàçàòü ìíå ïñèõîëîãè÷åñêóþ ïîìîùü?

Ìîæåò òî, ÷òî ÿ ñåé÷àñ ðàñññêàæó ïîêàæåòñÿ ñòðàííûì, à ïðîáëåìà íå çíà÷èòåëüíîé, íî ìåíÿ ýòà ñèòóàöèÿ èçìîòàëà äàëüøå íåêóä

ß âñòðå÷àþñü ñ æåíàòûì ìóæ÷èíîé îêîëî ãîäà. Êîíå÷íî çà âñå ýòî âðåìÿ ÿ ïåðåæèëà è çâîíêè åãî æåíû è èñòåðèê â òðóáêó è óãð
îçâó÷èë ìíå ýòî... ìíå ñòàëî ïëîõî...

ß ñòàëà òàê ñèëüíî ïåðåæèâàòü, ìåíÿ òðÿñåò, ëèõîðàäèò... ïîñòîÿííûé îçíîá, ìåíÿ òîøíèò è ÿ ïåðåñòàëà ïðèíèìàòü ïèùó âîîáùå!!! Â
ìîãëà - â ìåíÿ íå ëåçåò. Ïûòàëàñü íàñèëüíî ñåáÿ çàñòàâèòü ïîåñòü, íî âñå (èçâèíèòå) ëåçåò îáðàòíî. Ìåíÿ òîøíèò äàæå îò çàïàõîâ.

Êàê òîëüêî ÿ ñåáÿ íå óñïîêàèâàëà è ÷òî ëþäè ðàçâîäÿòüñÿ - òàê áûâàåò. È ÷òî äåòåé è æåíó îí íå áðîñèò, ïîòîìó ÷òî ëþáèò è áóä
ñâÿçëàñü íà ñâîþ ãîëîâó è ñàìà âèíîâàòà) Ýòî î÷åíü âëàñòíûé ÷åëîâåê è îäíàæäû îí óæå ïûòàëñÿ ëèøèòü ìåíÿ ðàáîòû è ïðèåæà
òàêè îáúÿâèò âñåì î ñâîåì ðåøåíèè ÿ âîîáùå ïðäñòàâèòü íå ïîãó.

Ó ìåíÿ î÷åíü ìíîãî ðàáîòû è îíà ìíå î÷åíü íðàâèòüñÿ, ÿ ñåé÷àñ ïûòàþñü ñ ãîëîâîé óéòè â íåå, íî íè÷åãî íå ïîìîãàåò. Ðóêè òðÿñóòüñÿ,

Ïîæàëóéñòà ïîìîãèòå ìíå!!! Ìíå êàæåòñÿ åùå íåìíîãî è ÿ ñ óìà ñîéäó! Êàê ìíå óñïîêîèòüñÿ? ß ïîíèìàþ ÷òî ñàìà ñ ïðîáëåìîé ñïðàâèòüñÿ

Î÷åíü æäó îòâåòà.

ÎÒÂÅÒ

Ñèòóàöèÿ ó Âàñ íå ïðîñòàÿ, è çäåñü âûáîð äåëàåò ÷åëîâåê ñàì íàñêîëüêî ïðèåìëåìà ïîäîáíàÿ ñèòóàöèÿ äëÿ íåãî â äàííûé ìîìåíò â
ìîæåò â êàêîé-òî ìîìåíò áûòü ñ äðóãîé æåíùèíîé, ÷òî òû ÿâëÿåøüñÿ ÄÐÓÃÎÉ, êàê áû îí íå óâåðÿë â îáðàòíîì…

Äóìàþ, âàì ïðèøëîñü ïåðåæèòü íå ëåãêèé ãîä.

Íàñêîëüêî ÿ ïîíÿëà èç âàøåãî ïèñüìà, âàñ ìó÷àåò, ÷òî èìåííî âû ñòàëè ïðè÷èíîé ðàçâîäà è òåì ñàìûì ÿêîáû ñòðîèòå ñâîå ñ÷àñòüå íà
Åñëè èìåííî òàê, òî ìîãó âàñ óâåðèòü íè î êàêîì ñ÷àñòüå òàì ðå÷è áûòü íå ìîæåò. Äåéñòâèòåëüíî ñ÷àñòëèâûé è óäà÷íûé áðàê íå
ñ÷àñòëèâ ãäå-òî åùå. È åñëè ýòî ãäå-òî – ýòî âû, òåì ëó÷øå äëÿ íåãî è äëÿ âàñ- Âû óæå íàøëè äðóã äðóãà!

Îí âåäü ðàçâîäèòüñÿ íå ïîòîìó, ÷òî õî÷åò ñäåëàòü íåñ÷àñòëèâîé ñâîèõ äåòåé è áûâøóþ æåíó. Îí õî÷åò ñ÷àñòüÿ äëÿ ñåáÿ, à íàøåé

Åãî îòåö ðàíî èëè ïîçäíî ïîéìåò åãî è âàñ èëè óæ íå áóäåò ìåøàòü âàì. Îïÿòü æå îòâåòñòâåííîñòü çà òî, ÷òî ïàïà íå áóäåò âìåøèâà
çäðàâîìûñëÿùèé ÷åëîâåê íå áóäåò æåëàòü äîïîëíèòåëüíûõ òðóäíîñòåé ñâîåìó áëèçêîìó ÷åëîâåêó.

Âû, Èðèíà, î÷åíü ÷óâñòâèòåëüíûé ÷åëîâåê è ïîõîæå ñêêîíîû âñþ îòâåòñòâåííîñòü çà âñå ïðîèñõîäÿùåå âîêðóã áðàòü íà ñåáÿ. Îí
ñîîñíáíû âëèÿòü òàêèì îáðàçîì, ÷òî áû òàê íàêàçûâàòü ñåáÿ, êàê ýòî ñåé÷àñ äåëàåòå âû, ëèøàÿ ñåáÿ ïèùè, ñíà è ò.ï.

Ñåé÷àñ ïîïðîáóéòå âçãëÿíóòü íà ñèòóàöèþ ñî ñòîðîíû. Âîçìîæíî ýòîò ñëîæíûé ïåðèîä â âàøåé æèçíè âàì ïðèõîäèòüñÿ ïåðåæèòü íà

Âàøè ïåðåæèâàíèÿ è ñâÿçàííûå ñ ýòèì íàðóøåíèÿ ïèòàíèÿ , ñíà ìîãëè áû íåñêîëüêî óìåíüøèòü:

1.ïðîãóëêè íà ñâåæåì âîçäóõå

2.ôèçè÷åñêèå óïðàæíåíèÿ

3.âèòàìèíû, Âàëåðèàíà èëè Äåïðèì(òàáëåòêè).

4.Ñîëÿðèé

5.ïîõîä ê ïñèõîëîãó, ïñèõîòåðàïåâòó èëè ïîäóãàì.

Âñåãî âàì äîáðîãî, Èðèíà. Âåðüòå â ñåáÿ, âû äîñòîéíû áûòü ñ÷àñòëèâîé!

Ñ óâàæåíèåì, Íàòàëèÿ.