

ЗАВИСИМОСТЬ ОТ

ОТНОШЕНИЙ:

*Просто знай
что я тебя
люблю*

«ЛЮБОВЬ ЛИ



»

**СТРАДАНИЯ – ЭТО НЕ ЛЮБОВЬ
ЛЮБОВЬ – ЭТО КОГДА ЛЕГКО**



Чем зависимые отношения отличаются от здоровых?



ЗАВИСИМОСТЬ В ОТНОШЕНИЯХ - ЭТО:

**«Я НЕ МОГУ БЫТЬ
В ОДИНОЧЕСТВЕ»**

**Стремление во что бы то ни
стало находиться в любовных
(партнёрских, дружеских)
отношениях**

**Отношения становятся
главенствующими в жизни, на
вторые планы уходят:
самореализация, карьера,
творчество**

**«ТЫ - ЭТО ВСЁ, ЧТО У МЕНЯ
ЕСТЬ»,**

ИЛИ:

**«ДО ТЕБЯ Я КАК БУДТО НЕ
ЖИЛ»**

**Ради объекта любви делаются
рискованные поступки, объекту
любви отдаётся всё; собственные
желания и потребности не
удовлетворяются.**

**«ВСЁ РАДИ ТЕБЯ.
МНЕ САМОМУ
НИЧЕГО НЕ
НУЖНО»**

**Стремление всецело принадлежать
своему партнёру, собственная жизнь
как будто становится менее ценной
по сравнению с жизнью партнёра**

Повышенная тревожность во время



**Мысли о том, что кроме как со своим партнёром больше ни с кем не получится находиться в отношениях;
вследствие чего страх разрыва**

Чувство обиды, унижения в отношениях.

Как бы ни было плохо в отношениях, зависимый человек их не прерывает, продолжает «любить во имя»



«ЛЮБЛЮ ТЕБЯ ЗА ТО, ЧТО
ТЫ
ДЕЛАЕШЬ МНЕ БОЛЬНО,
ТАК КАК ИНОЙ ЛЮБВИ
Я НЕ ЗНАЮ И НЕ

**Личные границы в таких
отношениях нарушены;
стремление всё знать о
планах, мыслях своего
партнёра**

**«ПАРТНЁР ЗАМЕНЯЕТ
ВАМ РОДИТЕЛЯ»**

ПРИЧИНЫ:

ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ОТНОШЕНИЙ

формируется у людей, которым в детстве не хватало родителей: их внимания, заботы, ласки.



В отношениях люди становятся пустыми и безучастными к собственной судьбе, их волнует только личность и желания партнёра, «любимого» им человека. На кону могут стоять: карьера, профессия, дети, но зависимый человек не может прервать отношения с партнёром.

Как правило, чаще всего, в этих отношениях зависимый не получает ни любви, ни счастья, ни позитивных эмоций, ведь партнёр выбирается по типу родителя, который в детстве обижал, игнорировал или вёл себя агрессивно. Люди чувствуют обиду, унижение, тревогу, но не прерывают отношения, так как партнёр «поставляет» им чувства из детства, он как бы «дилер» поставляющий этот эмоциональный наркотик....

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**