

АНЖЕЛИКА АНДРИАНОВА

Психология в вопросах и ответах



Анжелика Андрианова
Психология в вопросах
и ответах. Из опыта
консультирования

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=37396832

ISBN 9785449338419

Аннотация

Книга предназначена для тех, кто хочет изменить свою жизнь самостоятельно. В книгу включены ответы практикующего психолога, которые помогут разрешить жизненные проблемы.

Содержание

Толкование сна	6
На протяжении 10 лет мучают сны с пауками...	6
Вопрос	7
Ответ	8
Что означает сон про подарок от покойной мамы?	10
Вопрос	11
ответ	12
Сон: поцелуй с парнем, который раньше нравился, но сейчас – нет	13
Вопрос	14
ответ	16
Хладнокровно убивал во сне	17
Вопрос	18
ответ	20
Меня беспокоит сон, который приснился 6 лет назад перед похоронами отца	22
Вопрос	23
ответ	24
Депрессия и и навязчивые мысли	26
Беспокоят навязчивые мысли, когда я выхожу из дома	26

Вопрос	27
ответ	29
Новых открытий и вдохновения! Как избавиться от отсутствия мотивации и силы воли, апатии, меланхолии, депрессии?	31
Вопрос	32
Конец ознакомительного фрагмента.	35

**Психология в
вопросах и ответах
Из опыта
консультирования**

Анжелика Андрианова

© Анжелика Андрианова, 2018

ISBN 978-5-4493-3841-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Толкование сна

**На протяжении 10 лет
мучают сны с пауками...**

Вопрос

Здравствуйте, меня зовут Мария. Замужем. На протяжении более 10 лет меня мучают сны с пауками. Это происходит приблизительно в одно и то же время где то после трех часов сна, я открываю глаза и мне повсюду мерещатся пауки. Я встаю с постели включаю свет сначала осматриваю все, затем засыпаю. Родные серьезно беспокоились за меня (даже предлагали по креститься в церкви). Мой муж первое время очень пугался моих криков ночью. Пауков я не боюсь, но почему то во сне они вселяют в меня ужас. Как мне казалась серьезных психологических травм в детстве не было. С чем они ассоциируются я не понимаю. Сначала думала что сны снятся после какого либо потрясения, но перед этими снами таких не было. Бывает месяца два снятся обычные сны, и затем опять на протяжении нескольких дней кошмары. Конечно с возрастом их становится меньше и я стала забывать что встаю ночь. Может это сомнамбулизм. Но я прекрасно помню что я видела, и помню что ощущала страх. В общем переживаю что это может как то отразится на моем здоровье в старости (ну к примеру шизофрения, либо что то подобное). Или мне просто стоит не обращать на это внимание. Автор вопроса: Мария Возраст: 24

Ответ

Здравствуй, Мария Сон – это разговор подсознания (интуиции) с человеком. Паук – это образ страха. Страх можно рассмотреть как чувство, которое считается базовым инстинктом человека. Его роль в жизни человека – это спастись от опасности. Если страх помогает, то следует просто знать о его присутствии. Если страх мешает жить, то предлагается много вариантов в психологии, чтобы его победить. Одним из способов – это идти на страх. Только в у этого способа есть побочный эффект в том, что побежденный страх начнет управлять человеком из исподтишка, то есть незаметно для самого человека. Страх можно рассмотреть как следствие восприятия мира. Тогда страх будет являться показателем понимания и осознания какой-то темы или сферы человека. Чем больше страх, тем меньше осознания у человека.

Страх – это созданное чувство с детства, которое формируется от родительских запретов. Обычно родители используют выражения: нельзя трогать (брать и так далее), не лезь, не бери. а есть еще выражения запрета с угрозами: не трогай, а то дядя будет ругаться. Раз это созданное чувство, то его можно и убрать выражением: но разрешаю себе... (далее по теме). Понаблюдайте, сны с пауками тебе снятся после определенных дневных ситуаций. Эти сны подсказывают

темы, которые необходимо осознать для дальнейшей жизни, что бы изменить свою жизнь к лучшему.

Удачи!

**Что означает сон про
подарок от покойной мамы?**

Вопрос

Мама давно умерла, в 1999 году (ей было 55 лет) Редко снится, очень редко. Вчера она мне приснилась и сон был очень явный и четкий. Она мне сказал, Что то я тебе давно не дарили подарков и подарила серьги и кольцо. Не помню серебро или золото – но камень в серьгах и кольцо был красный с черными прожилками. Чем то напоминает кораллы, но там черных прожилок нет. Вообще непонятный сон с мамой, причем когда она дарила мне этот подарок она кажется улыбалась (точно не помню). В том же сне снились мои другие родственники брат и друзья (очень давние) и мы все собрались ехать на лифте, точнее уже ехали (очень очень высоко типа 89 этажей). Я боюсь высоты и мне было очень страшно, и под конец лифт оборвался и каким то образом перевернулся и мы все стали падать из него... Понимаю что сны могут ничего не значить, но хотелось бы как то их понять. У меня сейчас не самый легкий период в жизни и происходят изменения в отношениях в семье, возможно это как то влияет на мои сны. Спасибо большое заранее, за то что прочитали. Автор вопроса: Marta Возраст: 51

ОТВЕТ

Здравствуйте, Марта. Ваш сон предупреждает о будущей неприятности, которая может произойти, которая связана с вами и с вашими родственниками. У вас проявилась способность узнать свое будущее, через сон. Сон предупреждает о неприятности, но результат этой неприятности неизвестен. Значит есть время изменить и повлиять на результат будущей ситуации. Существуют разные техники работы со сном, вы можете выбрать ту, которая вам понравится. Могу предложить такую работу:

1. Закрывать глаза и вспомнить сон, скорее те ощущения, которые остались после этого сна.

2. Представить, что вы подставляете себе и родственникам опору под ноги.

3. Понаблюдать за своими ощущениями, если стало спокойно на душе, то благодарить себя и пожелать всем мира и добра. Если ощущения остались старые, то необходимо представлять разную опору (земля, стол, песок и так далее) пока не почувствуете спокойствие, а далее как писала раньше. Через сон разговаривает наше подсознание с нами, а значит поняв его можно повлиять на свое будущее.

Удачи!

**Сон: поцелуй с парнем, который
раньше нравился, но сейчас – нет**

Вопрос

Начинается сон довольно странно: я засовываю свою кошку в рюкзак и тащу в университет. Но суть не в этом. Там я встречаю какого-то парня, которого почему-то зовут как моего однокурсника- Степаном, хотя голос и внешность во все не как у него. Затем он провожает меня домой и заходит ко мне. По дороге к дому мы с ним мило беседуем, хотя в жизни не очень общаемся. Но во сне, как я и говорила, это был вовсе, по внешности, голосу, и даже характеру- не Степан- а какой-то другой парень, хотя называя его так я действительно подразумевала, что это мой однокурсник. Вот мы дома. Затем я вдруг хочу его поцеловать, и во сне я как бы могла управлять своими желаниями до этого момента, после я уже не могла контролировать. Ну вот я его неожиданно целую, но он сначала пытается увильнуть но затем продолжает. Кошка нас отвлекает, и мы приостанавливаемся. Затем он сам уже подходит и целует меня, по своему желанию. Но тут он учит меня целоваться. Я не скажу что опытная, так как, довольно пухлая, поэтому это было немного обидно, но я никогда не считала себя мастером. Парня у меня не было. Сон скорее неприятный из-за поцелуя. Ведь он учит меня целовать и это неприятно. Дело ещё в том, что раньше Степан (именно Степан, а не тот неизвестный парень, которого я назвала Степаном) раньше мне нравился, но сейчас уже нет. Я

ему не нравилась и по сей день не нравлюсь. Но во сне он делает иные намеки- мило беседуя со мной, но при этом не готовый к поцелую. Внешность парня, наверное образ собирательный, т. к. раньше я его не встречала. Но голос так сказать в моем плане идеал. В жизни Степан- не очень хорош собой- курит, иногда пьёт, немного бабник, хотя не очень симпатичный, и голос неприятный, но все же чем-то пригляделся мне когда-то. А во сне тот парень был даже очень симпатичен, и голос приятен, как я и говорила. Оставляет сон двусмысленное впечатление: с одной стороны- мерзкое из-за поцелуя, и то как проявил себя тот парень, когда учил целовать, делая замечания (это все таки немного не тактично), с другой стороны- странно что мне вообще он мог присниться, сейчас лето мы с ним вообще не пересекаемся. Но сон не даёт покоя. Что это может значить? Автор вопроса: Юлиана Возраст: 20

ОТВЕТ

Здравствуй, Юлиана Когда сон запоминается, значит он несет очень важную информацию для человека. Бывают сны, которые говорят напрямую, а есть, которые передают информацию образно. Твой сон передал информацию образно: парень – это символ идеи, замысла, поцелуй – это символ приятного и прекрасного, целого.

Суть в том, что ты не принимаешь свои прошлые идеи и замыслы, то есть находишь в них изъяны и считаешь, что можно было сделать лучше. Такое отношение к прошлым своим идеям не дает силы для рождения новых идей и развития. тогда все события жизни будут проходить по кругу и повторяться, только со сменой декораций и людей, как актеров.

По сути будет «день сурка» (есть такой фильм, который показывает развитие событий такого стиля) Для дальнейшего духовного развития необходимо принять свое прошлое (свои идеи и замыслы), то есть посмотреть на них с точки зрения, что они были реализованы идеально на тот момент и дали много нового и интересного для будущего
удачи в решении своих духовных задач!

Хладнокровно убивал во сне

Вопрос

Приснился сон, где вся семья собралась вместе из-за угрозы, в каком-то крытом помещении с длинными столами и лавочками недалеко от леса, очень много народу и пытались укрыться от убийцы, но это не помогло в нас начали стрелять из снайперки причём снайпер просто дергал за ниточку, а так как мы тоже было вооружёны, начали стрелять в ответ, но там никого не оказалось. И как в кино типа увидел как они стоят за деревом и дёргают нить которая привязана к курку винтовки, там было где-то пять парней и одна светловолосая девушка с короткими кучерявыми волосам. Потом ну уже типа в контексте сна до меня дошло, что это кто то из своих а с нами были не только родственники но и типа друзья, я вычислил кого не было вовремя пальбы и тут началась настоящая жара. Я хладнокровно убил всех кроме одного участника так как выяснилось что эта типа дальняя сестра, а с ней поговорил, объяснил, что семья важней всего и я ее прощаю и вынудил сдать оставшихся заговорщиков и тоже их убил!!!! Я знаю что это может быть важно ещё там ещё до того как мы собрались все в одном месте мы долго все собирались и так родственники живут по всей стране приезжали на машинах кто как. И был ещё момент когда одна из сестёр (не та которая участвовала в заговоре) что то искала и зачем-то улетела на вертолете и ее искал в итоге там

все нашли и собрать в том помещении которое я описал ранее. Хотел бы получить толкования этого сна. Автор вопроса: Garri Возраст: 24

ОТВЕТ

Здравствуй, Gam Сон – это разновидность общения подсознания с человеком, это способ передачи важной информации для жизни. Dj сне проходит ярко выраженное уничтожение родственников. Родственники – это род, что дано изначально для развития, так скажем основа или платформа. Другими словами можно сказать, что вы рубите сук на котором сидите. Как дерево не может существовать без корней, так человек не может развиваться без рода. На данный момент подсознание сообщает, что вы идете против своего рода, не просто не принимаете, а отвергаете его.

Это проявляется отношением к своим родственникам и к своим действиям и поступкам. Отвержение проявляется в: критике, осуждении, отрицательной оценке, высмеивании, в постоянном контроле и так далее. Это ни плохо и ни хорошо, просто это такой механизм взаимодействия с родом, который раньше помогал. А сейчас пришло время его изменить и об этом вам говорит подсознание через сон. Позвольте себе принять род и свои действия и поступки.

Принятие – это процесс, который состоит из нескольких этапов:

1. Признать, что это есть на данный момент.
2. Увидеть причину этого.
3. Понять что это может быть как хорошо так и плохо.

4. Расширить представление этого.
Удачи в изменении своего будущего!

**Меня беспокоит сон, который
приснился 6 лет назад
перед похоронами отца**

Вопрос

Здравствуйтесь, меня зовут Максим. Меня беспокоит один вопрос, вернее это даже не совсем вопрос. Сон, который мне приснился шесть лет назад, связанный с одной трагедией. Шесть лет назад у меня умер отец. В ночь перед его похоронами мне снился сон, в котором я приехал от куда та издалека, захожу домой, а в моём доме много много незнакомых мне родственников, детей, все веселятся. Неожиданно из толпы людей ко мне подходят двое, они мне рассказывают, что очень давно меня знают, что я очень нравлюсь их дочери, что они из города Владимира. Внезапно я узнаю что мои родственники готовятся к моей свадьбе. И действительно, я сам оказываюсь на своей свадьбе. На данный момент я не женат, и во Владимире у меня нет знакомых. Беспокоят меня несколько вещей. Во первых среди всех родственников я видел своего отца, который прошёл мимо, стал смотреть в окно и что-то мне рассказывать. После того как я проснулся не лиц родственников и что мне говорил отец я помнил. Во вторых лица невесты я тоже не помнил, запомнил только кулон на ее шее. И в третьих недавно мне приснился точно такой же сон, и также я нечего не вспомнил на следующее утро. Заранее спасибо. Автор вопроса: Максим Возраст: 26

ОТВЕТ

Здравствуй Максим. Сон это разговор подсознания с человеком. В вашем случае – это сон предупреждающий о событиях, которые меняют вашу жизнь. В подсознании нет деления на хорошее и плохое. Если приснился предупреждающий сон, значит у человека есть время и силы что-то изменить в своем будущем. Дальше зависит от самого человека будет ли он этим заниматься. Очень важны ощущения, которые остаются после сна, они подсказывают направления события для человека: положительное или негативное.

Если ощущения остались беспокойные, то может произойти негативная ситуация.

Если ощущения приятные – положительная. Для того, чтобы точнее расшифровать сон, потребуется перед следующим сном задать себе вопрос (возможно несколько раз его себе повторить или даже в слух проговорить): как узнать (понять) точнее увиденный сон или я увижу расшифровку данного сна, или подсознание покажи более понятней.

Сформулируйте запрос как вам ближе или как вам нравится. Приснится сон, который вам подскажет или объяснит более ранний сон и главное, что вы будете готовы для восприятия такого сна, что даст вам уверенность в правильном понимании полученной информации. Сны – это другая грань восприятия мира.

Удачи в познании!

Депрессия и навязчивые мысли

**Беспокоят навязчивые мысли,
когда я выхожу из дома**

Вопрос

Здравствуйте! Мне 22 года. Не замужем, деток нет. Начну свою историю с далека 4 года назад я уехала из родного города, учиться. Смена места, стрессы и я резко пополнила на 16 кг. (которые и по сей день никуда не делись, хотя я и спортом занимаюсь, вес всегда на одном и том же месте он даже не двигается, такое ощущение что он защищает тело от чего то). Хотя до этого я всегда была очень стройной девушкой, затем пошло все по наклонной учиться стало трудно (в школе я училась очень хорошо, была активной девочкой), со временем я совсем потеряла интерес ходить в ВУЗ, не гуляла как раньше, и в итоге очень замкнулась в себе. Замкнулась так что мне ничего не хочется, мне комфортно дома и больше ничего не надо (я сама понимаю что мне этот образ жизни не очень уж нравится)! Я понимала что надо все менять, и тут в феврале произошел случай со мной: я была на даче и мне там стало плохо (тошнило, мутило, я дрожала как желе, и не спала потому всю ночь). Вот после этой ситуации пошло совсем все не так, как хотелось бы. Всегда когда я выхожу куда то из дома, не важно куда магазин ли это, или в гости, или куда то еще, сначала меня настигает мысль, а не станет ли мне плохо, не затошнит ли, а если я уже пришла куда то от этих мыслей уже начинаются действия, меня начинает тошнить, дико болеть живот. Еще появляется чув-

ство стыда, или того что я опозорюсь если мне станет плохо. Что никто не сможет помочь. Но стоит вернуться домой как мне становится легче. Боюсь уже куда либо идти. понимаю что это не нормально. Я не могу понять что послужило причиной образования данного страха или блока. Блоков у меня много, та же проблема с не уходящим лишнем весом. Мне из за такого веса идти на встречу одноклассников даже стыдно. Все эти блоки и страхи начали появляться в 2012 году когда я заканчивала школу. Тогда я не понимала, да и не замечала что меняется что то, но видимо со временем все такросло в большую кучу что это уже стало трудно не замечать. Хотя есть еще одно место де данная проблема меня не настигает это родительский дом, в нем я чувствую себя спокойно и как бы под защитой. Подскажите что это и как избавиться от этого. Благодарю! Автор вопроса: Алёна Возраст: 22

ОТВЕТ

Здравствуй, Алена Человек – это творческое создание. В нем заложено созидание прекрасного. Процессы воспитания и обучения вносят свои коррективы в развитие человека. Сами процессы воспитания и обучения сосредотачивают внимание на повторении чего-то или за кем-то и лишь малая доля уделяется самому творчеству. Когда человек только творит, тогда он создает шедевры, аналогов которых в мире нет. Проявление творчества у человека не зависит от возраста, пола, национальности, взглядов и убеждений. Человеку не нужны правила создания и образцы. Все знания он применяет в своей жизни. Такой человек легко меняется, любит перемены, любит путешествовать. много друзей и знакомых. В обществе таких людей называют гениями, светилами науки и так далее. Когда человек в своем творчестве использует примеры и правила, то он хорошо учится, быстро вникает в суть дела, активный в рамках своих знаний.

Все полученные знания он применяет по стандарту и не переносит в жизнь. Человек научается жить по определенному примеру и новое принимает не сразу и не все, только в тех случаях, когда в новом есть что-то похожее на его старые схемы. Человек окрыленный успехом удачного повторения за примером часто решается сделать перемены в своей жизни. Если в новом человек находит образцы,

которые он уже знает, то изменения проходят удачно. Если человек начинает творить сам, проявляется страх, так как он не знает эту область.

Страх – это показатель на сколько человек знает эту область или тему. Чем больше страха чувствует человек, тем меньше он знает про себя в этой области жизни. И наоборот, чем меньше страха, тем больше человек понимает и знает себя творческим человеком. Часто понятие «творчество» соединено с понятием «правильно и точно повторил за образцом», но это разные совершенно понятия так, как удачно повторить – это сделать копию, может быть даже лучше оригинала, но творить – это создание нового.

Осознавая это можно идти разными путями:

1. В новом найти то, что похоже на старые образцы жизни, например, дом везде является домом, независимо в какой стране или в каком городе, тоже самое можно сказать и про учебу. Обучение есть обучение и независимо где ты учишься в школе или университете или курсы, так как суть одна – это получение знаний.

2. Наблюдать за собой в проявлении творчества и познавать себя созидающей, но уже в новом понимании слова «творить»

**Новых открытий и вдохновения!
Как избавиться от отсутствия
мотивации и силы воли, апатии,
меланхолии, депрессии?**

Вопрос

Здравствуйтесь. Меня зовут Евгения, мне 24 года и я существую, а не живу. Я не понимаю, как люди заставляют себя выходить из дома и что-то делать. Я работаю, но ненавижу свою работу, хожу туда по инерции. Устроилась временно на работу, где не требуется специальных навыков, пока не найду работу по специальности или хотя бы по душе. Однако, мне ничего не нравится и ничего не вдохновляет. Я сижу в какой-то трясине депрессии-апатии-меланхолии и даже не пытаюсь выбраться. По выходным предпочитаю сидеть дома и ни с кем не общаться. Живу с мамой. Когда она дома, я предпочитаю куда-либо пойти, чтобы не общаться с ней, а, например, читать книгу в кафе или на лавочке в ТЦ. После окончания университета я 2 года страдала алкоголизмом, но при этом переехала в Москву, нашла там работу, влюбилась. Из отношений ничего не получилось, фирма, в которой я работала, была расформирована, я потеряла рабочее место, сломала ногу, два месяца сидела дома (читала, вязала, возобновляла знания иностранного языка), после выхода с больничного искала работу в Москве, но под влиянием каких-то непонятных надежд и мамы вернулась в родной город, где нашла нелюбимую работу, на которой работаю уже месяц и ничего не ищу. Я планировала, что перед домом, куплю фортепиано, буду учиться играть (мечтаю

об этом уже лет 6), сдам на права (мечтаю о мотоцикле). Мама меня любит и поддерживает, но у нас с ней плохие отношения. Еще у меня тут лучшая подруга, которая поддерживает и любит меня, заботится. Ну и есть много возможностей воплощать свои мечты, но я ничего не делаю. Я даже к зубному не иду, хотя здоровые зубы очень даже в моих интересах. Я всегда занималась спортом и держала себя в форме, но последнее время мне совершенно безразлично на свое здоровье и присутствие лишних килограмм. Иногда я даже душ принимаю 2 раза в неделю. Мне совершенно безразлично все, даже мои мечты. Я не могу заставить себя заняться чем-то, даже если меня будут радовать результаты, хотя я понимаю, что по прошествии времени я буду жалеть потраченную в пустую жизнь в бездействии. Обратиться к психотерапевту я не могу – у меня низкий заработок, которого хватает лишь на квартплату, транспорт, еду и мелочи. Одежду я покупаю раз в год, по мелочам, обычно ношу все вещи по 6+ лет, и покупаю одежду большего размера, чтобы она не обтягивала меня и мою отвратительную фигуру. Я всегда пребывала в меланхолии и до прошлого года была уверена, что умру до 23-х лет. Но я не умерла, так что последние 9 месяцев я в затяжной депрессии по этому поводу. В подростковом возрасте я предприняла глупую и неудачную попытку суицида, я всегда стремлюсь к какому-то саморазрушению. Сейчас на суицид у меня нет ни сил, ни мотивации, потому что опять надо что-то делать. А мне предпочтительней просто

валяться дома, пить кофе, есть творог и смотреть в потолок, либо читать книги или смотреть сериалы. Мне потребовался месяц, чтобы позвонить в мото-школу и узнать цены и порядок обучения, а сейчас, видимо, потребуется еще столько же времени, чтобы пройти мед. осмотр и заключить договор.. Я даже не знаю, почему я так антимотивирована жить. Перед сном я мечтаю о том, что у меня будет неизлечимый рак и я скоро помру. Смерть для меня равносильна свободе и спокойствию. Я люблю быть одна, но мое одиночество ведет меня к саморазрушению. Я люблю учиться, но мне нравится сам процесс, а не результат. Я не стремлюсь к саморазвитию. Мои ощущения и мысли крутятся вокруг одного и того же: тлен и красота разложения. В подростковом возрасте я страдала булимией, сейчас я иногда ее практикую, стоит мне поесть сладкого, например. Мне присущи лень, неуверенность, нервное напряжение без причины, низкая самооценка, обесценивание себя, своих эмоций, всего, к чему я прикасаюсь. Я не вижу смысла жить, я не могу придумать смысл для своей жизни. Я устала от жизни. Я не знаю, куда идти дальше. Все описанное здесь сумбурно и хаотично, я просто не знаю, как с этим всем бороться. Можно ли выкинуть все это из себя и начать новую жизнь? Счастливую и энергичную? Автор вопроса: Евгения Возраст: 24

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.