

ИННА ШЕРЕТЕВА



МОЙ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ АД

**ЗАПИСКИ ПРАКТИКУЮЩЕГО
ПСИХОАНАЛИТИКА**

18+

Инна Шереметева
Мой персональный ад.
Записки практикующего
психоаналитика

*<https://litres.ru/74302404>
SelfPub; 2026*

Аннотация

Каждый из нас уверен, что сам управляет своей судьбой, выбирает партнёров и принимает решения. Но что, если за нашей спиной стоят невидимые режиссёры — вытесненные страхи, психосоматические узлы и тяжёлые травмы предков, которые бессознательно кодируют нас на страдание? Эта книга — увлекательное, пронзительное и местами шокирующее чтение от практикующего специалиста, который приглашает читателя за закрытые двери своего кабинета. Перед вами развернутся 12 красочных, клинических кейсов. Вы увидите, как подсознание виртуозно манипулирует человеком. Вторая часть книги — это долгожданный прикладной блок, созданный для того, чтобы помочь родителям вовремя заметить и остановить скрытые деструктивные сценарии в своём доме. В формате 14 хлёстких вопросов здесь препарируются самые насущные ошибки

воспитания: от родительского лицемерия и эмоционального шантажа до нарушения приватности и войн с тенью «бывших».

Содержание

Глава 1	5
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Инна Шереметева

Мой персональный ад.

Записки практикующего психоаналитика

Глава 1

Введение. Добро пожаловать на сеанс

Самое страшное и одновременно самое загадочное место на земле — это кабинет психоаналитика. За его закрытыми дверями каждый день разворачивается невидимая миру жестокая война за человеческие души.

Я решила написать эту книгу, потому что мне стало невыносимо видеть, как люди годами бьются в капканах неосознанных сценариев, теряя здоровье и ломая судьбы детей из-за непонимания правил, по которым играет подсознание. Считайте это моей попыткой вынести ключи от личного ада за пределы кабинета, чтобы каждый читатель смог увидеть скрытые пружины своей боли и найти путь к свободе.

В основу этого труда легли реальные кейсы из моей многолетней практики. Это истории людей, которые в какой-то момент обнаружили себя в эпицентре личной катастрофы.

За фасадом самых обычных на первый взгляд семейных неурядиц всегда скрывается глубокая психоэмоциональная драма.

Каждая глава — это хроника одного исцеления, где за банальными бытовыми конфликтами, хроническими болезнями или пагубными зависимостями обнаруживается системная, изобретательная и порой разрушительная работа человеческого подсознания.

Каждый клинический случай в практике аналитика уникален, поскольку страдания не имеют общего шаблона. Название «Мой персональный ад» отражает глубинную суть психотерапии: для человека, переступившего порог кабинета, его внутренний тупик, боль и деструктивный сценарий всегда глубоко индивидуальны. Для кого-то они взрываются невыносимой отцовской бранью, заставляя семнадцать лет копить боль, чтобы потом в один миг уйти в глухую наркотическую анестезию. Для кого-то ад был тихим, запертым в капкане брачного контракта, где женщина почти тридцать лет тащила на себе дом и детей, пока её собственное тело не начало задыхаться, транслируя невыплаканные слезы через многолетний хронический недуг.

Психика никогда не выдаёт симптомы просто так. Когда она устаёт страдать молча, аффект переносится на биологический уровень — и тело становится театром, где разыгрывается спектакль без слов, но с реальной физической болью.

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.