

**Пустота души и
деструктивные циклы
человеческого
поведения**

Макс Шолохов

Макс Шолохов

**Пустота души и деструктивные
циклы человеческого поведения**

«Автор»

2026

Шолохов М. В.

Пустота души и деструктивные циклы человеческого поведения /
М. В. Шолохов — «Автор», 2026

Как связана пустота в человеческой душе с деструктивными паттернами поведения? Откуда берется эта пустота? И во что превращается человек, бесконечно падая в бездну этой пустоты? Эта маленькая книжка пытается найти ответ на все эти вопросы.

© Шолохов М. В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

О чем эта книга?	5
Глава 1. Откуда берется пустота.	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Пустота души и деструктивные циклы человеческого поведения

О чем эта книга?

Эта маленькая книга о том, как пустота внутри человека загоняет его в циклы деструктивного поведения. Эта книга о вариантах выхода из этих циклов. Эта книга о том, встать на путь свободы, с решением больше не повторять деструктивные паттерны поведения.

Глава 1. Откуда берется пустота.

«И при чем тут деструктивные ментальные программы?»

Что такое манипуляция? Если сказать просто — это использование уязвимости в голове другого человека, чтобы получить желаемое.

Или же — это посадить в голову человеку деструктивную установку, чтобы получить желаемое. Тот, кто манипулирует, сам уже подвергся какой-либо манипуляции, и это грустно. Вот так тот самый психологический вирус, словно компьютерный, распространяется среди нас.

Конкретных примеров и кейсов можно приводить огромное множество. Я не буду над этим останавливаться и стигматизировать кого-то. Дело в том, что это общечеловеческое.

Манипуляции могут совершать значимые близкие, прошивать нас, ведь к ним есть доверие, мимокрокодил с улицы не может это делать. С близкими зачастую аналитическая составляющая восприятия расслаблена. Поэтому им так просто нас ранить.

Внешний стимул → **Аналитический компонент** → Эмоция → Действие → ...

Манипуляции отбирают у нас что-то, чтобы снова и снова что-то у нас забрать. И потом этим могут пользоваться другие люди. Увы. Это поведение подкрепляется через социум. Неуверенный человек не будет брать сложных проектов, без сложных проектов его знания будут снова обесценены. Цикл провернулся снова.

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.