

ОНА ЛЮБИЛА ИХ ВСЕХ



Алина Финошкина



Алина Финошкина

Она любила их Всех

«Автор»

2025

Финошкина А.

Она любила их Всех / А. Финошкина — «Автор», 2025

Почему мы выбираем тех, кто нас не достоин? И как наконец остановить этот круг? Анна, как и многие из нас, верила в любовь. Она окуналась в отношения с головой, прощала обиды, терпела унижения и снова верила в сказку. Каждый новый роман казался единственным, а в итоге оказывался уроком, который больно бил по самооценке. Эта книга — откровенный дневник молодой девушки-психолога, основанный на реальных историях ее клиентов и ее собственном опыте. Это не сборник сухих советов, а живая, пронзительная история, в которой вы узнаете себя. Автор не только проводит вас по лабиринту чувств и ошибок Анны, но и дает четкие, профессиональные ответы: Почему вас снова тянет к «токсичному» партнеру? Как распознать манипулятора на первом же свидании? Какие шаги предпринять сегодня, чтобы завтра построить здоровые, счастливые отношения? Это пошаговая инструкция к любви к себе и выходу из замкнутого круга. Прочтите ее, чтобы ваша история любви больше не была историей выживания.

© Финошкина А., 2025

© Автор, 2025

Содержание

Об авторе	6
Глава 1 Уроки доверчивого сердца	7
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Алина Финошкина

Она любила их Всех

Как не разбиться, любя всем сердцем.

Об авторе

Здравствуй мой дорогой читатель. Меня зову Финошкина Алина. Я являюсь практикующим психологом-консультантом, семейным психологом, а самое главное простой девушкой из обычной семьи, но с большими амбициями и желанием творить.

Идея написать мой рассказ пришла мне в 5 утра одного дня, когда я ехала в машине на работу. Предо мной открылся будто астрал мыслей, они шли и шли в мою голову, что я поняла, если сейчас это не запишу просто никогда не вспомню. Так и родился рассказ «Она любила их всех»

Главная героиня Анна, собрала в себе истории разных людей и мои тоже, все это основано на реальных событиях. Этой книгой я хочу подсветить вам базовые проблемы и ошибки, которые мы все допускаем и что их легко и возможно решить, если вовремя заметить в этом проблему.

В этом рассказе нет морали, осуждения и негативного сценария к кому-то. Я делюсь с вами различными ситуациями и опытом, а также рекомендациями как избежать той или иной ситуации.

Приятного прочтения мой друг!

Глава 1 Уроки доверчивого сердца

«Первая скрипка и треснувшая чаша»

Анна в своем родном городе «Верхнереченск» встречает Марка — юношу, похожего на героя из романа. Она отдает ему свою первую, самую чистую веру в любовь. История заканчивается не просто изменой, а циничным предательством, которое заставляет ее усомниться не только в людях, но и в собственной способности выбирать.

Первая любовь – это целый мир, наполненный трепетом, значимостью и особым смыслом. Это неизведанная территория, на которую мы ступаем впервые, полные надежд и ожиданий.

Героиня этой истории, Анна, как и многие девушки в юности, познала всю гамму чувств первой влюбленности. Ей выпала судьба вкусить запретный плод этого чувства, что стало для нее горьким, но ценным уроком.

С детства Анна стремилась быть не такой, как все. Ей хотелось яркости, творческой реализации, признания и внимания. Она постоянно искала себя в новых увлечениях, пытаясь таким образом заслужить любовь родителей.

Родители же, поглощенные работой и собственными проблемами в отношениях, практически не уделяли дочери внимания. Анна росла, предоставленная самой себе или родственникам. Эта эмоциональная пустота стала причиной глубокой психологической травмы. Недостаток материнской ласки и отцовской поддержки серьезно повлиял на формирование ее психики, что в будущем создало огромные сложности в любви, но в итоге заложило фундамент для глубокой работы над собой.

В возрасте 14-16 лет, в период бурного полового созревания, когда внешность и фигура меняются, а гормоны диктуют свои правила, мнение родителей отходит на второй план. Кажется, что ты уже взрослый и самостоятельный, способен нести ответственность за свои поступки.

Именно в этот момент расцвета Анна встречает Марка, который

становится ее первой любовью.

Благодаря своей сообразительности и чувству ответственности, Анна пользовалась у родителей большим доверием, чем ее сверстники. Ей разрешали дольше гулять и общаться с ребятами постарше. Однажды морозным вечером новые знакомые пригласили ее на вечеринку. Пользуясь своей «свободой» и поддавшись юношескому максимализму, она приняла приглашение.

Там она увидела его: высокого голубоглазого блондина, кумира многих девушек и уважаемого товарища среди парней. Анна не ожидала его встретить, они не были знакомы лично, но она слышала о нем от одноклассников и своего репетитора по химии, которая преподавала в его университете. Марк был на четыре года

старше, студент второго курса. Весь вечер они не отводили друг от друга глаз. Марк проявлял к Анне знаки внимания и заботу, а она с удовольствием их принимала.

Мир в тускло освещенной комнате словно сузился до них двоих. Бабочки в животе, замирающее сердце, его голубые глаза и теплая улыбка – все смешалось в едином вихре эмоций. Под конец вечера Марк вызвался проводить ее домой через темную зимнюю ночь. Так началась история их первой любви.

Стоит быть честным: Марк, будучи завидным красавцем, оставался холостяком не просто так. Как и многие юноши, популярные у противоположного пола, он играл в Казанову, и не был исключением. Прошли месяцы, Анна была счастлива рядом с, как ей казалось, чутким и внимательным парнем.

Ее любовь была так сильна, что она обманывала родителей, сбегая ночевать к «подруге», а на самом деле уезжала к нему на ночной электричке. Он дарил ей всю любовь и заботу, на которые был способен в своем возрасте. Но кто тогда задумывался, что свободолюбивые мужчины редко становятся верными мужьями?

Одним вечером, когда Марк отправился на дискотеку для второкурсников, Анна ждала его звонка. Вместо этого на ее телефон пришло сообщение с незнакомого номера: «Вот такая ты наивная, ждешь его дома» – с фотографией, где Марк счастливо обнимал другую девушку. В тот миг ее сердце остановилось, дыхание перехватило, а глаза наполнились слезами. Не было ни единой мысли, ни слова.

Когда Анна собралась с духом и поговорила с Марком, она не услышала оправданий. Поступила классическая отговорка

мужчины-«охотника», для которого женщины – средство для достижения целей, а не объект искренней любви. «А что ты хотела? Ты сама мне недостаточно внимания уделяла! Я тут ни при чем!» – эти слова окончательно разбили ее сердце. Но, вспомнив детство Анны и ее нехватку отцовской любви, становится понятно, почему она была готова простить. Стремясь компенсировать ту боль, она была склонна к зависимым отношениям, которые становились способом убежать от непереносимых эмоций. Она решила дать Марку второй шанс, убеждая себя, что он ее любит, а она, возможно, сама в чем-то виновата.

Еще несколько месяцев продлились эти токсичные отношения. Окружающие твердили: «Он тебя не достоин!», «Не позволяй ему

так с собой обращаться!». Но со стороны Марка лишь усиливались грубость, оскорбления и пренебрежение. Анна же, с ее заниженной самооценкой, считала, что заслуживает такого обращения.

В день их маленькой годовщины Анна хотела сделать Марку подарок. Встретившись с подругой для подготовки сюрприза, она узнала горькую правду. Та, не в силах больше видеть, как мучается ее подруга, показала переписку, где Марк не только общался с другими девушками, но и позволял себе грубые высказывания в адрес Анны и ее чувств.

Не став подбирать слов и выбирать момент, Анна предъявила ему доказательства. У него не нашлось оправданий, но признавать свою вину он отказался. Анна разорвала отношения и, пройдя через болезненное восстановление, с облегчением погрузилась в летние каникулы.

Казалось, история этой мучительной любви закончилась. Но нет. Спустя несколько месяцев, когда Анна и ее бывшая близкая подруга общались уже не так активно, они договорились поехать на пляж. В день встречи подруга перенесла время и пришла в неподходящей для пляжа одежде. На вопрос Анны: «Что

случилось? Мы разве не едем?» – та ответила: «Мне нужно кое-что тебе рассказать, подожди немного».

Вдалеке Анна увидела приближающиеся фигуры Марка и его друга. Она и представить не могла, что услышит дальше.

Повисла тягостная, неловкая тишина. Друг Марка пытался что-то объяснить, но делал это так неуклюже, что не смог вымолвить и слова.

Когда терпение лопнуло, и внутренняя паника достигла пика, она резко спросила: «Что здесь происходит?»

В ответ – тишина, а затем глупый, жестокий смех ее подруги:

«Ну, мы с Марком теперь вместе!»

«Как давно?»

«Практически сразу после вашего расставания!»

В этот миг ее юный мир, вера в вечную дружбу и первую любовь разбились вдребезги о суровую реальность. Ни Анна, ни ее характер уже никогда не будут прежними.

--

Психологический анализ и советы

Почему это происходит: причины и психические механизмы

1. *Ранняя детская травма и синдром «недолюбленности».* Как и у Анны, корень многих проблем в отношениях во взрослом возрасте лежит в дефиците родительской любви, принятия и внимания в детстве. Это формирует «голод» по любви, который заставляет человека цепляться за любого, кто даст ему хоть каплю тепла и значимости.

2. *Заниженная самооценка.* Человек с низкой самооценкой не верит, что достоин лучшего обращения. Он подсознательно ищет партнеров, которые подтвердят его негативное мнение о себе, и терпит унижения, считая их нормой.

3. *Созависимые отношения.* Это модель отношений, в которой счастье и самоощущение одного человека полностью зависят от другого. Созависимый партнер готов терпеть боль, лишь бы не остаться в одиночестве, и берет на себя ответственность за чувства и поступки другого.

4. *Травматическая связь («стокгольмский синдром» в быту).* Чередование эпизодов плохого и хорошего обращения (сначала идеализация, потом унижение) создает мощную психологическую

зависимость. Жертва живет в надежде на возвращение «хорошего» партнера.

Как избежать подобных ситуаций:

1. *Проработать детские травмы.* Это основа основ. Осознать, как опыт отношений с родителями влияет на ваш выбор партнеров сегодня. Лучше всего это делать с помощью психолога.

2. *Повышать самооценку.* Учиться видеть в себе ценность, не зависящую от чужого мнения. Развивать свои таланты, ставить личные цели, хвалить себя за достижения.

3. *Установить личные границы.* Четко определить для себя, что в отношениях для вас допустимо, а что – нет (оскорбления, ложь, неуважение, измены). И главное – отстаивать эти границы, не

боясь закончить токсичные отношения.

4. *Научиться распознавать «красные флаги».* Настораживать должны: чрезмерная ревность, попытки изолировать вас от друзей и семьи, непредсказуемые перепады настроения, постоянные обвинения вас в своих проблемах, неуважение к вашим чувствам и интересам.

5. *Полобить одиночество.* Научиться быть счастливым и самодостаточным наедине с собой. Когда вам хорошо одному, вы

не будете бояться одиночества и не станете держаться за разрушительные отношения просто из страха остаться одним.

Что делать, если вы уже в такой ситуации:

1. *Признать проблему.* Самый сложный шаг – честно признать себе, что отношения носят токсичный и разрушительный характер.

2. *Обратиться за поддержкой.* Не оставайтесь с этим один на один. Поговорите с друзьями, семьей или психологом. Со стороны ситуация часто видна clearer (яснее).

3. *Разорвать контакт.* В случаях эмоционального насилия и измен самый эффективный способ – полное прекращение общения (техника «no contact»). Это позволит начать процесс исцеления без новых травм.

4. *Направьте любовь и заботу на себя.* Вспомните, что вы любили делать до этих отношений. Займитесь хобби, спортом, саморазвитием. Учитесь заботиться о себе и баловать себя.

5. *Дайте себе время.* Сердцу нужно время, чтобы залечить раны. Не корите себя за боль и переживания. Проживите их, чтобы отпустить.

Помните: здоровые отношения строятся на взаимном уважении, доверии и поддержке, а не на боли, страхе и самоутверждении за

ваш счет. Проживая болезненный опыт, мы получаем не просто рану, а карту, которая указывает, в каком направлении нам нужно расти, чтобы в будущем построить по-настоящему счастливые и гармоничные отношения.

Вопросы для размышления и анализа вашей ситуации

1. Вспомните свои самые ранние модели отношений (например, между родителями, их отношение к вам). Какой «сценарий» любви был вашим первым? Что в нем было здорового, а что — токсичного?

2. Подумайте какие из этих установок вам знакомы?

- «Чтобы меня любили, я должен(на)...» (быть идеальной, удобной, всепрощающей)
- «Любовь – это...» (боль, страдание, долг, самопожертвование)
- «Если я буду страдать ради человека, он в конце концов...» (оценит, изменится, полюбит по-настоящему)

3. Чего недополучил ваш «внутренний ребенок» в детстве (безопасности, признания, безусловной любви)? Как вы пытаетесь получить это сейчас от партнеров, и почему это редко срабатывает?

4. Какие «красные флаги» в поведении партнера (или в своих чувствах) вы часто игнорировали или оправдывали? (Например: ревность, непредсказуемость, обесценивание, постоянное чувство вины).

5. В какой момент в ваших отношениях вы впервые почувствовали, что с вами поступили несправедливо? Как вы отреагировали тогда? Что бы вы сказали или сделали сейчас, зная это?

6. Какую роль в вашей жизни играют страдания из-за любви? Может быть, они помогают вам чувствовать себя живым/живой? Или отвлекают от других, возможно, более важных жизненных задач?

7. Если бы ваш лучший друг оказался в точно такой же ситуации, чтобы вы ему сказали?

Почему так сложно следовать этому совету самому/самой?

8. Что для вас значит «любить себя» на практике? Не на словах, а в действиях. Какие 3 конкретных шага вы можете сделать на этой неделе, чтобы проявить заботу о себе? (Например: отменить нежелательную встречу, купить себе что-то приятное без чувства вины, провести вечер в одиночестве за любимым хобби).

9. Опишите подробно человека и отношения, в которых вы чувствовали бы себя в безопасности, ценимым(ой) и растущим(ей). Какими качествами должен обладать партнер? Какими принципами должны быть построены ваши отношения?

Эти вопросы – не тест, где есть правильные ответы. Это инструменты, чтобы заглянуть внутрь себя. Отвечайте на них честно, без самокритики. Цель – не осудить себя за прошлое, а понять его закономерности, чтобы строить более осознанное и счастливое будущее.

«Проекция счастья, или Уроки Дениса»

Отношения с Денисом – это попытка построить «правильную» жизнь. Он надежный, серьезный. Здесь Анна впервые примеряет на себя роль, подсмотренную у родителей: «муж – опора, жена —

хранительница очага». Она учится ответственности, но понимает, что их отношения – это точная, но бездушная копия чужого сценария. Она играет роль счастливой женщины, но не чувствует себя живой.

В первой истории мы познакомились с Анной, ее первой тяжелой любовью, типажам мужчин с которыми не стоит заводить отношения и как внутри нас будучи еще маленьким детьми зарождается глубокая психологическая травма, которая может понести за собой кучу последствий в будущем.

Прошло несколько лет. Анна, окончив школу, поступила в колледж в другом городе. Переезд стал для нее глотком свободы и символом начала новой, самостоятельной жизни. Яркий мегаполис, новые знакомства и ощущение бесконечных возможностей – все это окрыляло юную девушку, полную надежд и романтических ожиданий.

Временные трудности с жильем, вызванные сложным финансовым положением семьи, не смогли омрачить ее энтузиазма. Анна восприняла жизнь у малознакомой соседки как ценный опыт.

Однако реальность оказалась далека от идеала. Ее новая знакомая, оказалась значительно старше, вела безответственный образ

жизни, что выражалось в беспорядке, шумных вечеринках и частых визитах мужчин. Анна, стремясь создать для себя комфортную среду, взяла на себя все бытовые заботы.

Первое время Анне было интересно ходить с ней на вечеринки по выходным, новая жизнь, знакомства и никаких ограничений от

взрослых, но со временем все стало переходить границы, а так как Анна совершенно других интересов и воспитания девушка, ей быстро это наскучило и стало неинтересно.

Долго ей скучать не пришлось, в один из дней, когда Анна собиралась на пары ее телефон зазвонил, в трубке она услышала незнакомый голос-

«Привет, Анна Юрьевна, какие планы на вечер?»

Она сразу же задалась вопросом кто ей звонит и откуда взял ее номер тайный незнакомец.

Оказалось это был давний знакомый той самой соседки, с которой она выходила пару раз на дискотеки. Теперь она узнала кто ей звонит, ведь тогда он тоже ей приглянулся. Анна с радостью ответила на звонок и согласилась на встречу с новым знакомым.

Именно в этот момент на сцене появился Денис. Знакомый соседки, он позвонил Анне, и его взрослость (он был старше на 6 лет) и уверенность показали ей гарантией надежности. «Он

взрослый, у него есть опыт, он не поступит как Марк!» — убеждала себя Анна. Их роман развивался стремительно: красивые ухаживания, подарки, слова о любви.

Первая встреча состоялась в тот же день после пар. Он встретил ее, взял сумки и предложил прогуляться. Прогулка была очень

приятная для Анны, ей симпатичен был этот парень и она очень быстро влюбилась в него.

Для Анны с ее травмой «недолюбленности» и заниженной самооценкой это внимание стало наркотиком, подтверждающим ее ценность.

Спустя месяц новых отношений, Денис заявляет Анне, о том, что у него в квартире случилось замыкание, нужно делать ремонт, ему не где жить!

Юная Анна даже не задумывается и соглашается ему помочь. Она позвонила своей соседке и спросила может ли он некоторое время пожить с ними, соседка подумала и согласилась. Денис в тот же вечер переехал жить к девочкам.

Для нее это стало доказательством серьезности их отношений и шагом во «взрослую» жизнь, несмотря на тревожные предостережение матери. Однако за сном романтики очень быстро проступили черты абьюзивной динамики.

Отношения между молодыми людьми развивались быстро и романтично. Анна была в восторге, она чувствовала себя по настоящему взрослой.

Идеальная картина начала рушиться. Ревность Дениса, сначала принимаемая за страсть, переросла в тотальный контроль, унижения, эмоциональные скандалы и манипуляции. Их

отношения превратились в «эмоциональные качели»: периоды затишья и покаяний сменялись новыми вспышками агрессии.

Анна, психологически зависимая, каждый раз верила в обещания исправиться, надеясь вернуть того «идеального» мужчину, которого повстречала вначале. Их скандалы и ссоры доводили до абсурда, разбитой посуды.

Со временем ребята съехали на отдельное жилье и стали жить вдвоем. Тут Анна думала, что все изменится и они будут строить свою семью, но давайте не будем питать больших иллюзий, мужчина абьюзер по своей натуре никогда не изменится, так как

это жесткое поведение, чрезмерный контроль, эмоциональное насилие над жертвой его зона комфорта, а мало кто любит ее покидать и идти в неизвестность.

Переезд в отдельную квартиру не стал решением проблемы, а лишь усугубил изоляцию Анны. Жизнь превратилась в циклический кошмар из ссор, примирений и растущего страха. Осознание пришло к ней мучительно и медленно. Однажды, во время очередного конфликта.

Это был обычный вечерний просмотр фильма, Анна встала с чашкой чая за подушкой на кресле, а Денис будто специально бросил в нее игрушку, которая, толкнув кружку разлила чай на Анну и кресло. Тогда ее психика была настолько расшатанной и уязвимой, что она вылила оставшийся чай на голову Денису.

Как вы думаете, что произошло дальше? Нет он не стал кричать, он встал и со всей своей мужской силой ударил Анну по лицу!

Денис применил к ней физическую силу. Она замерла, слов не было, лицо и тело ее остолбенело будто камень, слезы подкатились на глазах.

В ту секунду, запершись в ванной комнате, Анна с ужасом поняла: она в точности повторяет сценарий отношений своих родителей.

Эта мысль, словно удар молнии, пронзила ее: «Я проживаю чужую жизнь, и я так не хочу!»

Еще какое-то время эти отношения изживали себя, только Анна уже начала снова видеться с друзьями, ходить гулять и перестала прислушиваться к мнению своего парня.

Это прозрение стало отправной точкой для выздоровления. Анна начала постепенно возвращать себе пространство своей личности: восстанавливать общение с друзьями, возрождать старые увлечения. Знакомство с другим молодым человеком во время

пляжной вечерники, который проявил к ней простое и человеческое внимание, окончательно убедило ее в том, что возможны иные, здоровые отношения.

Набравшись смелости, она разорвала связь с Денисом, в тайне от него переписала на себя съёмную квартиру, и он здесь больше не имел никаких прав. Денис устроил большой скандал, он рвал подаренные вещи, заламывал руки девушке в попытках забрать подаренные ювелирные украшения. Пережив его яростную, но уже бессильную агрессию она начала долгий путь восстановления.

Почему мы выбираем знакомую боль?

Ситуация Анны – это классический пример действия психологической проекции и сценарного программирования.

· *Сценарное программирование (по Эрику Берну):* С детства мы усваиваем «сценарии жизни» от наших родителей. Для Анны

модель отношений, где любовь неразрывно связана со страданием, контролем и болью, была «нормальной», так как именно такую

картину она наблюдала в родительской семье. Ее психика, стремясь к знакомым паттернам, бессознательно выбрала Дениса

– человека, который мог воспроизвести эту динамику.

· *Травма и синдром жертвы*: Детская травма «недолюбленности» создала у Анны устойчивую веру в то, что она «недостойна» лучшего отношения. Абыюзер, подобно Денису, с поразительной точностью находит таких людей. Сначала он дает желанную «дозу» любви и признания (идеализация), а затем, когда жертва «подсажена», начинает ее девальвировать. Жертва остается в этих отношениях, потому что надеется снова вернуть тот первоначальный, райский период, и потому, что боль и унижение подтверждают ее глубинное убеждение в собственной «плохости».

· *Эмоциональные качели (интермиттентное подкрепление)*: Непредсказуемая смена гнева и ласки – мощнейший инструмент манипуляции. Мозг жертвы, постоянно ожидая награды (примирения) после наказания (ссоры), вырабатывает зависимость, схожую с наркотической. Это объясняет, почему так трудно уйти, даже когда разум понимает всю губительность связи.

Разрыв отношений с абыюзером – это только первый шаг.

Истинное исцеление начинается с осознания этих внутренних механизмов и кропотливой работы по переписыванию деструктивного жизненного сценария на новый, здоровый, где любовь – это безопасность, уважение и взаимная поддержка.

Вопросы для личного размышления:

1. Узнаю ли я себя? Проанализируйте свои прошлые или нынешние отношения. Существуют ли в них циклы «ссора – примирение»? Чувствуете ли вы себя иногда «на качелях» эмоций? Что вами движет в моменты, когда вы решаете остаться?
2. Чей сценарий я играю? Какую модель отношений демонстрировали ваши родители? В чем вы, возможно, бессознательно повторяете их паттерны (как негативные, так и позитивные)? Что из их опыта вы хотели бы перенести в свою жизнь, а что категорически отвергаете?
3. Где живут мои «слепые зоны»? Какие ваши глубинные убеждения о себе (например, «я недостойн/на», «со мной что-то не так», «любовь – это боль и борьба») могут притягивать в вашу жизнь людей, которые будут эти убеждения подтверждать?
4. Где проходит моя граница? Вспомните момент, когда в последний раз ваши личные границы были нарушены. Как вы отреагировали? Что для вас является абсолютно неприемлемым в отношениях? Готовы ли вы заявить об этом и защитить эту

границу, даже ценой разрыва?

5. Кто я без этих отношений? Попробуйте представить свою жизнь полностью независимой от партнера. Чем она наполнена? Какие ваши личные интересы, мечты и цели были отодвинуты на второй план? Что вы можете сделать сегодня, чтобы начать возвращать себе свою жизнь и свою личность?

«Зеркало для Кирилла, или Теория 19-ой любви»

Встреча с Кириллом – это психологический маятник. Внутри нее до сих пор живет боль от Марка и усталость от роли с Денисом. Теперь она подсознательно занимает позицию силы, которую искала в Денисе, а Кириллу отводит роль эмоционально зависимого. «Теорию Отражений»: мы часто ищем не партнера, а того, кто отражает нашу незажившую рану или ту роль, которую мы научились играть в предыдущих отношениях.

Хочется начать эту историю с увлекательного рассказа о Теории 19-й любви.

В последние месяцы в TikTok активно обсуждается теория «мужчины, которого встречаешь в 19». Эта идея, ставшая вирусной среди молодежи, заявляет, что многие девушки, вступая в отношения в этом возрасте, сталкиваются с токсичными партнерами, которые могут причинить им боль и даже оставить негативный след на всю жизнь.

Пользователи TikTok активно делятся своими воспоминаниями о мужчинах, с которыми они встречались в 19 лет. Для одних это оказался важный урок, который помог лучше понять, чего они действительно хотят от будущих партнеров. Другие рассказывают о том, как этот опыт научил их устанавливать высокие стандарты в отношениях. Отдельного внимания заслуживает видео, в котором девушка делится историей о своей бабушке, до сих пор помнящей своего первого возлюбленного.

Эксперты считают, что теория не имеет логического смысла. При этом есть мнение, что чем моложе человек, тем больше вероятность столкнуться с неустойчивыми отношениями, так как в 19 лет ещё нет большого жизненного опыта.

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.