



**Сам
себе
ПСИХОЛОГ**

Ольга Кучьянова

Ольга Кучьянова
Сам себе психолог

«Автор»

2026

Кучьянова О.

Сам себе психолог / О. Кучьянова — «Автор», 2026

«Что у вас в голове? Честный разговор о том, как мы устроены» Вы когда-нибудь замечали, что делаете одно и то же, хотя обещали себе измениться? Что ваши страхи управляют выбором? Что вы боитесь успеха и сами себе мешаете? В этой книге мы разберем самые яркие и неожиданные явления человеческой психологии: от иллюзий восприятия до глубинных защитных механизмов. Без заумных формул и скучной теории — только живые истории, понятные объяснения и практические выводы. Читайте, удивляйтесь, узнавайте себя — и меняйтесь.

© Кучьянова О., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава 1	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Ольга Кучьянова

Сам себе психолог

Глава 1

Вы учились годами. Прошли десятки курсов. Прочитали сотни книг по профессии. Ваши клиенты довольны, рекомендуют вас друзьям и возвращаются снова. Но когда приходит время назвать цену, ваш голос дрожит, а язык будто прилипает к небу.

— Давайте... ну, пусть будет десять тысяч, — шепчете вы, хотя знаете, что работа стоит минимум тридцать.

Конкуренты, которые знают в разы меньше, называют ценник в два-три раза выше. И клиенты платят. С удовольствием. С уважением.

Почему так происходит? Почему реальные знания и отличный диплом не защищают нас от чувства, что мы вот-вот разоблачим себя как «фальшивку»?

Ответ прост и жесток: у вас синдром самозванца. И сегодня мы разберем, как этот невидимый враг методично опустошает ваш кошелек, и как навсегда заткнуть его голос.

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.