

Анатолий НЕКРАСОВ

Полина ФРОЛОВА, Олег ФРОЛОВ

ШКОЛА.

500

ОТЧАЯННЫХ
ОТКРОВЕНИЙ



Книга – прорыв. Книга – откровение, в которой собраны искренние чаяния ваших детей. Впервые вы, родители, узнаете прикрытую страхами правду о себе и вашем поведении, взглянете на себя глазами своих детей. Эта книга – находка, которая содержит письма детей и родителей об их отношении друг к другу – настолько искренние и громкие, что порой, читая их, хочется заплакать, узнавая в некоторых эпизодах себя. Хочется окунуться с головой в море любви и счастья, радуясь тому, что любовь и счастье есть. Радуйтесь, ибо впервые в ваших руках ключ к взаимопониманию двух поколений. Получив его, вы откроете путь к гармоничным отношениям с близкими.

Анатолий Некрасов, Полина Фролова, Олег Фролов
Школа. 500 отчаянных откровений

Об авторах этой книги

Анатолий Некрасов– психолог, писатель, член Союза писателей России, специалист по семейным вопросам, автор более двадцати книг в области семейной психологии, психологии личности и взаимоотношений, автор общероссийской программы «Счастливая семья».

Олег Фролов– основатель международной «Академии Взаимоотношений». Психолог, сексолог, автор многих научных разработок и тренингов. Неуголимый путешественник и исследователь. Признанный специалист в области межличностных взаимоотношений. Автор удивительных романов: «Лунное лоно любви», «Путь в долину наслаждений», «Тайна Афродиты» и многих других произведений.

Полина Фролова– студентка факультета журналистики МГУ. Автор и директор проекта «Пусть родители прочтут», который подразумевает издание восьми книг. Вслед за первой книгой, «500 отчаянных откровений», свет увидит книга вторая – «Первый залёт в четырнадцать», где проблемы подростковой сексологии – здоровья, беременности, сексуальной культуры, получают своё яркое и полезное освещение.

P. S.

Нам будут интересны любые животрепещущие темы, предложенные вами.

Ждем ваших писем и советов.

Предлагаем соавторство и дружбу всем, всем, всем заинтересованным участникам.

Пишите нам на адрес: ponimania_net@mail.ru

Слово Анатолию Некрасову

Это необычная книга, и необычна она по нескольким причинам. Во-первых, её писали несколько сотен авторов. Во-вторых, подростки впервые так откровенно говорят о своих родителях и о проблемах в отношениях с ними. В-третьих, с помощью этой книги родители получают уникальную возможность увидеть не только свой портрет глазами детей, но и впервые как следует ознакомиться с внутренним миром своих чад, глубоко проникнуть туда, куда не каждого родителя допускают. В-четвёртых, взрослые, готовившие эту книгу, не изменили ни одного слова в откровенных письмах подростков, убрали только имена и адреса. Вот такая необычная книга перед вами, уважаемый читатель!

Я занимаюсь семейными вопросами уже около 20 лет и написал около 20 книг на эту непростую тему. Но к теме подростков я прикоснулся впервые и раньше её исследованием не занимался. Более того, хотя у меня шестеро детей, нашу семью эти проблемы миновали. Однако, столкнувшись с подростковыми откровениями в Интернете, я понял: молчать больше нельзя! Жизненно необходимо достучаться до родителей, объяснить им, насколько глубоки и серьёзны проблемы подросткового, переходного возраста. Много лет консультируя семьи, я, конечно же, сталкивался с подростковыми проблемами, но то, что я прочитал здесь, меня потрясло. Мы с психологом Олегом Фроловым и его 16-летней дочерью Полиной, ставшей инициатором этого проекта, поставили перед собой задачу донести крик души подростков до каждого родителя. Каждый обязательно найдёт в этих письмах что-то очень важное для себя.

Книга будет полезна и самим подросткам, потому что помогает выйти за пределы своей личной проблемы и увидеть великое многообразие отношений. Кроме того, в книге даны короткие комментарии к некоторым отдельным письмам, а также к той или иной проблеме. В этих комментариях читатель найдёт ответ на волнующий его сейчас вопрос – будь он родитель или подросток, сможет, как говорится, побывать в чужой шкуре, представить себя на месте взрослого или, соответственно, ребёнка. Подобный взгляд с разных точек зрения позволяет отыскать лучшее решение.

Мы сделали всё, чтобы эта книга помогла и родителям и подросткам лучше понять себя, друг друга и найти общий язык. Это позволит всем – и отдельному человеку, и семье, и обществу в целом, стать более счастливыми.

Эта книга – первая в серии «Пусть родители прочтут». Следующая книга называется «Первый залёт в четырнадцать», и будет посвящена сексуальным отношениям подростков. Это ещё более острая и злободневная тема, которая на сегодняшний день превратилась в большую проблему. И её надо решать. И решение есть...

*Анатолий Некрасов,
психолог, писатель*

Слово Олегу Фролову

Мы, конечно же, любим друг друга. Мы – родители, любим своих детей. Вы, дети, нас, своих родителей. Пусть каждый по-своему – кто-то с радостью, а кто-то с грустью. Кто-то через силу, а кто-то искренне, от всего сердца. Но то, что мы любим или стремимся любить своих близких, несомненно. Однако почему зачастую складывается так, что понимания НЕТ? А понимания, любви и доверия хочется всем, да и как, собственно, без этого жить?

Перед вами, уважаемый читатель, уникальное собрание откровений, крик души почти тысячи детей и взрослых. Мы, составители книги, намеренно не редактировали эти письма, дабы сохранить первозданную чистоту замысла их авторов – ведь каждый из них под собственным или вымышленным именем поделился с нами и с вами частичкой своей души.

Читайте, плачьте, смейтесь, удивляйтесь. И если по ходу чтения вас проняло – меняйтесь и попробуйте с этого мгновенья стать чуточку добрее, нежнее и внимательней к находящемуся рядом человеку, будь он ребёнком или взрослым. Это не так уж и сложно – просто скажите близкому, что вы его любите.

Р. S. Благодарности Авторы проекта Полина и Олег Фроловы искренне благодарны всем авторам писем – ребятам, девочкам и мальчишкам, всем взрослым, женщинам и мужчинам. Отдельное спасибо мудрому писателю Анатолию Некрасову. Поклон и сердечная благодарность многим добрым людям и, конечно же, нашим родным и близким за неоценимую помощь в создании столь уникальной и масштабной книги.

Основатель «Академии Взаимоотношений»

Олег Фролов

Слово Полине Фроловой

Вечная тема во всех кругах общества – родители и дети. Мама, папа и я – насколько дружная семья? А если там ещё бабушка да дедушка, и ещё брат или сестра с компьютером? Вроде бы как один круг, одна семья, а есть ли там те взаимопонимание, любовь и доверие, что с детства нам внушают книжки и мультфильмы? Увы, далеко не все могут похвастаться хорошими отношениями со старшими, но такие люди есть, и это значит, что ещё не всё потеряно. Эта книга – самый настоящий крик души. Многие мои друзья говорят, что боятся своих родителей, а родители то ли боятся их, то ли за них. Так как же нам понять друг друга? Слышите, родители? Мы очень хотим вас понять, любить и быть любимыми. Очень хотим! Так помогите нам, да и себе тоже. Здесь собраны настоящие письма-исповеди как взрослых, так и детей. Некоторые из них звучат как сигнал «SOS!». Это целый калейдоскоп мнений, пожеланий и просьб. Но участники нашего проекта не только задают острые вопросы, они ещё и предлагают свои ответы, которые, возможно, помогут нам справиться с самыми сложными конфликтными ситуациями. Иногда решение лежит на поверхности, недаром психологи любят шутить: «Выход там же, где вход».

Дорогие взрослые! Мы и правда вас очень сильно любим, но иногда не понимаем мотивов ваших поступков. Почему вы ругаете нашу музыку: называете её дурацкой? Почему нам нельзя гулять с друзьями или спокойно сидеть в Интернете по ночам? Мы, конечно, понимаем, что вы волнуетесь за нас. Но хотите узнать, почему мы порой так сильно вас игнорируем или вообще отмахиваемся и посылаем подальше? Тогда почитайте!

Ответы на эти и множество других животрепещущих вопросов с подробным разбором каждой ситуации вы отыщете в этой книге. Пусть она станет своеобразным путеводителем по нашим мирам – миру взрослых и миру детей (подростков и молодёжи). В конце концов, вы сами, родители, когда-то были детьми и плакали от навязчивой глупости взрослых. Может, уже хватит бесчисленных ссор на пустом месте? Может, настала пора сесть за стол переговоров и найти общий язык? В конце концов, пора внять призывам доброго героя мультлика, кота Леопольда, и нашего любимца КЭИФПа, призывающих: «Ребята, давайте жить дружно!»

Р. С. В данную книгу авторы умышленно ввели таинственного, очаровательного героя по имени КЭИФП – милое маленькое существо, наделённое чистым сердцем и высшим разумом [1]. Он любит шутить и смеяться. Плакать и сопереживать. Давать дельные советы и рассказывать бесчисленные притчи. Но главное – он настоящий друг, который дарит бесконечную любовь всем, всем, всем написавшим ему и исполняет желания, наполненные добрыми помыслами...

*Автор и директор проекта
Полина Фролова*

*Заместитель директора – папа
Олег Фролов*

- А можно я для начала расскажу притчу про любовь?
- А ты кто?
- Я-то? Ну как же, я – КЭИФП.
- Конечно, можно!

Притча о гостях

Некая женщина вышла из дома и увидела во дворе трёх седых длиннородых старцев. Она сказала: «Мы с вами не знакомы, но вы все, должно быть, голодны. Пожалуйста, входите в дом и поешьте».

- А муж дома? – спросили старцы.
- Нет, – ответила гостеприимная женщина.
- Тогда мы не можем войти, – ответили они.

Вечером, когда её муж вернулся домой, она рассказала ему о случившемся.

- Иди и скажи старикам, что я дома, и пригласи их в гости, – сказал муж.

Женщина вышла и пригласила стариков.

- Мы не можем пойти в дом вместе, – ответили они.
- Почему же? – удивилась она.

Первый старик указал на второго и объяснил: «Его зовут Богатство». Потом кивнул на третьего: «А его зовут Удача». Затем и сам представился: «А меня зовут Любовь». После чего добавил: «Ступай домой и поговори со своим мужем о том, кого из нас вы хотите видеть в своём доме».

Женщина пошла и рассказала мужу об услышанном. Тот обрадовался:

- Вот и хорошо! – говорит. – Если уж надо сделать выбор, давай пригласим Богатство.

Пусть войдёт и наполнит наш дом изобилием!

Жена возразила:

- Дорогой, а почему бы нам не пригласить Удачу?

Дочка, которая была тут же и слышала весь разговор, предложила:

- Лучше всего Любовь! Ведь тогда всё в нашем доме будут счастливы!

– Давай-ка согласимся с нашей девочкой, – сказал муж жене. – Иди и попроси Любовь стать нашим гостем.

Женщина вышла и спросила у троих стариков:

- Который из вас Любовь? Заходи в дом и будь нашим гостем.

Старик по имени Любовь пошёл в направлении дома. Остальные двое последовали за ним. Удивлённая хозяйка спросила Богатство и Удачу: «Я же пригласила только Любовь, почему вы тоже идёте?»

Старики ответили: «Если бы вы пригласили только Богатство или Удачу, другие два из нас остались бы на улице, но вы выбрали Любовь. А мы всегда следуем за Любовью. Ибо там, где есть Любовь, всегда есть и Богатство, и Удача!»

Слово Полине Фроловой

Родители нам достаются разные. Кто-то умеет проявлять любовь и тепло, а кто-то нет. Кто-то считает, что ребёнку нужна ласка. А кто-то воспитывает детей силой и убеждён, будто ремень – лучшее средство научить уму-разуму. И всё это делается из лучших побуждений. Такие родители не понимают, что дети только озлобляются и затаивают обиду на всю жизнь.

Выход прост: став взрослыми, нужно попытаться понять, почему же наши родители

поступали не совсем так или вовсе не так, как нам надо. А ведь когда-то они тоже были детьми и получали тумаки или ласку и внимание! Что же с ними произошло? Почему свой негативный опыт многие теперь переносят на нас? И сможем ли мы со временем, повзрослев, стать мудрыми родителями – друзьями для своих детей?

Слово Анатолию Некрасову

Здравствуйтесь, друзья! Давайте познакомимся. Я – психолог и уже давно занимаюсь семейными отношениями. И не только как специалист, но и в общении со своими детьми. Поэтому мне пришлось пережить многое из того, что здесь описано. Кроме того, я много консультирую семьи, и это тоже даёт большой и разнообразный опыт. Олег Фролов предложил мне почитать ваши письма и дать свои комментарии к ним. Я считаю, что эта книга сейчас нужна как никогда. Хватит родителям и детям жить по разные стороны баррикад, не понимая друг друга и часто делая друг другу гадости. Я знаю много семей, где отношения между детьми и взрослыми очень хорошие. У меня тоже счастливая семья, и с детьми хорошие отношения. И я знаю, что жить можно в согласии и счастливую жизнь можно построить в каждой семье. Постараюсь быть ненавязчивым и передать вам весь опыт, который я имею.

Мы предлагаем вам почитать реальные истории подростков, которые страдают от непонимания и даже насилия в семье. Это повод задуматься о многом и переосмыслить свои семейные отношения...

Мышка Серая

Сразу скажу, что непонимание между мной и родителями, скажем так, с серьезными для меня последствиями, продолжались где-то до 16 лет... Было все: я в семье третий ребенок, еще два братика старших есть. Конечно же, с ними были вечные ссоры, даже драки. Родители частенько были на моей стороне, но нотации читали всем, кто участвовал в конфликте. Мне это жутко не нравилось, я всегда считала, что я права, мне даже в голову не приходило, что это не так.

Я нервничала, считала даже родителей «плохими», ну никто меня не мог понять... После каждого очередного скандала и выяснения, кто прав, кто виноват, убегала в комнату, со всей силы хлопнув дверью, чтоб меня все-все слышали и знали, как сильно обидели бедную и беззащитную. Да, именно такой я себя всегда и считала – бедной, беззащитной, но всегда и в любой ситуации правой. Там, в комнате, я, расстроенная, в слезах, ложилась на кровать и плакала очень долго... Потом обычно ко мне подходил папа, да именно папа, он на то время был как-то ближе ко мне, чем мама.

Мама почему-то думала, что я ее не люблю, она часто об этом мне говорила... Она понимала, что одна она меня и ругает, а папа только успокаивает и подарочки дарит. Наверное, тут мама в какой-то степени и была права, папу я считала единственным человеком, который имел ко мне подход, он никогда не обвинял меня, а просто указывал на ошибки и говорил, что нужно было сделать, чтобы такого не было. Мы тихо, спокойно общались, разбирали все ситуации. Мама на меня только ругалась и не давала и слова сказать, эти крики на меня действовали не лучшим образом. Я замыкалась... Все принимала близко к сердцу, каждое слово вбивалось в сознание... В такие моменты я ненавидела весь мир.

Был случай, когда мама искала ключ и никак не могла найти, а я сидела в зале и смотрела телевизор... Не находя его, она начала нервничать и сорвалась... Я ей попала под руку, и все стрелки полетели на меня. Целый час она кричала на меня, что я Маша-растеряша, что это я ключ потеряла и т. д. У меня от крика просто все в голове перемешивается и я уже ничего не соображаю, я как будто даже поверила, что это я взяла ключ, расстроилась, плакала сильно, проклинала всех и вся... Сколько времени она читала мне нотации – я их просто на дух не переносила. И что вы думаете? Потом мама вспомнила, что она ключ положила в карман своей

же рубашки и с ним ходила все это время! Конечно же, она потом успокаивала меня, но у меня такой осадок остался...

Таких случаев было еще много. В детстве я была очень болезненным ребенком. Часто лечилась таблетками. Один раз, когда я проходила очередной курс лечения, случилось то, что я очень хорошо запомнила и по сей день помню. В то время у меня была приставка, компьютера еще не было, а только приставка, еще помню – игры были на дискетах. В общем, я как-то заигралась и забыла про то, что нужно принять таблетки. Мама вовремя вспомнила, принесла таблетку и сказала, чтобы я ее выпила... Я тогда, помню, решила, что сейчас доиграю и пойду выпью. Мама из другой комнаты спросила меня опять, выпила ли я их. Я сказала: «Да», – думала, вот еще немного и приму обязательно. Но, заигравшись, совсем забыла про эту таблетку, хоть и лежала она рядом, перед носом. Мама как увидела, что таблетка по-прежнему на месте, помню тот момент: я стояла посередине кухни, она меня толкнула, я упала, привстала, она меня опять толкнула... Это было так унижительно. Она очень долго кричала, говорила, что я обманщица. На меня это произвело большое впечатление, с тех пор стараюсь не откладывать дела на потом и никогда не обманываю. Сейчас уже подобного ничего не случается, конфликты, может, и происходят (очень редко), вернее, только начинаются, но мы как-то превращаем это в шутку и все обходится без особых эмоций и нервов. Теперь я могу сказать, что мы крепкая и дружная семья. Я люблю своих родителей, братьев, знаю, что они меня тоже любят и понимают. Кризис, начавшийся уже давно, тоже повлиял на нас. Папа остался без работы, уже год, как нигде его не берут. Кормит нас всех брат, ну и мама немного зарабатывает. Общая проблема, наверное, только сблизила всех нас.

КатюшаМоя мама меня совершенно не понимает, я уже не могу с ней даже нормально поговорить, мы постоянно кричим друг на друга, она меня постоянно унижает, обзывает. Однажды мы с ней очень сильно ссорились, и она мне разбила нос до крови. Я уже не знаю, что мне думать и делать, я скоро с ней с ума сойду. Мама и папа часто ругаются, я уже не могу находиться с ними в одном доме. Я бы очень хотела найти с мамой общий язык, но как бы я ни старалась, всё напрасно... Почему она не хочет меня понимать? Я бы так хотела, чтобы она мне была подругой, как у других девчонок. Ещё у меня есть два старших брата: одного из них недавно выгнали с учёбы, а ему оставалось учиться всего один месяц. Об этом знаем только второй брат и я, родители ещё ничего не знают, а я думаю, говорить ли им об этом, или нет? Не сделаю ли я хуже, чем уже есть, потому что они очень разозлятся и могут наделать очень много глупостей, особенно папа. Ну, вот вроде и всё, я себя очень неудобно чувствую в этой семье, как будто бы она не моя, и я просто не туда попала.

Слово Анатолию Некрасову

Друзья, давайте не будем заблуждаться. В жизни ничего случайного нет, и со временем вы это поймёте. И никто случайно не попал «не в ту» семью. Такого в природе не бывает. Каждый приходит в ту семью, в тот род, где его душа решила прожить самый большой опыт жизни на Земле.

Котенок_по_имени_Счастье

У меня, наверно, банальная проблема отношений подростка с родителями, точнее, с отцом. Он упрекает меня за все и постоянно орёт на меня. Но ладно, если бы этим дело кончалось, но

вот, например, вчера он пнул мне ногой в грудь за то, что я забыла выключить свет на кухне. Говорил, что мне совсем его денег не жалко. Сейчас я задыхаюсь, а на груди не проходит синяк, такое ощущение, будто мама ничего не видит. Я бы в «ментовку» пошла, но отец – единственный, кто зарабатывает в семье, а у меня ещё мама и годовалый брат. Я не могу больше терпеть эти побои, их уже стали замечать друзья, а я даже не знаю, что им ответить, стыдно признаться... Я пыталась идти на контакт с отцом, но он говорит, что я к нему подлизываюсь, чтобы выпросить денег или ещё чего-то, и начинает ещё больше орать и избивать меня...

Кисулечка Я начну с моего отца: у него было криминальное прошлое, и, знаете, мне кажется, у этого придурка что-то с психикой. А я 13-летний подросток, в общем, с отцом у меня всегда какие-нибудь проблемы. И не по мелочам, а очень крупные проблемы. Он частенько напивается, а я по этому поводу скандалю, обычно это приводит к тому, что он ругается на меня матом и бьёт. Он привык, что его все боятся, **НО Я ПОЧЕМУ-ТО НЕТ!** Ну, короче, рассказываю последнюю ситуацию. Он, как всегда, приехал в два часа ночи, конечно же, пьяный, и, как обычно, ему надо было со мной поговорить, на что я ему ответила: «Поговорим завтра, и вообще, надоело то, что всю зарплату на „бухло“ тратишь!» На это он стал на меня орать матом, в итоге завязался скандал, а потом он пошёл на меня с кулаками, стал мне выкалывать глаза и рот рвать. У меня было много крови, после этого стал сильно бить головой об стенку, а потом зарядил ружье и приставил его ко мне. И тут у меня началась истерика, после чего он хотел меня ещё раз избить, но я спряталась, и он ушёл, я очень сильно рыдала!!! И подумала то, что надо высказаться и вот написала на этот форум, просто мне очень плохо.

Притча про мудрого ослика

Однажды ослик провалился в колодец. Он страшно испугался и закричал, призывая на помощь.

Прибежал фермер, всплеснул руками и стал рассуждать: «Как же его оттуда вытащить? Наверное, никак не получится, к тому же осёл мой – старый. Ему уже и так недолго осталось. А я всё равно собирался приобрести нового молодого осла. Да и колодец всё равно почти высох. Я давно собирался его закопать и вырыть новый колодец в другом месте. Так почему бы не сделать это сейчас? Заодно и ослика закопаю, чтобы долго не мучился».

Позвал фермер своих рабочих на подмогу. Все дружно взялись за лопаты и принялись забрасывать землю в колодец. Осёл сразу же понял, к чему идёт дело и закричал дурным голосом. А потом вдруг смолк и из колодца донеслось лишь сопение. Фермер удивился и вместе с помощниками решил проверить, что же делает осёл.

И что же оказалось? Каждый кусок земли, падавший на спину, ослик стряхивал и примаминал копытами. Очень скоро, ко всеобщему изумлению, ослик взобрался по утоптанной земляной горке и выпрыгнул из колодца!

С тех пор ослик зажил по-другому. Все его уважали, и прожил

он ещё много счастливых лет.

Юный читатель! На каждого из нас в жизни валится много грязи. Но всякий раз, когда свалится тебе на голову очередная порция, стряхни её, будто придорожную пыль, или используй как ступеньку вверх, и поднимись ещё выше. Только так ты сможешь стать успешным, сильным и счастливым.

Но помни! Чтобы быть любящим и любимым, нельзя хранить в своём сердце ненависть. Знай: прекрасного в мире гораздо больше, чем ужасного. И если ты, несмотря ни на что, сможешь сохранить душевную чистоту, она непременно поможет тебе стать счастливой.

Я, например, знаю, юный мой читатель, что тебя, если ты внимательно прислушаешься к моему совету, ждёт большое, светлое будущее.

Я тебя люблю. КЭИФП

LinaRabik

Я старшая дочь в многодетной семье из семерых детей. У меня самой только один ребенок, хотя хотела бы трех. Но так сложилось физиологически. Когда-то написала небольшое размышление о жизни в многодетной семье. У меня сложилось больше негативное ощущение от многодетности, чем позитивное. Но я дружу с семьей из 9 человек, в которой сохраняются мир и любовь, и в такую семью хочется приходить и наслаждаться общением как с родителями, так и детьми. Думаю, что для женщины многодетность – это посвященность и осознанный выбор, а для мужчины – это прежде всего принятие ответственности за этих детей. В любом случае, Бог нам дал разум, чтобы мы могли оценивать свои возможности (физические, материальные, душевные и пр.), чтобы принимать на себя такую форму ответственности. Рано утром мы с мамой встретились на кухне. По радио передавали новость, что родился ребенок весом свыше 7 кг, одиннадцатый в семье. Мама обрадовалась этой новости, а я отнеслась к ней нерадостно. Весовая категория – это не нам решать, какой родится малыш, а вот какой у него будет порядковый номер, вполне по силу родителям. Так мы и разошлись с кухни каждый при своем мнении.

Мама родила семерых детей, а я – старшая дочь в этой большой семье. В пятнадцать лет я встречала свою маму из роддома, взяла на руки очередной комочек, завернутый в одеяло, и мы пешком пошли домой. В нашей семье родилась пятая девочка. Папа и мама уже к этому времени расстались. Два года спустя я ходила узнавать результаты выпускных экзаменов в школе с двухлетним малышом в коляске. Никто во дворе не верил, что это моя сестренка, все считали, что это моя дочь, и мама взяла на себя мои грехи.

Прочитав статью в одном из номеров журнала «Фома», где пелся гимн многодетности от лица мамы трех малышек, мне хотелось бы высказаться от лица тех, кто вырос в таких семьях. Имея горький жизненный опыт, хочется, чтобы его учли многодетные родители.

Можно выделить некоторые виды многодетных семей: религиозные семьи, семьи, где родители пьют и ведут беспорядочную половую жизнь, и семьи, в которых большое количество детей – это способ самовыражения для родителей. На сегодняшний день можно выделить еще и семьи, созданные под влиянием социально-материальной мотивации: пособия, доплаты, льготы подталкивают родителей, чтобы, родив ребенка, поправить трудное положение остальных. Как говорила одна мудрая женщина: «Каши хватит на всех, пока они маленькие, а вот что делать потом?»

Как это ни печально, но причины для появления такого количества детей не всегда кроются в любви к ним. Кто-то считает, что в многодетной семье хоть один ребенок, да будет удачлив, кто-то таким образом хочет получить все социальные блага от государства, кто-то просто считает, что Бог заповедал плодиться и размножаться, и сделал эту заповедь самоцелью на всю

жизнь. Хорошо сказал на эту тему один знакомый психолог: «Муж попользовался телом жены, а за последствия должен Бог отвечать».

Моя мама всю свою жизнь чувствовала себя одинокой. С самого раннего возраста она была одна в семье. Ее окружали родные и двоюродные бабушки и тетки. У нее не было даже троюродных сестер и братьев. Ее мечтой детства было желание выйти замуж и родить много детей.

Рождение детей и их количество – это решение обоих родителей в рамках семьи. Взрослые люди осознанно идут на то, чтобы в их доме бегали малыши и приносили радость. Кажется, что будущие трудности совсем не беспокоят ни пап, ни мам. Женщина добровольно берет на себя трудности вынашивания детей. Некоторым доставляет даже удовольствие регулярно посещать роддом. Кормить большую семью – это уже обязанности папы. И домашний детский сад выглядит таким милым и замечательным с обилием дней рождений, веселых встреч Нового года и прочих семейных радостей. Но среди всего кроется то, о чем не задумываются родители, когда представляют себе дом – полную чашу. Дети, выросшие в многодетной семье, часто выходят во взрослую жизнь с приданым, которое хочется спрятать от других глаз. Зачастую приобретая разные комплексы, страхи, привычки, рано становясь взрослыми, эти дети теряют радость детства и долго хранят боль и обиды от недостатка внимания и бытовой неустроенности. Кажется, что родители не представляют себе, а что же будет потом, когда дети вырастут, начнут получать образование, жениться и выходить замуж. Дать полноценное образование, помочь материально в становлении семьи, дать хоть какое-то приданое может мизерное количество семей. Все остальные отпускают детей в вольное плавание по жизни. И когда появляются внуки, то у родителей уже не хватает эмоциональных сил, ни здоровья быть бабушками и дедушками.

Анонимный автор

Мама опять начала, разумеется, не на пустом месте. Я закричала, возмущившись, что папа сказал незаслуженно мне обидные вещи, неправильно услышав мои слова. Она сначала завизжала: «Закрой рот, сука, б...ь!» Потом сидела, грызла орехи и говорила, что я дерьмо и паршивый человек, что я уродина и гадина. Как психолог. И все психологи суки, раз я такая сука. (А я учусь на психолога просто.) И дура я, и дебилка, и все на свете. И вообще, мне нужно идти на стройку с моим поганым визжащим голосом, командовать прорабами, а так я полное чмо и ничтожество. Увы, это дословно. Она сидит и прямо в лицо это выговаривает, жадно ловя мои эмоции в глазах. Видит, что я не реагирую, все гаже и гаже говорит вещи: «Вы все гады, сволочи, твари, психолог – профессия для не для такого дерьма, как ты, я на психологов бумагу напишу, чтобы эту профессию убрали...»

А как только я начала плакать и голос стал срываться, обрадованная собралась и ушла, визжа, что я е.....я истеричка и испортила ей настроение. Потом она сидела и обзывала меня в комнате, что я гадко разговариваю, а папа ей поддакивал. Уйти сразу я не могла, я ела первый борщ брата-повара, и это было бы очень гадко с моей стороны.

Я уже не могу, плачу и плачу, я потеряла смысл жизни, я не могу думать, что я сильная. Она жрет меня, моя мать, я не могу её прощать и любить! И карьеру она свою лицемерием сделала, она с детьми работает в детской комнате, с ними она по-доброму разговаривает, не визжит и не швыряет вещи.

Я мечтала быть психологом, с удовольствием училась, а она все сожрала своими словами, что я г....о, а не психолог. Извините, что так безграмотно. Я умереть хочу... Я не вижу смысла жить...

alena_aksБоюсь признаться, но держать в себе это всё уже нет сил... Всё моё детство с

периодичностью в полгода/год один из моих родителей буйно выпивает, и вот уже много лет я каждый раз попадаю под «горячую руку», меня бьют и матерят... Конечно, я уже выросла и сформировалась как личность, но эта беда творится в моей семье до сих пор и неизгладимо оставляет отпечаток в памяти у меня и у моей младшей сестры... Я очень за сестру переживаю: ей всего 8 лет, в таком возрасте она должна любоваться красотой жизни и мира, а вместо этого смотрит на насилие, боль и агрессию... Мне очень трудно сейчас даже писать всё это, но мне нужно наконец-то вылить свои переживания. Я прошу лишь совета... Что мне дальше делать? Как вести себя дальше при таких ситуациях? Как уберечь сестру, если это ещё возможно? Я пробовала по-всякому реагировать на происходящее: игнорировать, смеяться, уходить... Но результат всегда один и тот же – плевков в мою душу, которая с каждым разом всё сильнее умирает.

Нобуру

Знаете, рано или поздно всякому терпению приходит конец. Теперь, когда меня в очередной раз довели до слез родные родители, я больше не могу все это держать в себе. Я так устала от этого всего... Я больше не могу. Я не хочу больше жить, я не хочу завтра просыпаться. Я хочу умереть. Я устала быть сильной. Я тоже хочу любви и ласки родителей, хочу слышать не только постоянные упреки и крики в свой адрес. Хочу просто услышать пару хороших слов из их уст. Не хочу больше слышать постоянных придирок мамы. Мне надоело радостно встречать мать с работы, потому что сразу при входе она меня в чем-то начинает упрекать или может накричать. Надоел отец, который постоянно винит меня непонятно в чем. Мне все надоело!

Наступил такой момент, когда меня предали все мои друзья. У меня нет любимого человека. Я совсем одна, и вот сейчас я себя чувствую такой одинокой. Нет такого человека, которому бы я могла все рассказать, просто поплакаться на плече. Да, родители меня обеспечили материально, но они никак не могут понять, что материальное не главное, я хочу почувствовать их любовь. Знали бы вы, как они ко мне относятся! И самое противное, что я при этом молчу и даю себя в обиду. Я... Мне так больно! Ведь я их и люблю, и... ненавижу. Я жалею, что умею любить. Я хочу быть бездушной тварью, какая их не будет прощать и уйдет от них навсегда. Как-то я уже хотела с собой покончить, но вспомнила о них. Опять преградой мне стала любовь!!!!!!

Господи, как же мне сейчас больно. Я не заслужила все это! Я хорошо учусь, не пью, не курю, по ночам не гуляю. Есть подростки в 100 раз хуже меня, но к ним относятся, как к детям, а ко мне, как к тряпке: «Ее можно обижать, ведь она все простит!» Я НЕНАВИЖУ СЕБЯ! За вот эту доброту душевную. Об меня можно легко вытереть ноги. Кто я такая? Я – игрушка для родителей. Господи, я, как никогда, хочу умереть сейчас. И сейчас я пишу вот этот пост в интернете, который мне заменяет живого человека. Когда-нибудь я либо сойду с ума, либо покончу с собой. Ведь я же не железная. Я обыкновенный человек с элементарными потребностями в душевной теплоте других людей. А ее нет. Я одна во всем мире. Долго я не продержусь...

Ответ ДРУГА

Грустные письма, но прошу, девчонки, не отчаивайтесь. Я помогу вам найти друзей. Но прежде *предлагаю примерить на себя другую точку зрения, которая гласит: «Не пора ли избавиться от жалости к себе?»*

Посмотрите вокруг. В мире происходит столько событий, которых, по мнению нытиков, просто не может быть. Да – совершаются новые открытия. Да – наступают весна, лето, зима, осень. Да – исцеляются от неизлечимого. Да – любят и любимы. Да – живут дружно и счастливо. ДА, ДА, ДА! Что нужно, чтобы пессимистическое «нет» превратилось в «да»?

Проснуться. Перестать надеяться, что кто-то это сделает за тебя. Девочки! Включайте любознательность и стремление к счастью. Сделайте усилие, улыбнитесь жизни. Вдохните полной грудью глоток свежего воздуха и чистой энергии. И, раз уж родились на свет и живёте на этой Земле, так развивайте свою готовность идти к победе. Проявляйте способность идти вперед, когда другие отступают перед трудностями.

«Если ты думаешь, что ты можешь – ты можешь! Если ты думаешь, что не можешь – ты не можешь», – говорил знаменитый Генри Форд.

Ваш друг КЕИФП А эта притча – в подарок.

Остров чувств Давным-давно, далеко отовсюду, был остров, на котором жили все Чувства и духовные ценности людей: Радость, Грусть, Познание и другие. Вместе с ними жила и Любовь. Однажды Чувства заметили, что остров погружается в океан и скоро затонет. Все сели в свои корабли и покинули остров. Любовь не спешила и ждала до последней минуты. И только увидев, что на спасение острова нет надежды, что он почти весь ушёл под воду, Любовь принялась звать на помощь.

Мимо проплывал роскошный корабль Богатства. Любовь попросилась на борт, но Богатство сказало, что на его корабле много драгоценностей, золота и серебра, а для Любви места нет. Проплывал мимо фрегат Гордости. Попросилась Любовь и к ней, но в ответ услышала: *«Ты нарушишь мой порядок и совершенство»*. Проплывал мимо кораблик Грусти, но и Грусть не вняла мольбам Любви и отказалась принять её на борт: *«О Любовь, – ответила Грусть, – мне так грустно, что я должна оставаться в одиночестве»*. Мимо острова проплыла Радость, но она была так занята весельем, что даже не услышала мольбу Любви.

Совсем отчаялась Любовь, и вдруг видит – плывёт мимо неё в уютной лодочке седовласый старец и зовёт её: *«Любовь, я возьму тебя с собой»*. Любовь от счастья даже забыла спросить старца, как его зовут. Высадил старец Любовь на сушу и поплыл себе дальше. И только когда лодка старца скрылась, Любовь спохватилась: ведь она даже не поблагодарила старца.

Любовь обратилась к Познанию:

– Познание, скажи мне, кто спас меня?

– Это было Время, – ответило Познание.

– Время? – удивилась Любовь. – Отчего Оно мне помогло?

– Только Время понимает и знает, как важна в жизни Любовь, – ответило Познание.

– Но почему ко многим оно так долго мне не позволяет приходиться? – продолжала удивляться Любовь.

– Потому что они ждут в бездействии и не готовы к встрече с тобой! – неожиданно добавил КЕИФП.

– Но ведь они хотят жить под моим крылом, – не унималась Любовь.

– Хотеть – обливаясь слезами обид, лёжа на диване. И жить – осознанно наполняя сердце Любовью, – большая разница.

Ты же знаешь об этом сама! И сама же говоришь: *«Только тот, кто прежде научится любить и ценить самого себя, становится избранником Любви и достигнет в жизни всего, чего пожелает»*.

– Ты прав, КЕИФП! – согласилась Любовь.

Gali Inimitable Gali Inimitable

Я на самом деле гораздо чаще злюсь на бабушку с дедушкой. В молодости они оба были людьми жёсткого характера, а моя мама им старалась не перечить. Теперь они уже в возрасте – свои заморочки, плюс, ну никак не могут понять, что я НЕ ЛЮБЛЮ, когда на меня орут и

МОГУ ответить... Да отвечаю я так, что мало не покажется... Короче, это не всегда цензурно... А однажды, 2 Школа разозлившись, я схватила нож и замахнувшись, всадила его сантиметров на 10 в стену... Знаете, здорово помогло – такие тихие потом дед с бабкой ходили.

Размышление Как остановить поток агрессии – физической или словесной? Ответить по принципу «око за око, зуб за зуб»? Можно ли остаться человеком, когда тебя унижают ежедневно или даже ежечасно? Как ни странно, выход один – сохранить в своём сердце нетронутый остров любви. Пусть даже сейчас он претерпевает лишения и засуху. Всё равно когда-нибудь у тебя появится шанс превратить его в цветущий райский уголок. К примеру, это удалось сделать английской писательнице Тони Магуайр, автору пронзительного романа «Только не говори маме» – романа, основанного на реальных событиях. Героиня автобиографической саги испытала ужасные мучения – отец её насиловал, избивал и всячески унижал, а мать предала свою дочь, молча потакая тирану и выражая своё брезгливое отвращение к несчастной жертве. И что же, Тони озлобилась и прокляла родителей? Отнюдь нет, она проявила чудеса великодушия и смогла их простить. Особенно трогательна одна из сцен в больнице, где Тони поддерживает умирающую мать и туда же приходит одряхлевший отец:

«– Антуанетта, – услышала я его голос, в котором отчётливо проступали жалобные нотки, удивившие меня, – она уже не вернется домой, это правда?

Я уже не искала конфронтации, а потому устало ответила:

– Правда.

Встретив его вмиг погрузневший взгляд, я почувствовала, как во мне невольно шевельнулось сострадание, – и мысли унеслись на десятилетия назад, к воспоминаниям о весёлом, красивом и добром отце, который однажды встречал нас в порту. Я с тоской подумала о том, как любила его в тот момент, когда он поднял меня в воздух и поцеловал маму. Этот миг как будто застыл во времени, и я снова увидела лицо матери, сиявшее оптимизмом, а с годами увядшее вместе с надеждами. Я едва не задохнулась от обиды, задавшись вопросом, как два человека, способных на такую большую любовь друг к другу, совершенно забыли о ребёнке, которого сами же произвели на свет.

– Я знаю, – продолжил он, – что совершил страшный грех, но можем ли мы быть друзьями?

Слишком поздно, подумала я. Когда-то я хотела любви. Мечтала о ней. Теперь я уже никогда не смогу дать тебе свою любовь.

Слеза скатилась по его щеке. Усыпанная пигментными пятнами рука коснулась моей руки, и я на мгновение смягчилась и просто произнесла:

– Я твоя дочь».

История из ЖИЗНИ

А вот ещё пример, который можно определить как путь

От насилия – к просветлению

Луиза Хей родилась 8 октября 1926 года в ЛосАнджелесе. Её детские годы были ужасными. Её постоянно ругали и даже морили голодом, так как она была нелюбимым ребёнком в несчастной семье. Ещё в детстве здоровье Луизы было подорвано. У неё не было родного отца, а отчим любил крепко выпить и часто жестоко избивал приёмную дочь. В основном окружавшие Луизу люди были лишены всяких представлений о морали и доброте. В 5 лет её изнасиловали, а в 15 она стала матерью, но была вынуждена отказаться от ребёнка.

Поработав прислужкой в Чикаго, Луиза перебралась в Нью-Йорк, где изменила имя и начала карьеру модели. К ней пришёл долгожданный успех и, как казалось тогда, подарок судьбы в лице миллионера и бизнесмена Эндрю Хей. Однако их брак распался, муж бросил Луизу, и её здоровье

сильно ухудишилось, а вскоре обнаружилось смертельное заболевание – рак.

В поисках спасения Луиза Хей обращалась за помощью к самым разным людям, пока однажды случайно не оказалась на лекции, посвященной позитивному мышлению. И с этого момента у неё началась совершенно иная, волшебная жизнь. Здоровье быстро пошло на поправку, а смертельная болезнь через 3 месяца оставила Луизу Хей! Из робкой личности, типичной «жертвы» она быстро превратилась в уверенную в себе, богатую и самодостаточную женщину, которая идёт по жизни с высоко поднятой головой.

Сегодня Луиза Хей известна во всём мире, на её лекции съезжаются слушатели не только со всей Америки, но даже из Европы и Австралии. Ей рукоплещут залы вместимостью в тысячи человек, люди платят сотни долларов за возможность услышать её аффирмации. А её книги издаются миллионными тиражами.

А ведь родилась Луиза в семье прачки, жила в трущобах и там бы и закончила свой век, если бы позитивное мышление не стало стержнем всей её жизни!

Эта выдающаяся женщина сделалась образцом для сотен тысяч людей в разных частях света, ибо она сама стала хозяйкой своей судьбы!

Слово Людмиле Кузиной

(психолог, системный психотерапевт, тренер)

К сожалению, культура поведения многих взрослых построена на насилии. Ограничение свободы, насильное кормление... А сколько словесного, морального насилия вокруг, когда близкие люди бесконечно друг друга осуждают и критикуют! Как ни жестоко это прозвучит, если в вашей жизни есть насилие, значит, вам нужно пройти выпавшее на вашу долю испытание, пройти с честью и на высоком, духовном уровне. У меня богатый опыт работы, и вот что я часто вижу на тренингах. Допустим, приходят два человека. Первого в детстве сильно били, но он вырос и остался живым, эмоциональным, в нём много энергии, глаза у него горят. А второй – тот, кого просто ограничивали во многом, контролировали, но ему и этого хватило! Он весь какой-то съёженный, сникший, сплошные зажимы и комплексы. Я знаю одну девочку, которую мама ударила лишь однажды, и ребёнок сумел таким тоном поставить мать на место, что больше подобное не повторялось. Конечно, в каждой семье могут быть свои причины насилия, но когда проводится глубинная психотерапия, часто выясняется, что там чётко проявлены роли – «палач» и «жертва». Если это есть, такая ситуация многое помогает осознать, главное – научиться держать удар и не сдаваться! Многие великие люди прошли через серьёзные испытания и в том числе насилие в семье. Те, кто не сломался, выросли яркими личностями.

Слово Анатолию Некрасову

Друзья! Мы совершили путешествие по первой главе этих житейских историй, и они показывают, как много сложностей в отношениях взрослых и подростков. И это ещё не самые сложные случаи. Впереди у нас много откровений. Но эти истории показывают и ещё кое-что: в каждой из них заложена возможность благого выхода из сложнейшей ситуации, только этот выход нужно увидеть, отыскать.

Взрослые придумали подростковому этапу жизни название «трудный возраст». И им невдомёк, что этот трудный возраст они создали сами – своим непониманием родительских задач, неумением строить отношения друг с другом и с детьми. Ещё раз повторю, что со своими детьми я не знал этого понятия – «трудный возраст». Мы с ними прошли этот путь гармонично. Я считаю, что гармоничное сосуществование подростков и родителей возможно и реально в каждой семье. Только нужно выполнить ряд условий.

Во-первых, как я уже говорил, родителям надо учиться быть родителями. И для начала им нужно научиться быть мужем и женой. Потому что родительство – это уже следующий этап развития. А чтобы быть хорошими мужем и женой, нужно стать настоящими мужчиной и

женщиной. А этому нигде не учат: ни в институте, ни в школе. Эти знания и качества надо приобретать самим.

Во-вторых, и подростки не должны лениться и делать всё, чтобы в семье был лад: проявлять любовь к родителям и помогать им любить друг друга. Ведь это их пространство жизни, и надо заботиться о нём.

В-третьих, взрослым и детям нужно научиться уважать друг друга. Родителям – понимать, что дети – это самостоятельные души, пришедшие в эту жизнь для решения не родительских, а своих задач. А родители только создают условия для их прихода и развития. А детям нужно испытывать благодарность к родителям за то, что они появились в этой жизни с их помощью. А также понимать, что родители – не опытные психологи и педагоги, а самоучки и, чаще всего, дилетанты в этих вопросах, поэтому нужно уметь их прощать и помогать им учиться на собственных ошибках.

В-четвёртых, родители должны видеть в детях своих учителей. Да-да, именно своих учителей! Непросто взрослому человеку увидеть в своём ребёнке учителя. А у ребёнка можно многому научиться! А тем более у подростка. Ведь каждое новое поколение приходит более зрелым и приходит именно за этим – научить родителей и исправить их ошибки.

Можно ещё многое добавить к перечисленным условиям, но даже выполнение этих создаст совершенно другую картину, другие отношения и другую жизнь. В этой книге мы все вместе: и авторы, и родители, и подростки будем учиться строить новые отношения друг с другом.

Если в жизни SOS

То, что не убивает меня, делает меня сильнее.

Фридрих Ницше

Что делать, если «предки» вас совсем не понимают? Как справиться с безответной любовью? Как выйти из неудачников в лидеры? Куда податься, если вас бьют или унижают морально? А если жить совсем не хочется? Понимаем, что непросто найти ответы на эти вопросы. Но попытаться всё-таки стоит. На последних страницах книги вы найдете полезные контакты – нечто вроде «спасательного круга» для утопающих.

Скоро на сайте www.keifo.ru, появятся номера телефонов и адрес, которые позволят напрямую обращаться к КЭИФПу и получать от него поддержку и полезные советы.

Конец ознакомительного отрывка книги

[Скачать полный вариант книги](#)