

Светлана Кузина

Светлана Кузина

ДЕТСКИЕ ТРАВМЫ БОЛЬШИХ ВЗРОСЛЫХ



Издательство АСТ
Москва

УДК 159.9
ББК 88.5
К89

В оформлении обложки использована репродукция картины Хуго Симберга «Раненый ангел». 1903 г. (Атенеум, Хельсинки, Финляндия).

Кузина, Светлана Валерьевна.

К89 Детские травмы больших взрослых. Как преодолеть то, что родом из детства / Светлана Кузина. — Москва : Издательство АСТ, 2022. — 256 с. — (Практический тренинг).

ISBN 978-5-17-150424-3

Вас преследуют неудачи? Не складываются карьера и личная жизнь? Виноваты родители! Это они недолюбили, недодали, да еще и в угол ставили ни за что. Детские травмы стали модной темой, которую обсуждают во всем информационном пространстве и блогеры, и психологи, и коучи. А соцсети просто переполнены жалобами на мам и пап, которые так испортили жизнь бедным отпрыскам, что они не могут построить свое счастье.

Конечно, есть действительно токсичные родители, которые прибегают к физическому или ментальному насилию. Но большинство матерей и отцов провинились лишь в том, что были слишком строги и требовательны, причем из лучших побуждений. Так кто же прав: с одной стороны — униженные и оскорбленные дети, с другой — агрессивные и жесткие родители? Решать вам, после того как вы узнаете:

- в кого у вас скверный характер;
- за что вас наказывали;
- от каких мам и пап надо бежать, а кого постараться понять;
- кто на самом деле виноват в том, что у вас ничего не получается;
- как обиды разрушают здоровье;
- к чему приводит деструктивное поведение и детей, и родителей.

Если вас не убедят объяснения психологов, то разобраться с семейными проблемами помогут реальные истории людей, рассказанные ими в соцсетях, — искренние и правдивые.

УДК 159.9
ББК 88.5

ISBN 978-5-17-150424-3

© Кузина С.В.
© ООО «Издательство АСТ»

Вступление

«Злые мамашки и папашки во всем виноваты!»

Иногда детские обиды пускают настолько глубокие корни в душе человека, что, повзрослев, он перестает общаться со своими родителями. С годами кто-то все же прощает своих мам и пап, но встречаются и те, кто до конца жизни выстраивает оборонительную стену между собой и старшим поколением. Среди обиженных встречается немало известных личностей, жизнь которых с виду кажется благодатной и радостной. Однако даже в их нынешнем звездном благополучии тяжелые моменты из несчастливого детства нет-нет да напоминают о себе.

Так, например, по признанию **актрисы Светланы Ходченковой**, она давно вычеркнула из своей биографии родного отца. Он ушел из семьи, когда она была еще совсем маленькой. Чтобы дочь ни в чем не нуждалась, матери приходилось и мести двор, и мыть подъезды. Будущая звезда экрана жила в бедности и даже часто ходила голодной. Несколько лет назад папаша попытался наладить контакт со знаменитой до-

черью, но она наотрез отказалась с ним даже разговаривать. В итоге папаша стал мстить дочери, появляясь на разных ток-шоу, на которых обвинял дочь в бесчувственности и нежелании ему помогать: «Ни рубля не выпросишь! А я, может, ремонт хочу сделать!» Но актриса, оставаясь непреклонной, не реагирует на публичные просьбы отца — она не намерена помогать чужому человеку, который когда-то бросил их с мамой на произвол судьбы.

В автобиографическом фильме «8 миля» американский **рэпер Эминем** (настоящее имя — Маршалл Брюс Мэтерс III) жаловался на свою мать Дебби Мэтерс. Она, после того как ее бросил муж, кочевала по стране в поисках заработков, пила, злоупотребляла наркотиками, занималась проституцией. В итоге у нее начались проблемы с психикой: она страдала синдромом Мюнхгаузена, который заставляет приписывать себе различные болезни в надежде получить внимание близких. Оставшись без родительского внимания, будущая знаменитость стала жить у двоюродной бабушки и дяди, которых он до сих пор считает самыми родными людьми. А мамаша, когда, протрезвев, узнала, что ее сын — богатый человек, решила нажиться на его имени. Сначала подала на своего сына в суд за то, что он якобы в одном из интервью назвал ее «наркоманкой, бродяжкой и алкоголичкой», за что в качестве компенсации потребовала от него 10 миллионов долларов.

Но получила чуть меньше двух тысяч долларов в качестве моральной компенсации. Не успокоившись, через несколько лет выпустила книгу «Мой сын Маршалл, мой сын Эминем», где жаловалась на черствость и холодность «любимого сыночка». Рэпер никак не отреагировал на эти выпады, так как через некоторое время мать тяжело заболела. Но общаться с матерью Эминем отказывается до сих пор.

В марте 2022 года на сайте [vk.ru](https://vk.com) со ссылкой на YouTube-канал Super появилось сообщение: «**Дочь Валерии Шена** (Анна) рассказала, как над ней издевался отец». В частности, она рассказала, что отец выставлял ее голой на улицу и даже сажал в клетку к собаке. Кроме того, она вспомнила, как отец приводил домой любовниц, пока она болела ангиной. При этом, по ее словам, все происходило на ее глазах. «Это отвратительно, если уж вы изменяете своим женам, то делайте это хотя бы не при детях», — заявила Шена. Также девушка рассказала, что однажды в наказание за то, что она не почистила зубы, отец выгнал ее на улицу, где было холодно, в одной ночной рубашке. А когда Валерия решила забрать дочь, Шульгин, по словам Шены, начал ее избивать. Сейчас девушка не общается с отцом: по ее словам, она не звонит ему и не интересуется его делами. При этом она добавила, что у нее уже нет обиды на родителя. Напомню, что Александр Шульгин был вторым мужем Валерии, они развелись

в 2002 году. В браке родилось трое детей: Шена, а также двое ее братьев, Артемий и Арсений. О своей жизни с этим «деспотом» Валерия написала книгу «И жизнь, и слезы, и любовь».

Актриса **Настасья Самбурская** до сих пор с ужасом вспоминает своего отца-пьяницу, из-за которого семья жила в жуткой нищете. Папаша выносил из дома все, что можно было продать или обменять на водку. Бил мать, дебоширил. Скандалы были чуть ли не каждый день. «Чужие люди мне гораздо ближе, — рассказывала Настасья репортеру из Кино-Театр.РУ. — К ним я побегу, а семья — это последние люди на планете, которым я позвоню. Потому что у меня с ними вообще ничего общего нет. Я отпустила это. Пожалуйста, только не трогайте меня. Они же все равно мне периодически звонят, как-то напоминают о себе, хоть раз в году. Но я не хочу. Зачем меня заставлять делать то, что я не хочу? Я не могу себя заставить полюбить. Не хочу я их любить. Они меня не любили, и я им сейчас плачу тем же самым. Прекрасно, что у меня есть возможность выбирать, с кем мне общаться.

Меня били. Я злилась. А они еще сильнее били. А я с каждым разом все больше и больше выпендривалась. Я пошла вечером как-то куда-то гулять, отец сидел где-то там наверху над оврагом и увидел, что я пошла гулять. Я погуляла и вернулась. Я не бухала, ни с кем не путалась. Ну что я такого сделала? Он меня начал бить, а я молча-

ла. А он продолжал еще сильнее. И когда я поняла, что я уже просто не могу, издала какой-то звук, и он остановился. Ты же можешь какие-то вещи человеку объяснить? А со мной не разговаривали в духе "это нельзя делать, потому что так-то и так-то, я переживаю за тебя". А я же не понимала, почему мне влетает. Я поехала в деревню к подружке, отравилась, не смогла приехать на электричке, приехала на следующий день. Он мне сказал пойти сделать что-то по хозяйству, а я присела и уснула, потому что мне плохо было. Я услышала его шаги и проснулась, села, а он по коленкам бьет меня ремнем. За то, что я сразу не подорвалась, куда сказали. А я просто уснула. А моя мать все это видела. И развелась она с ним только тогда, когда я уехала. Ты что, раньше не могла этого сделать?

...Он сидел пять лет. Потом он вышел, и у него с головой что-то случилось. Я ничью любовь не хотела завоевать. Я хотела, чтобы меня просто не трогали. Маме тоже прилетало. Я насмотрелась на это. Это слабость. Страх. Ей казалось, что она не потянет одна с двумя детьми. Она же в итоге потом вообще ни с кем не осталась.

Деньгами я им помогала раньше. Сейчас нет. Понятно, что если что-то там случится и она обратится ко мне, я ей помогу. Но, во-первых, она зарабатывает, она работает. И я ей купила дом. Мне кажется, я свою миссию выполнила. стакан воды я не буду носить. С братом я не общаюсь, он вообще конченный».

Голливудская знаменитость **Деми Мур** тоже часто в своих интервью жаловалась на свое детство. Росла она в бедности с родителями-алкоголиками (родной отец их бросил и попал в тюрьму, а отчим был картежником), которые часто устраивали дома шумные вечеринки, как правило, заканчивающиеся пьяными скандалами. Соседи часто вызывали полицию. Мать забирали в «обезьянник». На фоне белой горячки она не раз пыталась наложить на себя руки. «Я была совсем маленькой, когда засовывала пальцы своей матери в рот, — рассказывала звезда журналистам. — Я пыталась вытащить таблетки, которых она наглоталась, чтобы покончить с собой. Этому научил меня отец. Именно в тот момент мое детство закончилось... В поисках лучшей жизни родители постоянно меняли место жительства. Мы сменили больше 40 городов. Потом отчим покончил с собой, и только тогда я узнала, что он мне не родной отец, а мой биологический папаша сбежал еще до того, как я появилась на свет».

А однажды, когда Деми было 15 лет и она начала привлекать внимание мужчин, мать продала ее за 500 долларов старому извращенцу. Вернувшись домой, актриса обнаружила мужчину в возрасте. У него был ключ от квартиры, который ему дала Вирджиния... Он изнасиловал Мур, а потом приставал к ней с вопросами, как она себя чувствует и каково это — быть проданной собственной матерью.

Деми сбежала из дома и начала жить самостоятельно. Но через несколько лет, когда стала знаменитой, еще раз столкнулась с наглой меркантильностью матери. Бессовестная мамаша начала продавать информацию о ней журналистам, распространяя о дочери сплетни и небылицы. Такого предательства Деми не простила и не общалась с матерью вплоть до 1999 года, когда стало известно, что та умирает от опухоли мозга. Деми, простив мать, провела с ней последние месяцы ее жизни.

До сих пор с содроганием вспоминает свои детские годы и знаменитая телесваха **Роза Сябитова**. По ее словам, мать так жестоко обращалась с ней, как будто жалела, что вообще ее родила. Как объясняет сама ведущая, поведение матери было продиктовано национальными традициями того времени: дочери в татарских семьях считаются «браком», так как не являются «продолжателями рода», и все внимание уделяют мальчикам. Так и в семье Розы вся любовь доставалась младшему брату. А ей так хотелось обнять маму, почувствовать ее тепло и доброту. Несчастная девочка пыталась чуть ли не силой выбивать «любовь» своей матери, но достучаться до ее сердца так и не смогла. Мать даже позволяла себе распускать руки, не терзаясь муками совести. За малейший проступок Роза была всегда немедленно наказана. Все новые игрушки покупали только брату, ей же приходилось раз-

влекаться с его старыми машинками и солдатишками. Да и одежду ей перешивали из старых вещей. Роза росла в атмосфере насилия, бедности и ненужности. И в 7 лет она возненавидела свою мать, так как стала понимать, что она жестокий и злой человек, да еще и пьющий. «Наверное, из-за скотского отношения матери я отчасти получилась такой, какая я есть сейчас! — уверена главная сваха страны. — Веду себя резко и иногда даже как грубиянка. К скоту даже не относились так, как мать ко мне». Мать умерла из-за пьянства. И Роза ее до сих пор не простила.

И в соцсетях можно найти немало историй про то, как жестоко родители обходились с детьми, которые выросли и до сих пор держат обиды и даже ненависть на своих самых родных людей. Ведь даже пожаловаться на то, что тебя бьет мать или отец, было стыдно, да и иной раз просто некому. Поэтому горечь и досада копились долгое время в душе и прорвались наружу только тогда, когда оскорбленные в своих самых нежных чувствах девочки и мальчики подросли и ушли из-под опеки взрослых. И вот теперь жалуются кто в «Одноклассниках», кто «ВКонтакте»...

«В детстве меня бил отчим. Мама могла шлепнуть, но так, под влиянием момента, а вот отчим бил ремнем, широким, толстым, кожаным, хорошо, что без пряжки. Достаться могло за все что

угодно: или опоздала домой с прогулки на пять минут, или ему показалось, что я повысила голос в ссоре, или неуважительно отнеслась к его матери. Самое обидное в этом было то, что мама никогда-никогда не вставала на мою защиту, хотя, по факту, руку на меня поднимал совершенно посторонний человек — они были даже не женой. Мама же предпочитала отсиживаться в другой комнате или на кухне, а потом делать вид, как будто ничего не произошло, никогда меня не жалела и не поддерживала. Я до сих пор не могу ей этого простить.

И при этом не выношу физического насилия: дважды мои романы заканчивались, когда человек поднимал на меня руку. Для меня это табу. И в отношении детей тем более — слишком хорошо помню это чувство бессилия, абсолютной незащитности и жгучей обиды на взрослых. До сих пор плохо лажу с людьми, не умею заводить знакомства, на работе все меня считают пуганой мышью». *Л.Р.*

«Моего мужа родители воспитывали в строгости: за малейшую провинность наказывали либо физически, либо начинали "играть в молчанку" — прекращали разговаривать на неопределенный срок. К сожалению, сейчас, когда у нас появились собственные дети, он полностью следует этой модели воспитания и требует от нашей пятилетней дочери тотального подчинения и послушания, как в армии или тюрьме. Чуть что не

так — ругань и наказания. Я, естественно, вступаю за дочь и получаю тоже по полной: "Ребенка воспитала плохо, не мать, а говно на палке". При этом довести дочь до слез для него — дело двух минут, иногда он прямо специально ее троллит, как будто ему это доставляет удовольствие. Литературу специальную по воспитанию читать не хочет, считает, что сам все прекрасно знает». Д.Г.

«Меня в детстве наказывали так: "Знаешь, что виновата? Неси ремень, снимай штаны, ложись на диван". Причем так происходило до 13 лет. То есть тотальное унижение и демонстрация власти со стороны отца. Я очень тяжело все это пережила, много работала с психологом, чтобы отпустить все это дерьмо.

У меня даже в сексе были проблемы: я как будто невольно проводила параллель между доминированием при наказании и доминированием мужчины в постели и зажималась страшно. Но вроде удалось преодолеть эту травму. Сама я человек очень раздражительный, но детей своих не бью ни при каких обстоятельствах. Скорее отдубашу диван или еще какую мебель, но детей — никогда. Но мой плохой характер, который мне испортили родители, мешает мне стать счастливой и богатой». М.

«В детстве меня били регулярно и очень "качественно" — так, чтобы окружающим не было заметно. Но чувства унижения или обиды я вообще не помню — для наказания всегда была

веская причина. Мой отец считал (наверное), что какие-то вещи и прописные истины до нас с братом иначе донести никак нельзя, кроме как физически воздействуя. Никакой жалости к себе я не испытываю, у меня было прекрасное детство, и битье — это просто его часть. Моего папу точно так же в детстве била его мама — моя бабушка, которую я обожала, она была милейшим и добрейшим человеком. Но, видимо, что-то действительно в ребенка проще вбить, чем сто раз объяснять». Ж.

«Я многократно и сильно битая матерью, помню очень хорошо страх, унижение, беспомощность. Мне даже читать больно такие спокойные размышления людей о том, в каких случаях это оправдано. Для меня применение физического наказания к собственным детям абсолютно неприемлемо как раз потому, что я на собственном опыте знаю, как это — быть отшлепанным ребенком. Конечно, бывают ситуации, когда я выхожу из себя и вообще не знаю, что делать, бессилие захлестывает. В такие моменты я стараюсь отойти от ребенка подальше, продышаться, умыться холодной водой, максимально успокоиться. Моя раздражительность часто мешает мне в жизни, например, выстраивать отношения с людьми, найти хорошую работу, быть успешной». Н.З.

«Я была самой нелюбимой из детей, меня били постоянно, били при друзьях, что приво-