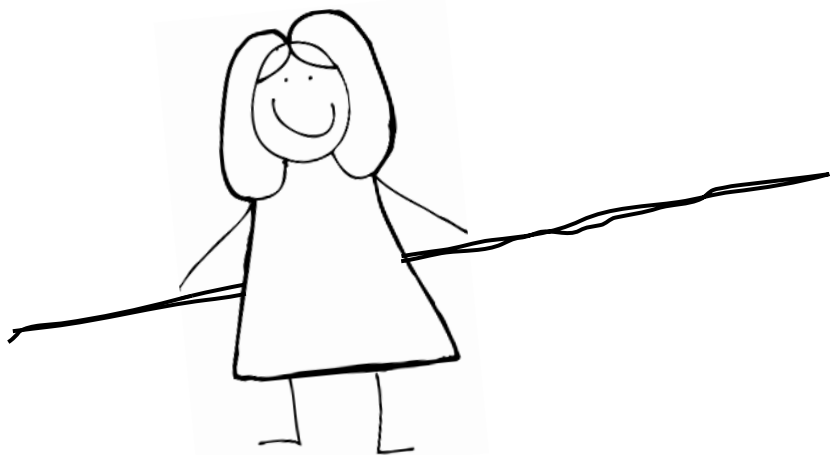


@LARANGSOVET



Лариса Суркова

Я ПРОСТО МАМА

ИДЕИ, СОВЕТЫ И ИСТОРИИ



Издательство «АСТ»

Москва

УДК 159.9
ББК 88.5
С90

Суркова, Лариса.

С90 Я просто мама: идеи, советы и истории / Лариса Суркова. – Москва: Издательство «АСТ», 2017. – 320 с.

ISBN 978-5-17-102101-6.

Когда родилась моя старшая дочь, я завела дневник. Описывала в нём прирост веса моей малышки, её настроение и поведение, записала, когда она первый раз улыбнулась, и когда проклюнулся её первый зубик. Так это стало доброй традицией – я пишу, чтобы помнить.

Надеюсь, что мой дневник сможет помочь многим родителям и тем, кто когда-нибудь планирует ими стать. Я расскажу вам о жизни с детьми – настоящей, со своими радостями и переосмыслением ценностей. Здесь будет и много личного, и много важного – о воспитании, о вашей новой жизни с ребенком, об этапах его развития и роста.

Вся моя жизнь на этих страницах, и я поделюсь ею с вами: своими воспоминаниями, наблюдениями, советами и даже рекомендациями. Помните, что семья – самое главное и ценное, что у вас есть!

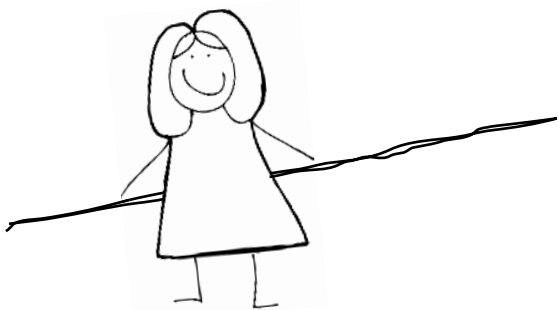
УДК 159.9
ББК 88.5

ISBN 978-5-17-102101-6.

© Суркова Л.
© ООО «Издательство АСТ»

ЧАСТЬ 1

Дневник
просто
мамы



К

огда я задумывала эту книгу, то фантазировала — как это будет? Вот сяду я весной за стол, открою окно, вдохну ароматы леса — и потечёт, побежит моя творческая мысль. Весна давно прошла, наступило дождливое лето — и уже не откроешь окно из-за сильного ветра. Но у природы нет плохой погоды, и если в моей повседневной жизни удастся выкроить час времени, его надо расходовать с пользой, ведь второго шанса может и не быть. Поэтому начну!

Итак, о чём моя новая книга? О жизни обычной женщины, которая родила четверых замечательных детей и, проводя свою жизнь рядом с ними, успела ещё кое-что: защитила диссертацию по психологии, создала популярный блог, написала несколько книг. Но прежде всего эта книга о них, о детях.

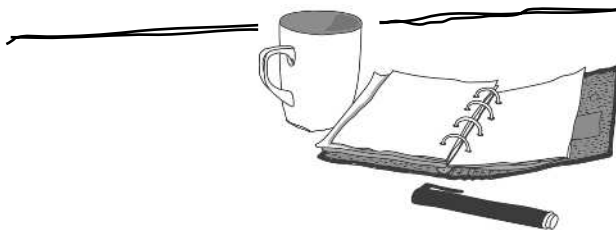
Я просто мама

Когда восемнадцать лет назад родилась моя старшая дочь, я завела дневник. Описывала в нем прирост веса моей малышки, её настроение и поведение, записала, когда она первый раз улыбнулась и когда проклюнулся её первый зубик. Так это стало доброй традицией — я пишу, чтобы помнить.

Я думаю, что эти дневники могут помочь многим родителям и тем, кто когда-нибудь планирует ими стать. Я расскажу о жизни с детьми — настоящей. Вся моя жизнь на этих страницах, и я поделюсь ею с вами. Уже сейчас, взяв в руки эти записи, я едва сдерживаю слёзы... Отрывки из моих дневников помогут вам прожить вместе со мной весь поток моих эмоций и ощутить то, что переживала я.

ГЛАВА 1.

Начало истории



Когда же эта история началась? Можно вести отсчёт с момента моего появления на свет, или замужества, или рождения старшей дочери. Но я начну, пожалуй, с того времени, когда мне было шесть лет. Как сейчас помню: качаюсь я на качелях и ору во всю глотку: «В юном месяце апреле в старом парке тает снег, и крылатые качели начинают свой разбег...» Тут на соседние качели садится девочка Тома (сейчас это такое редкое имя!) и спрашивает меня: «А о чем ты мечтаешь?» Ответ не потребовал у меня ни секунды на обдумывание: «Я мечтаю, как я выйду замуж и у меня будут дети». Я добавила: «У меня будет две дочки — Аня и Наташа».

Я всегда знала, что буду мамой. Откуда это пошло? Не знаю. Я из обычной, не многодетной семьи, каких было

много в СССР — мама-учитель, папа-военный и старшая сестра. Мы много переезжали, меняли города и школы (их у меня было восемь штук). Тут прямо просится фраза: передаю привет всем, кто меня узнал, с кем я училась в одной школе и гуляла на детских площадках. Я не была ни отличницей, ни боевой девчонкой — такой середнячок. Но вот работать, помогая людям (все варианты — от медсестры до учителя), и иметь детей я хотела всегда.

...1 сентября 1995 года. С той осени прошло почти шестнадцать лет. Я студентка первого курса факультета психологии Московского государственного университета. Молодая и восторженная, в предвкушении взрослой жизни, жду начала собрания для первокурсников. Вот входит куратор курса и с ней пять человек. Нам представляют старост... С этого момента я ничего не помню, ведь всё моё внимание направлено на него.

С моей стороны это была любовь с первого взгляда. «Павел Жогов» — забилось в моих ушах, висках и в сердце. Я поняла — вот он, отец моих детей. Мой муж потом рассказывал о похожей реакции, в которую я, конечно, не очень верю. Ведь он был первый парень на курсе: прошёл армию, работал, был на девять лет старше общей массы студентов, вроде меня. Но факт остается фак-

Лариса Суркова

том — летом следующего года мы стали мужем и женой. И прошло с тех пор уже двадцать лет, а это о чем-то говорит!

Мой муж очень хотел детей, но мы планировали стать родителями только после института. Наша старшая дочь оказалась с этим не согласна. Это мы уже потом узнали, что она всё и всегда делает по-своему. Первая беременность была для меня сюрпризом, но самым лучшим сюрпризом в моей жизни! Мне было восемнадцать лет. Честно говоря, я не очень хорошо понимала, откуда вообще берутся дети, — а тут вдруг должна была стать мамой!

Мои представления о беременности были окутаны флёрром романтики и магии: «Вот я лежу, вся такая беременная, и вдруг захотела клубники среди ночи, ну и муж, конечно, отправляется на поиски». Но проблема оказалась в том, что я не хотела клубники, я хотела нюхать бензин (запах которого я совершенно не выношу в обычной жизни), а функция мужа была в том, чтобы не пускать меня на автозаправки. Первые четырнадцать недель меня мучил дикий токсикоз, который затем сменился таким же диким аппетитом. Врач в женской консультации не интересовалась ничем, кроме давления, которое у меня традиционно «около нуля». Я закидывала в желудок всё, что видела, и это в конце

концов превратилось в 25 кило набранного веса. При моих стартовых 45 килограммах это, конечно, было катастрофой. При этом я ездила на учёбу, и моя дочка уже в утробе впитывала все науки — от философии до английского языка, от психологии до всемирной истории. Хвала образованию МГУ — расширенному и всестороннему!

Я получала огромное удовольствие от беременности. Как оказалось позже, я истинный фанат этого периода. Я постоянно разговаривала с малышом, который, как нам сказали на УЗИ, — мальчик. Сейчас, вспоминая, я с трудом понимаю, как можно было хоть что-то разглядеть на экране размером пять на пять сантиметров в оттенках от чёрного до серого. Но тогда УЗИ было в диковинку, и мы испытали огромную радость от того, что малыша можно увидеть, пусть даже в плохом качестве и на маленьком экране. Однако на следующем сеансе УЗИ мы получили шок. Врач с задумчивым видом сообщила мне: «Не знаю, как это возможно у таких молодых родителей, но у вашего мальчика серьёзная патология — одна нога короче другой более чем на два сантиметра». Я была в ужасе: рыдала не переставая, выискивала в медицинских энциклопедиях хоть что-то об этой патологии. Интернет тогда только зарождался,

и воспользоваться «окей, гугл» я, увы или к счастью, не могла. Муж в это время искал другого специалиста. Прошло три недели мучений и рыданий, из-за которых я узнала еще один «беременный» термин — «сохранение». И вот на очередном УЗИ мне объявили, что ноги у ребенка в порядке, и у нас... замечательная девочка!

2 октября 1996 года:

«Сегодня произошло невероятное: мы были на УЗИ, и нам сказали, что ты девочка! Разумеется, мне абсолютно всё равно — мальчик ты или девочка, я всё равно люблю тебя больше жизни. А вот папа не верит в такую вероятность: развил мне теорию, что в его роду это невозможно. Но он тоже любит тебя! Так что расти спокойно, наша зайка».

Случай с неточным диагнозом заставил меня обратиться с риторическим вопросом «как же так можно?» к одному из преподавателей университета. Он развёл руками и сказал: «Психологии беременных у нас в стране нет». Со свойственным мне максимализмом я решила, что раз нет, то будет, и взяла перинатальную психологию темой своих курсовых работ.

Я просто мама

Мне никак не обойтись без отсылок к любимой профессии. Знаете, я часто работаю с парами, которые по тем или иным причинам не могут забеременеть, хотя вроде бы всё хорошо со здоровьем, и отношения вполне гармоничные. И тогда врачи, опустив руки, отправляют их «лечить голову». Они приходят к психологу — то есть ко мне. И первый вопрос, который я им задаю: «Зачем вам ребёнок?». Некоторые напрямую отвечают на него, а есть те, кто пытается дать социально одобряемый ответ, из разряда: «чтобы оставить след в истории» или «продолжить род». То есть на самом деле им — этому мужчине и этой женщине — ребёнок не нужен. А то, что нужно «обществу», человеческое подсознание не считает нужным выполнять.

И вот, анализируя это, сейчас я задумалась: «А зачем мне нужен был тогда первый ребёнок?» Я развеселю вас ответом, зато он честный и от души, как и бывает у семнадцатилетних детей: я хотела пухленькую доченьку, которую буду красиво одевать и возить в «прикольной» коляске. Знаю, это звучит глупо, по-детски, но всё было именно так.

Я совершенно не была готова к родительству. Это факт. Нам не рассказывали об этом в школе. Более того, даже главы учебника по анатомии, относящиеся к раз-

множению, учитель, отводя глаза, пролистая и отдала нам на «самостоятельное изучение». У меня не было младших братьев и сестёр, а сама я по меркам тогдашней медицины поздний ребёнок. Мягкие роды, грудное вскармливание, раннее развитие? Я совершенно не понимала, о чём речь. И сейчас я могу сказать: как же здорово, что в то время я училась на факультете психологии МГУ! Благодаря лучшим педагогам, в том числе и Юлии Борисовне Гиппенрейтер, мне удалось сложить хоть какое-то представление о том, что такое дети, и получить «инструкцию по применению». Когда меня сейчас спрашивают, в каком возрасте лучше рожать, я (учитывая мой опыт в 18, 23, 29 и 35 лет) честно отвечаю: «Не знаю». Каждый раз это совершенно разные эмоции, ощущения и осознание происходящего. Но мой первый опыт, однозначно, был самым стрессовым.

Ну что же, уважаемые читатели, готовы к первому эпизоду в цикле «Как я опять стала мамой»? Я назвала его — «Так появилась Мария».