

Книга для мам и взрослых детей

# Как найти маме мужа

7 простых шагов



Софья Чернышова

+ Комментарии психолога



Софья Чернышова

**Как найти маме мужа. 7 простых шагов. Книга для мам и взрослых детей с комментариями психолога**

«Издательские решения»

## **Чернышова С.**

Как найти маме мужа. 7 простых шагов. Книга для мам и взрослых детей с комментариями психолога / С. Чернышова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-835391-8

«Мама, почему ты одна, не выходишь снова замуж?» — спросили меня взрослые дети. И правда — почему? Готова ли я к новым отношениям? Чего я боюсь? Я стала разбираться и кое-что поняла про нас, одиноких женщин, рожденных в СССР. Страхи, сомнения, комплексы и предрассудки встали во всей красе. Как их преодолеть и выйти снова замуж в 50 лет на радость себе и детям? Ответы в этой книге.

ISBN 978-5-44-835391-8

© Чернышова С.  
© Издательские решения

# Содержание

Предисловие	6
<b>ШАГ 1: ПРИНЯТЬ РЕШЕНИЕ</b>	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

**Как найти маме мужа. 7 простых шагов**  
**Книга для мам и взрослых детей**  
**с комментариями психолога**  
**Софья Чернышова**

© Софья Чернышова, 2016

© Борис Байков, дизайн обложки, 2016

ISBN 978-5-4483-5391-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Предисловие

Говорят, что Россия – самая холодная страна в мире. Здесь мало солнечных дней. Она плохо приспособлена для счастья.

Здесь не принято говорить друг другу комплименты, радоваться успехам соседа, улыбаться и восхищаться чьими-то достижениями.

Не принято обниматься и при этом говорить: «Я люблю тебя!»

Мы сдержаны и подозрительны. Мы, как ежики, которые, замерзая, прижимаются друг к другу своими иголками – холодно и больно.

Единственное место, где тепло и уютно – семья.

При этом в России сейчас много одиноких людей, особенно среди женщин. В моем окружении больше половины из них в разводе. Все вполне привлекательные, умные, образованные, интересные люди.

Я долго думала – почему они одиноки? Почему *я* одна?

Разговор с детьми:

– Мама, почему ты не выходишь снова замуж?

– Не знаю, страшно как-то, да и за кого? В рестораны не хожу, в «Клуб для тех, кому за...» стыдно как-то. Мне сложно найти подходящего человека, у меня запросы – сами знаете.

– Мама, а Интернет на что? Ты как в каменном веке живешь!

– Ну не знаю, выйдет ли что-то из этого... Я не умею...

– А мы поможем! Давай, решайся!

И я решилась...

После развода с мужем я долго была одна. Когда захотела наконец с этим покончить, пришлось вести внутренний диалог, разбираться со своими страхами, желаниями и установками.

Мне кажется, я кое-что поняла про нас, одиноких 50-летних женщин, рожденных в СССР.

Сегодня я уверена, что каждая может изменить свою жизнь, если захочет. Для этого надо сделать **7 простых шагов**.

Отбросив стереотипы, я отправилась в 50 лет на поиск *своего* мужчины в Интернет.

*Это могло случиться только благодаря помощи моих детей. Они дали идею, вдохновили, и поддерживали на пути к Счастью.*

У нас все получилось.

Заботливые дети! Эта книга поможет вам понять своих мам – их страхи, сомнения, стереотипы. Пройдите вместе с ними по **7 шагам**.

## ШАГ 1: ПРИНЯТЬ РЕШЕНИЕ

Я понимаю, что в жизни бывают разные обстоятельства, в том числе и трагические. Я верю, что есть женщины-однолюбки, есть женщины-холостячки, но это скорее – исключение.

Если вы читаете этот текст, значит вам нужна моя помощь.

Первое, что вы должны сделать – принять решение не быть одной. Это очень важно, потому что одинокая жизнь имеет свои плюсы: не нужно ни о ком заботиться, к кому-то приспособливаться, беспокоиться, договариваться и т. д.

Сама себе хозяйка. Это очень затягивает – по себе знаю. У меня был такой период.

Например, на мое решение начать новые отношения подруга сказала: «Тебе это надо? Ты не боишься разочарований?»

Я не боялась, а вы?

Для того, чтобы принять окончательное решение, напишите – чего вы хотите от совместной жизни с мужчиной, какие плюсы это даст, а с другой стороны – минусы. Пишите максимально откровенно.

**А теперь, ответьте себе честно:**

1. Готовы ли Вы мириться с минусами ради плюсов?
2. Что будет самым главным плюсом, который перекроет все минусы?
3. Вы готовы принять в свою жизнь полноценного партнера, с *его* интересами, жизненными ценностями, привычками?
4. Вы готовы уважать и ценить другого человека или хотите всего только для себя?

## **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.