

# Лариса Суркова

@larangovet

мама 5 детей,  
канд. псих. наук,  
психолог



# Я просто мама

Идеи, советы и истории

# **Лариса Михайловна Суркова**

## **Я просто мама. Идеи, советы и истории**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=22450732](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22450732)*

*Я просто мама: идеи, советы и истории / Лариса Суркова.: АСТ;*

*Москва; 2017*

*ISBN 978-5-17-102101-6*

### **Аннотация**

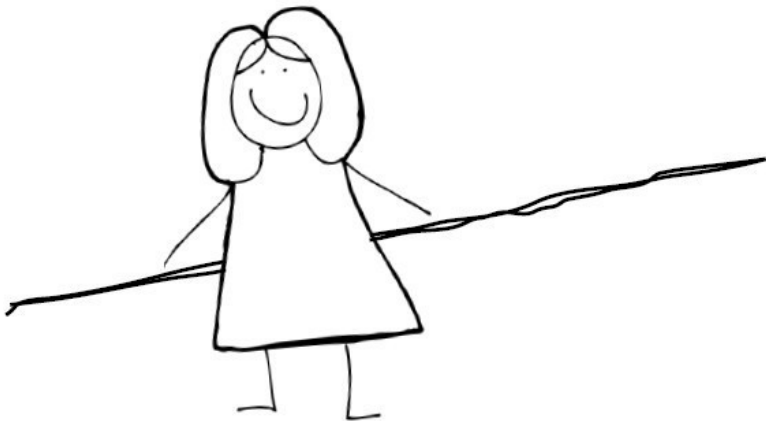
Когда родилась моя старшая дочь, я завела дневник. Описывала в нём прирост веса моей малышки, её настроение и поведение, записала, когда она первый раз улыбнулась, и когда проклюнулся её первый зубик. Так это стало доброй традицией – я пишу, чтобы помнить. Надеюсь, что мой дневник сможет помочь многим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

# Содержание

Часть 1	5
Глава 1	7
Глава 2	13
Глава 3	17
Глава 4	20
Глава 5	23
Глава 6	25
Глава 7	28
Глава 8	30
Глава 9	33
Конец ознакомительного фрагмента.	35

# **Лариса Суркова**

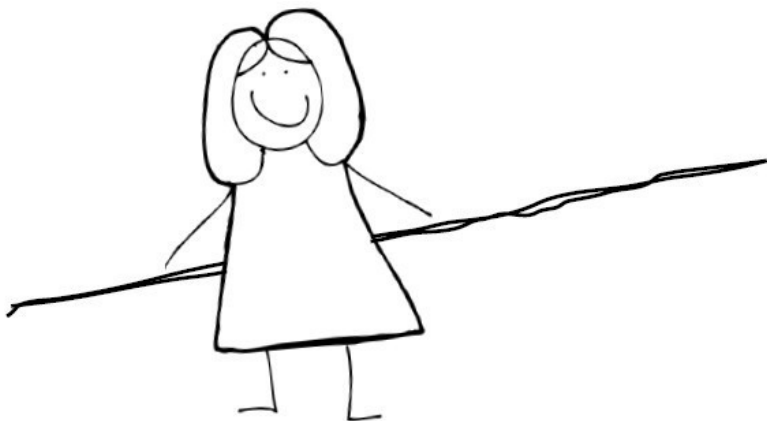
## **Я просто мама: идеи, советы и истории**



**@larangsovet**

# Часть 1

## Дневник просто мамы



Когда 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 женщи-

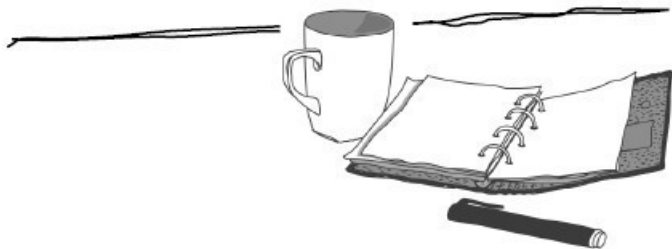
ны, которая родила четверых замечательных детей и, проводя свою жизнь рядом с ними, успела ещё кое-что: защитила диссертацию по психологии, создала популярный блог, написала несколько книг. Но прежде всего эта книга о них, о детях.

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» – забилося 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 фактом – 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 флёром 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 – расши-

ренному 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.

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,

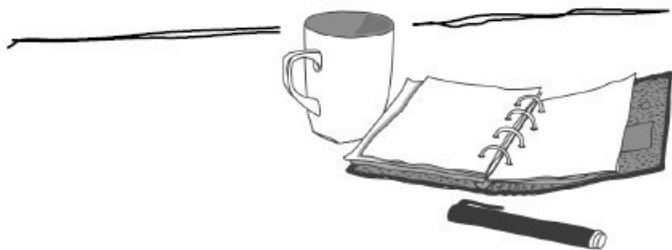
зато он честный и от души, как и бывает у восемнадцатилетних детей: я хотела пухленькую доченьку, которую буду красиво одевать и возить в «прикольной» коляске. Знаю, это звучит глупо, по-детски, но всё было именно так.

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 размножению, учитель, отводя глаза, пролистала 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».

## Глава 2

### Так появилась Мария



31 декабря 1996 года мы поехали встречать Новый год к моим родителям. Тихо и мирно посидели, и в полпервого уже спали в своих кроватях. Утром 1 января я проснулась около восьми и, как нормальная беременная, пошла в туалет. Там я увидела у себя коричневые выделения, и со мной приключилась истерика, которую подхватили все остальные члены моей семьи. Видимо, о том, что такое роды и откуда берутся дети, никто из нас не знал (сейчас-то я умная и понимаю, что это мог быть кусочек пробки). В то утро меня ничего не беспокоило и не болело. Но я знала, что впереди еще два месяца – шла 33-я неделя беременности... Первыми разум обрели мужчины. Муж вызвал «Скорую». Когда

она приехала, врач посмотрел на всё наше семейство, как на умалишённых, но решил от всех защититься, заявив, что он не гинеколог и надо бы везти меня в роддом.

Папа задействовал все свои связи, и меня повезли в роддом при ЦКБ. Напомню, что прошло почти девятнадцать лет и, наверное, сейчас все иначе... А тогда было вот как: персонал всюду отмечал Новый год. Меня положили в палату за очень большие деньги. Поставили капельницу – на вопрос, с чем она, медсестра не смогла ответить, потому что, повторюсь, в больнице отмечали Новый год. Мне было очень страшно, я тихонько плакала в подушку. Так в слезах и уснула.

Я проснулась в шесть утра, встала с кровати и поняла, что у меня тянет спину. Подошла к медсестре и говорю: «У меня, наверное, почки?» – «Пойдём посмотрим твои почки». И вдруг слышу: «Раскрытие – четыре сантиметра. Рожаем!» Я с трудом включила мозг: «Как рожаем? Она же маленькая! Она выживет?» Ответ «как повезёт» до сих пор стоит в ушах. Я не помню, как выглядела медсестра, которая сказала эти ужасные слова, не знаю, как её звали, но этот ответ отнял у меня пару лет жизни.

Мне предложили позвать на роды мужа, но это стоило двести долларов сверх контракта. Пока он приехал, меня «колбасило»: я тихонько выла, просила санитарку сказать, что можно сделать, чтобы помочь ребенку. Мне было велено не выпендриваться, лежать и не орать (кстати, всех своих

детей я родила молча: орать всегда было неудобно). Приехал муж, дал всем денег (в руки). Они оживились, вкололи эпидуралку, поменяли простыни и показали, как надо тужиться. Одна мысль была мне в голову: «Только живая, умоляю, только живая». Пишу и рыдаю.

В 12.45 2 января 1997 года я услышала её крик. Ничего лучше я в жизни не слышала. «Дышит, 7/8 Аппар, 2650 г, 47 см». Дочку уложили в кювез и увезли. Это сейчас я знаю, что внутриутробный срок 36–37 недель у моих детей – это особенности моего организма. На этом сроке они доношенные и зрелые. Во время празднования Рождества медсестра покаялась, что терапия была не сохраняющая, а стимулирующая... Новый год, мол, извини.

Слава богу, на пятый день мою девочку отдали мне. На седьмой день меня стала бить дрожь, и я еле доползла до поста медсестры, где и рухнула, – температура под сорок. Ребёнка забрали, мне что-то вкололи, я вырубилась и пришла в себя через сутки. В выписной карте об этом эпизоде ничего не сказано.

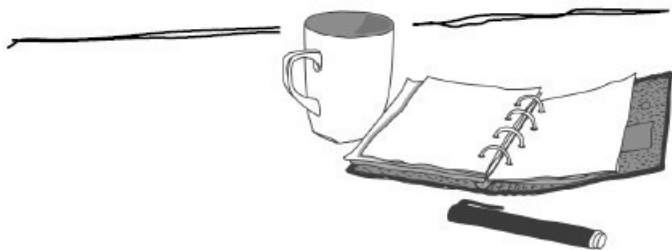
На десятый день нас отпустили домой. Никаких разговоров о важности грудного вскармливания, да и вообще никаких разговоров со мной не вели. А мне было всё равно. В голове пульсировала только одна мысль: «Жива!» Домой я бежала с мыслью, что никогда больше сюда не вернусь.

Это были самые дорогие и самые ужасные роды в моей жизни, а также самая страшная страница #дневникапросто-

мамы. Дальше будет веселее! И как же здорово, что моему сокровищу скоро девятнадцать.

## Глава 3

### Первый ребёнок



Годы после рождения первого ребёнка – самый сложный этап в моей жизни. Я искренне понимаю тех мам, которым очень тяжело с одним ребёнком. И абсолютно честна, когда говорю, что чем больше детей, тем проще.

Итак, когда нас с Марусей выписали из роддома, мы поехали жить к моим родителям. Это было большим подспорьем, но в то же время безумно тяжело. Тогда я убедилась, что для долгого и счастливого брака надо жить отдельно от родителей.

Марусю выписали с потерей веса (тогда мне никто не сказал, что это норма). Врач из поликлиники воскликнул: «Какое грудное молоко?! Ваш ребёнок на грани выживания!»

Срочно смесь!» Собственно, тогда и был нарушен процесс грудного вскармливания, которое мы с горем пополам дотянули до шести месяцев. Знаете, я избегаю поднимать острые темы в своем блоге. Но сейчас, читая страницы собственно-дневника, говорю: какая я была дура!

Милые, дорогие мамы! Учитесь на моем примере и старайтесь кормить грудью. Не «боритесь», а именно старайтесь. От борьбы добра не будет. Но если вы захотите, то сможете кормить ребёнка грудью. Сейчас много чудесных специалистов, которые вам помогут. Двоих детей я кормила грудью короткий срок, а двоих – больше года. Поверьте, разница есть, и она – в здоровье. Безусловно, это мой личный опыт, и я не имею права вас заставлять. Не будем спорить.

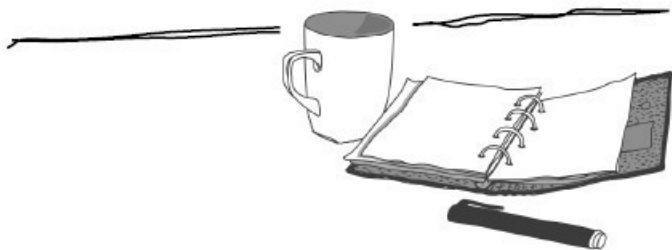
Но вернёмся на девятнадцать лет назад. Тогда меня переклинило! Возник безумный страх, что ребёнок голодает и худеет. Я взвешивала дочь до и после кормления (и только спустя много лет поняла, какой это был стресс для меня). Я её бесконечно кормила: грудь – смесь, смесь – грудь. К тому же прикорм тогда вводили в четыре недели, начиная с яблочного сока, а к четырём месяцам ребёнку уже давали мясо. Конечно, ничего хорошего для детского здоровья в этом нет. Такая схема прикорма была связана с тем, что в СССР детей отдавали в ясли в три-четыре месяца, ведь матери должны были работать. Конечно, люди, которые выросли на этой схеме, не самые здоровые; особенно это касается их ЖКТ. Но я была мало вменяема. Одни и те же мысли терзали меня

каждый день: «маленькая, худая, не выживет». И в результате Маша набирала по два кило в месяц. В год ребёнок весил 16 кг. Когда я пересматриваю видео того периода и вижу неподвижного ребёнка в огромных складках, мне становится страшно за собственный уровень умственного развития. Хорошо, что я знаю, что из этого «сумоиста» выросла умная, красивая, развитая Маруся. Но главный вывод – здоровье ребёнка измеряется не в килограммах!

Я не уходила в академический отпуск: бегала на занятия, занималась дома, сдавала сессии. Именно тогда я изучала возрастную и педагогическую психологию. Под влиянием этих чудесных наук, книг, наших преподавателей мои приоритеты стали меняться. Не зря говорят, что люди поступают на психфак прежде всего для решения своих проблем. Я продолжаю находить подтверждение этому на каждом этапе своей профессиональной жизни.

## Глава 4

# Растём и развиваемся



Первая дочь родилась так давно, что всё в мире было иначе. 1996–1997 годы – это интересное время. Всё очень быстро менялось. Во время моей беременности мама покупала приданое для малышки «с рук», в переходе около «Детского мира» на Лубянке, но через полгода уже стали открываться детские магазины, а если были деньги, то и «Березки» были доступны. Маруся росла уже в непромокаемых подгузниках.

Менялся и подход к воспитанию. Благодаря обучению на психфаке я узнавала о методиках раннего развития. Но к развитию Маши мы подходили скорее интуитивно. На самом деле (ведь мне было девятнадцать) я относилась к ребёнку «как к человеку». Конечно, было много нежности. Мы во-

зили Машу по гостям, а иногда и на лекции в университет. Гуляя по парку, я давала ей листики и палочки, мы трогали песок и лужи. Она ползала по полу вместе с собакой и котом – я только следила, чтобы дочь не влезла туда, где опасно.

Мы много читали, рисовали; ребёнок мог свободно познавать пространство. Несмотря на недоношенность, она быстро развивалась. Хвала нашему неврологу, который велел «не прятать ребёнка от жизни», а в семь месяцев велел везти дочь на море для развития моторики. Поясню: тогда педиатры настаивали, что ребёнок до трёх лет должен отдыхать «только в своей климатической зоне». За две недели на море Маша начала вставать, ползать на четвереньках и ходить с опорой на коляску. А ещё нас познакомили с чудесным врачом-педиатром – ему было 87 лет, но он практиковал. До сих пор помню его мудрые слова: «Деточка, никогда не делай из ребёнка больную! Настаивай на том, что она здорова, тогда и она в это поверит». Он же велел прививать дочь импортными вакцинами и не жалеть на это денег. Тогда это было большой редкостью. В роддоме никто не спрашивал – просто кололи, и всё. Я, страшась потерять ребёнка, прививала Машу от всего на свете, но только импортными вакцинами. Потом, с появлением других детей, моё отношение к прививкам стало меняться.

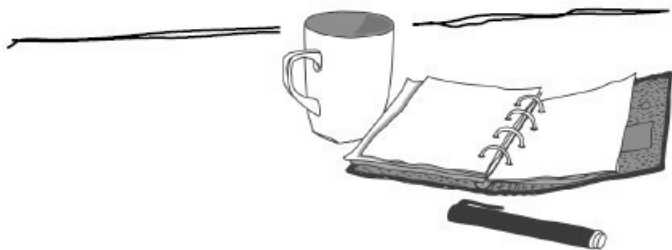
Маша много болела. Но я всегда помнила это наставление – «не делать из ребёнка больного». Особенно когда узнала о психосоматике. С этим и живу уже девятнадцать лет мате-

ринства. Ребёнок заболел – значит, лечить, ухаживать, но не кидаться в страстное сожаление и страдание. Именно это закрепляется в психике ребёнка как сигнал: «я болею, и меня в это время любят». Тогда болезнь становится бесконечной. Все должно быть в меру! Проявлять любовь к ребёнку надо всегда, а не только во время его болезни.

Так и росла наша малышка. В девять месяцев мы услышали первые слова: «Мама, дай банан». С тех пор ребёнок не замолкал! К году и двум месяцам Маша говорила всё и много. О её перлах – в следующей главе.

## Глава 5

### Как важно помнить, что ребёнок – это ребёнок



Маша развивалась быстро. К году она хорошо говорила, а в полтора желала выражать свои мысли только в рифму – замолкала, пока не подбирала подходящую. Я считала, что так и надо. Но такой рывок в развитии чреват тем, что ребёнок начинает казаться родителям старше, чем он есть на самом деле. Помню, Маше было около двух лет, и мы поехали к моей бабушке. Родственники удивлялись, какая же она кроха. Я искренне недоумевала – ведь для меня она была такой взрослой! Но Бог всё видит, и материнская корона так и покатилась с меня при появлении других детей.

Я училась очно, поэтому Марусю отдали в детский сад в

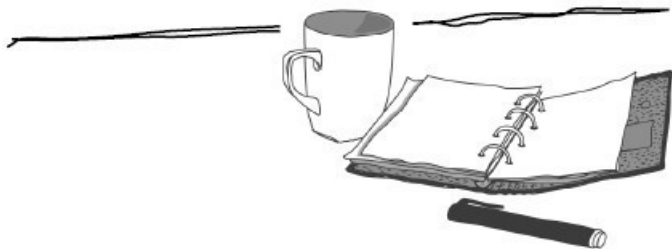
год и четыре месяца. Сейчас мне страшно от этой цифры. Но это был частный сад, в группу ходило только шесть детей, и ребёнку там нравилось.

Наслушавшись курса по детской психологии, я общалась с дочкой как со взрослой. Например, когда в два года у Маши потекли сопли, я рассказала ей про лейкоциты и их гибель. На её вопрос, что есть ещё, рассказала о составе крови. Когда в два с половиной Маша увидела в книге различия мальчиков и девочек (в то время я писала диплом о беременных, и соответствующей литературы в доме было полно), мы стали называть все органы как положено: не «писюн», а «пенис». И вроде бы с точки зрения всего, чему меня учили в университете, это верно. Но подобный метод общения выливался в забавные истории.

У дедушки была ведомственная дача на территории дома отдыха, то есть просто домик без забора. И вот пошли они с Машей гулять; увидели теннисные корты. Маша спросила: «Что это?» – дедушка ответил: «Игра в теннис». Вечером Маша встретила нас восторженными криками: «Мамочка, папочка! Мы с дедушкой смотрели, как в пенис играть!» Люди вокруг замерли, а у дедушки стало плохо с сердцем. После этого мы задумались о разностороннем развитии и о том, что с ребёнком надо говорить на понятном *ему*, а не нам языке. Ведь главное в жизни малыша – детство. Ну и дедушку жалко.

## Глава 6

### О маме и папе



Муж старше меня на девять лет, и первые годы эта разница в возрасте спасала наш брак. Сколько во мне было дурачества! Я брыкалась, всячески доказывала, кто в доме хозяин (по моему мнению, это была я). Я совершила, наверное, все действия, о которых позже узнала как о запретных. Например, нельзя посылать мужа на три буквы – для мужчин это травматично. Я один раз провела эксперимент: послала – и он пошёл. Поплакала ночку и запомнила урок на всю жизнь.

Решать все вопросы и договариваться надо только на трезвую голову. Хуже нет, чем говорить подвыпившему мужчине: «Хватит, не пей». Эффект будет обратным. Кстати, уже много лет мой муж не пьёт вообще, он полностью отказался

от алкоголя.

Еще один пункт – нельзя плохо отзываться о его родне. Вас он знает всего ничего, а их всю жизнь. Так проживите хотя бы лет пять вместе, прежде чем выбивать себе место под солнцем. Просто не может быть, что его родня – сплошь черти, а ваша – ангелы, или наоборот.

Ранняя потеря свекра (умер через три года нашего брака) и свекрови (четыре года назад буквально у нас на руках сгорела от рака) – это самые тяжёлые и горестные события в нашей семейной жизни. Они были любимейшими и важнейшими людьми не только для нас, но и для моих родителей, сестры. Пишу – и слёзы капаят... Так это больно...

У моего мужа ангельское терпение и чувство юмора. В нашей жизни было всякое. Первые лет пять я кричала «Развод!» раз в месяц. Но любимый всегда показывал, что он моя половина... лучшая. Мы никогда не загадывали, сколько будет детей, но мечтали о «7». Сейчас я всё чаще думаю, что и четверых нам вполне достаточно, а муж продолжает мечтать о пятерых. Но всё же надо учитывать и возраст, и занятость, и экономические возможности...

Я не могу назвать моего мужа романтиком. Но иногда он устраивал чудесные сюрпризы, например, неожиданно приезжал к нам на отдых. В день моего тридцатилетия отправил меня в салон (Степе было десять месяцев), я когда я вернулась домой, в коридоре настоящие мексиканцы пели мне серенады. Он устраивал меня рожать в лучших роддомах, все-

гда устраивал чудесные выписки. Когда он дома, у меня всегда стоят цветы – это уже как привычка. Как так получается? Я не знаю... Всё держится на взаимности, мне кажется. Я стараюсь всю себя отдавать ему. Не нарушать основные табу, не отказывать в сексе.

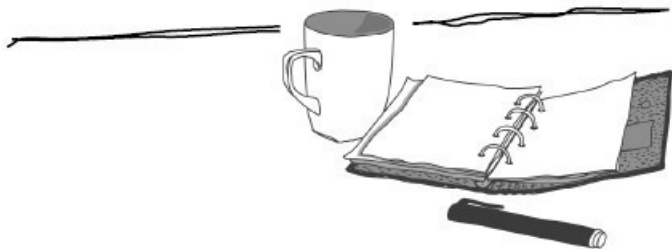
В чём-то мы пришли к компромиссу. Например, если муж дома (что бывает очень редко), то он провожает детей утром в школу. Раньше он требовал, чтобы я вставала первой и готовила ему завтрак, но видимо, однажды понял, что выпавшая жена – важнее завтрака.

Муж – это моё всё. Его часто нет рядом – вечные разъезды и командировки. Тогда и я хуже себя чувствую, у меня меньше сил, я с трудом выезжаю из дома. Лучший отдых – сидеть с ним рядом и смотреть страшный фильм, держа его за руку крепко-крепко....

Есть ли у нас секрет? Наверное, нет. Ведь все семьи разные.

## Глава 7

### Не надо спешить!



Маруся развивалась быстро, даже слишком. Когда ей было три года, мы переехали в Митино. Шестнадцать лет назад здесь не было частного образования, а в районный детский сад – не попасть. Мы перепробовали множество садов во всех районах вокруг и в итоге нашли для Маши детский сад в области. Дорога туда занимала сорок минут! Бедная моя малышка! Конечно, такая нагрузка сказывалась на ребёнке.

Её развитость обернулась для нас проблемой. Нас уговорили отдать Машу в первый класс, когда ей было 5 лет и 9 месяцев. Мол, она все знает, скучно ей в садике. Сотни раз я потом об этом жалела. Да, училась она всегда хорошо. Но ко-

гда ей было двенадцать, одноклассникам – по четырнадцать. Разница ощутимая.

С первым ребёнком, безусловно, мы шли на эксперименты, и многое я бы не повторила. Кстати, болеть моя зайка перестала только в шесть лет. До этого – постоянные тяжёлые бронхиты, кашель держался по полгода (у Глаши было так же).

Признаюсь, только с третьим ребёнком я перестала возить в отпуск чемодан лекарств, заменив его минимальным набором (жаропонижающее, «Смекта» и градусник) и хорошей страховкой. Удивительно, но дети перестали болеть на отдыхе. Может, дело в том, что я перестала ждать болячек и видеть опасность во всём? Ведь лекарства можно купить в любой стране, а если надо, вам их назначат. В жизни старших было очень много антибиотиков. Я верила врачам и боялась, что без этого ОРВИ не пройдёт. Но во всём нужен здравый смысл: существует опасность как недолечить, так и перелечить.

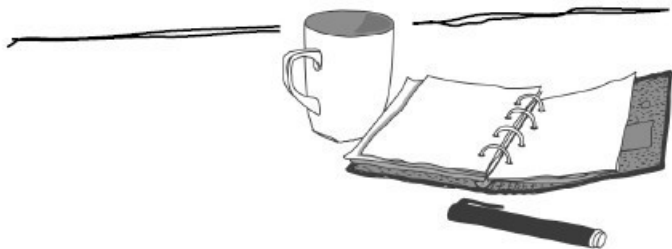
Кстати, и отношение к детскому саду тоже менялось у меня с годами. Считаю, что детский сад не обязателен для социализации детей, но вот для работающих мам – это спасение. Когда у меня не было выбора, мои дети шли в сад, а когда был – посещали только спортивные секции.

Когда Марусе было четыре года, мы задумались о втором ребёнке.

В следующей главе к нам присоединится Глаша.

## Глава 8

### Так появилась Глафира



Вторая беременность была совсем другая. Я постоянно нервничала, слушала своё тело, сверялась с книгами. Какие-то очевидные вещи не укладывались в голове: например, что матка не может быть мягкой, как вата, — там же человек внутри растёт. Вечная тревога была для врачей хорошим поводом «полечить» меня, наверное, я была их «любимым клиентом».

На самом деле при беременности мой разум выключается. Моё внимание круглые сутки приковано к моему состоянию и моему телу. Это неправильно, я знаю, но я же обещала рассказывать только правду. В 26 недель мне стало больно ходить. Я уговаривала себя, что это бред. Но с каждым

днём становилось всё хуже. В 32 недели я уже почти не ходила, а когда лежала, пыталась не шевелиться и не дышать. В 33 недели я попала в Центр планирования семьи и репродукции, в руки к Марку Аркадьевичу Курцеру. После УЗИ я впервые услышала диагноз «симфизит» – расхождение костей лонного сочленения. В 35 недель вариантов не осталось – мне предстояло кесарево сечение. Это был удар, которого я не ожидала. Я лежала, не двигаясь, до 38 недель, когда и было сделано кесарево. Марк Аркадьевич разрешил присутствовать на операции моему мужу: любимый сидел у моей головы, за ширмой. Глаша родилась с весом 2650 граммов и ростом 48 сантиметров. Её сразу приложили к груди. Через двенадцать часов я уже могла ходить и забрала дочь к себе в палату. Боли сразу же прошли и, к счастью, не возвращались в следующие беременности.

Кстати, в операционной врач спросил, как я себя чувствовала. Оказалось, что у меня было раскрытие 7 сантиметров, но я даже не заметила схваток – так была настроена на кесарево. Так что многое в родовой боли зависит от головы.

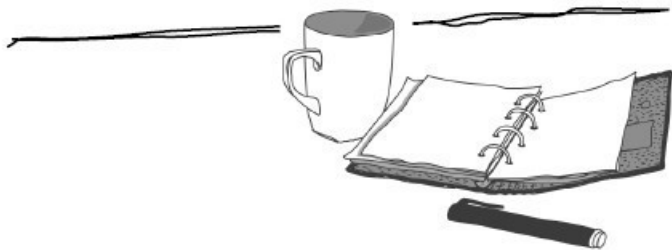
Нас выписали на пятый день, и Марк Аркадьевич сказал: «Следующих родишь сама». «Каких следующих?» – с ужасом подумала я. Профессор знал, о чём говорил. Степу и Дуню я родила сама, но это уже другая история.

В младенчестве Глаша была маленькая, хрупкая, плохо набирала вес и была очень тихой, поэтому я всё время паниковала и боялась за нее.

Сегодня моей второй доченьке четырнадцать лет. Глаша – «мамина девочка», и не только внешне. Я ощущаю её особенно. Иногда нам не надо слов. Она совсем другая, непохожая на остальных моих детей. Я часто думаю, какую дорогу она выберет в жизни, какой будет её судьба. Но сейчас самое главное – её здоровье, его и желаю моей девочке в каждый день рождения. И в каждый день рождения моих детей я традиционно благодарю их за то, что выбрали меня и позволили быть их мамой.

## Глава 9

### Второй ребёнок



Рождение второго ребёнка стало для меня самым странным из всех четырёх. Я всю беременность думала: «Как же это будет?» Ведь у меня уже была дочь, такая любимая и понятная. Как же я смогу пустить в свою душу ещё одного ребёнка? Я боялась за старшую, переживала, как она примет то, что пьедесталом надо делиться. Но когда я впервые увидела Глашу, меня стало просто разрывать от любви и нежности. Ведь правду говорят: материнская любовь не делится, а умножается. От этой любви мне отказывал разум. Мне хотелось кидаться на всех, кто подходил к моим детям. Я желала взять детей и убежать с криками: «Это моё!» Тогда я и совершила большую ошибку (пусть мой опыт вас от неё убере-

жёт). Я оградила от всех забот мужа: я же мать, жена, хозяйка – все могу сама. Очень быстро от этой неподъёмной ноши у меня наступило эмоциональное выгорание, о котором я так много говорю в своем блоге. Спустя четырнадцать лет можно покаяться: я совершила все ошибки, которые было можно. Я отвернулась от мужа, не смогла расставить приоритеты и хваталась за всё, стараясь во всём преуспеть, отказывалась от помощи близких, закрылась дома и перестала общаться с людьми, не обращала внимания на себя (ела как попало, не высыпалась, не занималась своей внешностью). У малышки в четыре месяца случился отит (как оказалось, простой насморк для крох опасен), а вот у меня случилось временное помешательство. Я теряла сознание от усталости, не могла здраво мыслить и считала, что во всем виновата только я. Тогда муж (хвала его мудрости!) сказал: «Стоп!» Меня отправили спать, а детям выписали бабушку. И с тех пор я запомнила на всю жизнь: если кажется, что жизнь – сплошная чёрная полоса, – ляг поспи. И вот, проспав почти сутки, я проснулась новым человеком с решением всё поменять...

# 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.