



8 ЗАПОВЕДЕИ ПО БОРЬБЕ С СИНДРОМОМ "ТЕТКИ" (Рассказ психолога Анастасии Красовской)

«... я стала теткой...»)

Когда-то во мне завелась «тетка»!

Не сразу.

Сначала она якобы «забегала в гости просто на минутку» к моей легкой, бесшабашной, но вместе с тем сильной, уверенной «внутренней девчонке». Происходило это в виде «вдруг откуда ни возьмись взявшихся» наплывов хозяйственности, стремления к уборке и стирке.

Но самое главное - в виде ворчания на домашних, « что никому, кроме меня, в этом доме ничего не нужно». Но «внутренняя девчонка» быстро выдворяла засидевшуюся гостью. И всем опять становилось легко и весело.

Правда, после рождения сына, непрошенная гостья стала заглядывать ко мне все чаще, прячась под социально поощряемыми масками чувства долга и ответственности. После рождения дочери «тетка» переехала ко мне насовсем. Грубо и цинично. Со всем скарбом - грустью, хандрой, скукой, домовитостью и лишним весом. Она провела ревизию в доме и жесткой рукой выставила за дверь девчоночий гардероб и совсем по-пелевенски запретила носить туфельки на каблуках. Когда я робко предлагала зайти в магазин нижнего белья, «тетка» была неумолима: «Куда?! У сына нет комбинезона!».

С каждым днем она все смелее распоряжалась в доме, отчего дети реже стали смеяться, друзья - заходить в гости, а муж шептать на ушко всякие нежности. Но как-то солнечным весенним днем в моей «внутренней девчонке» что-то екнуло: жизнь стала просто невыносимой. Купив сапоги на шпильке и перекрасившись в огненно-рыжий цвет, я вышвырнула вон из своего дома злобную толстую хозяйственную «тетку» с ее борщами, брюзжанием, усталостями и чувством долга. И написала для себя восемь заповедей по борьбе с синдромом «тетки»

ЗАПОВЕДЬ 1. ВСЕ ДЕЛАЙ С ЛЕГКОСТЬЮ И ЛЮБОВЬЮ.

Как говорят философы, что внутри, то и снаружи. Если ты радуешься миру, наслаждаешься каждой минутой жизни, то и внешне становишься красивой, притягательной: и для окружающих, и для удачи. Твое хорошее настроение, словно круги на воде, распространяется на всех, кто рядом. Только «тетки» забывают, что у счастливых мам - счастливые дети, у счастливых жен - счастливые мужья.

ЗАПОВЕДЬ 2. ВОЗВЕДИТЕ ДАМСКИЕ РАДОСТИ В РАНГ НЕОБХОДИМЫХ.

Помните песенку из фильма «Гардемарины, вперед!». «Умным родиться не хитрый секрет, Мужеский ум - либо есть, либо нет. Женская прелесть - другое, Дело оно наживное..» Так что же мы «наживаем», балуя себя различными женскими штучками: духами от Chanel, стрингами со стразами и годовой подпиской на женский журнал? Женственность! Шарм! Кокетство! Способность свести с ума! Никакой «тетковости». Только чувство, что ты еще ого-го. Независимо от возраста!

ЗАПОВЕДЬ 3. Я НИКОМУ НИЧЕГО НЕ ДОЛЖНА.

Чувству долга («я должна», «мне должны») стоит посвятить целый ряд психиатрии. Классика жанра: ненавижу готовить (стирать, убирать), но обязана. И вместо того чтобы попросту отказаться от нелюбимых дел, насилуем себя, раздражаясь на всех, превращаясь в озлобленную «тетку». Хотя «все» здесь ни при чем: они же меня не просили три часа угорать на кухне, чтобы порадовать их обедом из пяти блюд? От внушенного с детства убеждения, что без сытного борща муж сбежит, а дети умрут с голоду, нужно избавляться! Героиня фильма «Вам и не снилось» на занудство классной

руководительницы: «девочка моя, когда ты подрастешь, у тебя будет муж. Ты поймешь, как это хорошо, когда у человека есть чувство долга» отвечала так: «А по-моему только любовь имеет право всем управлять».

ЗАПОВЕДЬ 4. Мне все равно, что скажут люди. Главное - что о себе думаю я.

А о себе надо думать только хорошо. А если кто-то думает иначе - это его проблемы. О том, «шо Люды скажут», переживают только «тетки». «Девчонки» же, как кастанедовские воины, «ищут безупречности только в собственных глазах». Прямая спина, легкая походка, приподнятый подбородок: разве кто-то усомнится, что вы - богиня, благополучная, безупречная, счастливая женщина? Нет! И, кстати, меньше будут потом судачить.

ЗАПОВЕДЬ 5. Высокому каблуку и сексапильным нарядам даже с детьми на руках - да! Авоськам и бесформенным одеждам даже при отсутствии мужа - нет!

Знаете ли вы, что самое большое количество помады используют.... Не угадаете! Женщины Арабских Эмиратов. Долго не могла понять - почему? Они же в парандже ходят! Оказывается, все просто! У нас женщины приводят себя в порядок, когда идут на улицу, на работу, в гости. При муже ходят в халатах, без прически, без косметики - в общем, сами знаем. А у них наоборот. Для людей восточные дамы может и не так прихорашиваются, зато дома - при муже и близких - выглядят как королевы. Золотое правило, не правда ли?

ЗАПОВЕДЬ 6. Если стоит выбор между сексом и готовкой борща - выбираем секс.

Только «тетки» говорят «нет сил», «устала», «занята», «не хочется». «Девчонки» включают фантазию, листают «Камасутру», занимаются Тантрой, даосскими сексуальными практиками, арабскими танцами. Ведь приготовить борщ можно и потом. Можно, в конце концов, купить суповой набор или пригласить домохозяйку. Но вот захотите ли вы, чтобы муж для секса тоже кого-нибудь приглашал?...

ЗАПОВЕДЬ 7. Женское предназначение - не обслуживать, а вдохновлять мужчину!

Мой отец говорил, что от жен, которые отменно готовят и хорошо стирают рубашки, мужа не уходят. У него было три (!) супруги. Все прекрасно готовили и стирали. Он так и не понял простую вещь: домохозяйка и жена - это не одно и то же. Первая - озабоченная хозяйством, с черпаком и в переднике. Вторая - умеет «облагородить» быт, стать музой, источником вдохновения, семейным мозговым центром, в конце концов, - всем, чем угодно - только не «теткой»!

ЗАПОВЕДЬ 8. Я - есть, и уже этого достаточно для радости!

Другой такой нет и не будет ни-ког-да! Так, согласитесь, преступно чувствовать себя несчастной, убивать в себе повседневными, зачастую надуманными проблемами неповторимую индивидуальность и превращаться в зануду!

Итак, выдворив непрошенную гостью, я стала вновь любить и радоваться и любить, временами совершая сумасшедшие поступки (и покупки). Могу потратить последние деньги в салоне красоты - без угрызений совести за полупустой холодильник. И, как ни

странно, никто даже не упрекнул меня в транжирстве, муж лишь с притворным укором произнес: «Ох, эти женщины!» и влюбленно погладил мои роскошные рыжие локоны. Я спускаюсь в белых джинсах с детской горки вместе с сынишкой и рисую мелом на асфальте. Кто сказал, что взрослым женщинам этого нельзя? «Тетка»?! Я мысленно показываю ей язык и иду... кататься на роликах!

Что, проняло? Узнали некоторые свои черты? Вот так-то. А теперь посмотрите вокруг и вспомните о своих знакомых "тетках". Неужели они так загружены, что не могут найти времени для себя? А может они уже давно перестали любить себя?

Отношение к жизни

Да, я тоже стираю, убираю, готовлю борщи, зарабатываю деньги и решаю кучу проблем. Но разве это повод ходить с таким лицом, как будто у меня умерли все родственники или с утра вместо кофе я выпила кружечку уксуса?

Есть несколько ТАБУ, которые здорово помогают мне жить:

- Никогда не думать - «что люди скажут»;

- Не смотреть телевизор (фильмы можно посмотреть и с диска или флешки);
- Не читать новости (чтобы быть в курсе мировых событий достаточно просматривать заголовки);
- Не жаловаться (никогда, никому, ни по какому поводу);
- Не говорить о болезнях (ни о чужих, ни о своих);
- Не общаться со злыми людьми и нытиками (даже, если это родня);
- Рассказывать о своих проблемах только тому, кто может помочь их решить.

ВНЕШНИЙ ВИД

Несколько лет у меня был магазин модной женской одежды, поэтому с уверенностью могу сказать, что на женщину любой комплекции можно так подобрать одежду, что она будет выглядеть современно и главное сексуально! Самые серьезные недостатки - большую грудь, ее отсутствие, широкие плечи, кривые ноги и т.д. можно скрыть хорошо скроенной одеждой.

И главное, одеваться надо не для женщин, а для мужчин! Только в этом случае есть гарантия, что женщина не превратится в «тетку». Но надо помнить, что дамочка, которая после 30 носит ультра-мини, лосины, белые колготки, ярко красится в дневное время и т.д. - скорее отпугивает, чем привлекает мужчин. Один мой знакомый назвал этот стиль - «путана на пенсии».

Конечно, стройная женщина выглядит моложе, но если у вас от природы костяк как у

мамонта и склонность к полноте, не стоит изнурять себя диетами, иначе вы превратитесь не в дюймовочку, а в мосластую ломовую лошадь. Тут главное мера, легкая походка и жизнерадостность. Есть у меня такая знакомая, в свои 40, она при весе 90 кг подвижна, энергична, со вкусом одета и обожаема и мужем и любовником.

СЕКС

У женщины, которая «не тетка», никогда не болит голова. Она с радостью отвечает на объятия, поцелуи и прочие «глупости» любимого мужчины. Она не носит дома старые тряпки и часто обновляет нижнее белье. Работая в магазине, я десятки (!) раз с изумлением наблюдала, что женщины (вернее тетки) увешанные золотом и покупающие дорогую одежду, имеют старое, страшное и застиранное белье. А если в вырезе мелькнет бретелька, а если муж увидит? Ужас! Иногда так и хотелось сказать - «не бери этот дорожный костюм, купи на эти деньги джинсы, несколько маек, стринги, нарядный лифчик и ты будешь чувствовать себя другим человеком!».

И напоследок, не забывайте, что окружающий мир существует, природа прекрасна и удивительна, а люди понастроили на Земле много всего интересного и непонятого. Так что надо находить время на приключения, поездки, походы, авантюры, компьютерные игры, прыжки с парашютом и т.д.

И ещё раз напоминаю: одеваться и прихорашиваться надо для мужа, любимого мужчины, а не для абстрактных окружающих вас людей. Не с этим окружением вам жить, и не от их мнения вы будете лезть на стены, а (не дай Бог) от того, что на Вас перестал обращать внимание Ваш мужчина.

Уясните себе: Он главный человек для Вас!

После себя любимой, конечно.

Тэги: [не](#) , [просто](#) , [стать](#) , [стала](#) , [борьбе](#) , [синдромом](#) , [психолога](#) , [заповедей](#) , [анаст](#)

[асии](#)

[\(рассказ](#)

[тетки](#)

[красовской](#)

[теткой...»\)](#)

[«...](#)

[тёткой](#)